

Vilniaus universitetas  
Filosofijos fakultetas  
Sociologijos ir socialinio darbo institutas  
Socialinio darbo ir socialinės gerovės katedra

Giedrė Kisielė

Socialinio darbo magistro studijų programa

Magistro darbas

**Šiuolaikinių informacinių technologijų naudojimas ir vaikų ugdymas  
socialinius sunkumus patiriančiose šeimose: tėvų patirtys**

The Usage of Modern Information Technology and the Education of Children in  
Families with Social Difficulties: the Experiences of Parents

Darbo autorius: Giedrė Kisielė  
Darbo vadovas: Doc. dr. Lijana Gvaldaitė

Vilnius  
2021/2022

## TURINYS

<b>SANTRAUKA</b> .....	4
<b>SUMMARY</b> .....	5
<b>ĮVADAS</b> .....	6
<b>DARBE NAUDOJAMŲ TRUMPINIŲ ŽODYNĖLIS</b> .....	9
<b>1. ŽVILGSNIS Į VAIKŲ INFORMACINIŲ TECHNOLOGIJŲ NAUDOJIMO TENDENCIJAS PER PRIERAŠUMO IR MENTALIZACIJOS TEORIJŲ PRIZMĘ</b> .....	10
<b>2. MOKSLINIŲ TYRIMŲ APŽVALGA APIE ŠIUOLAIKINIŲ INFORMACINIŲ TECHNOLOGIJŲ NAUDOJIMO POVEIKĮ VAIKŲ SVEIKATAI IR KASDIENYBEI</b> .....	14
2.1. Šiuolaikinių informacinių technologijų naudojimo sąsajos su vaikų psichine sveikata ir priklausomybės rizika.....	14
2.2. Šiuolaikinių informacinių technologijų naudojimo įtaka vaikų fizinei sveikatai.....	16
2.3. Šiuolaikinių informacinių technologijų naudojimo sąsajos su mitybos problemomis.....	18
2.4. Šiuolaikinių informacinių technologijų naudojimo poveikis vaikų miegui....	19
2.5. Šiuolaikinių informacinių technologijų naudojimo įtaka vaikų mokymuisi ir socializacijai.....	20
2.6. Šiuolaikinių informacinių technologijų naudojimo įtaka vaikų ir tėvų santykiams.....	23
2.7. Socialinius sunkumus patiriančių Lietuvos šeimų charakteristika ir sąsajos su vaikų naudojimusi informacinėmis technologijomis .....	24
<b>3. TYRIMO METODIKA</b> .....	27
3.1. Kokybinė turinio analizė.....	27
3.2. Tyrimo procesas .....	28
<b>4. ŠIUOLAIKINIŲ INFORMACINIŲ TECHNOLOGIJŲ NAUDOJIMAS IR VAIKŲ UGDYMAS SOCIALINIUS SUNKUMUS PATIRIANČIOSE ŠEIMOSE: TĖVŲ PATIRTYS</b> .....	32
4.1. Informantų ir jų šeimų charakteristika .....	32
4.2. Tradicijų ir bendro laisvalaikio stygius šeimose.....	37
4.3. Vaikų ir tėvų santykių ypatumai .....	39
4.4. Subalansuotas vaikų užimtumas po pamokų ir laisvalaikio įvairovės stygius namuose.....	42

4.5. Vaikų ugdymas šeimoje pasitelkiant informacines technologijas, kaip poveikio priemonės .....	44
4.6. Chaotiškas naudojimas informacinių technologijų priemonėmis šeimose ir žalingi vaikų įpročiai.....	48
4.7. Informacinių technologijų vartojimo poveikis vaikų elgesiui ir sveikatai.....	53
4.8. Iracionalaus tėvų elgesio apraiškos rūpinantis internetiniu vaikų saugumu ...	57
4.9. Tėvų patirtys ir iššūkiai ugdant vaikus informacinių technologijų apsuptyje .....	60
<b>IŠVADOS</b> .....	64
<b>REKOMENDACIJOS</b> .....	66
<b>LITERTŪROS SĄRAŠAS</b> .....	68
<b>PRIEDAI</b> .....	77
Priedas Nr. 1. Mokslinio darbo tyrimo instrumentas .....	77
Priedas Nr. 2. Papildanti apklausa tyrime dalyvaujantiems tėvams.....	79
Priedas Nr. 3. Empirinių duomenų kategorijų ir subkategorijų lentelės .....	81
Priedas Nr. 4. Konfidencialios apklausos rezultatai.....	105

## SANTRAUKA

Prieš du dešimtmečius tėvams iškilo ir vis dar kyla nemenki tėvystės iššūkiai, kaip išugdyti visapusiškai sveikus vaikus, gebančius saugiai ir atsakingai naudotis informacinėmis technologijomis (IT). Šiandieniniame pasaulyje IT priemonės yra prieinamos ir naudojamos kone kiekvienoje šeimoje, nepriklausomai nuo jų socioekonominio statuso, kas, viena vertus, mažina vaikų atskirtį tarp bendraamžių ir net gerina jų emocinę būseną, kita vertus, – netinkamas ir per ilgas naudojimas skatina įvairių kitų problemų atsiradimą. Šie klausimai po COVID-19 pandemijos tapo itin aktualūs kalbant apie vaikų gerovę socialinės rizikos veiksnius patiriančiose šeimose. Šio darbo tikslas – tirti IT naudojimo ir vaikų ugdymo ypatumus socialinius sunkumus patiriančiose šeimose. Siekiant suprasti, kaip sekasi šeimoms, patiriančioms įvairius socialinius sunkumus, ugdyti vaikus ir spręsti iššūkius, kylančius dėl vaikų naudojimosi IT, buvo atliekamas kokybinis tyrimas, taikant pusiau struktūruotą interviu metodą. Tyrimui buvo atrinktos 7 šeimos ir iš tėvų paimti pusiau struktūruoti interviu. Atlikus interviu kokybinę turinio analizę atskleista, kad informantų 6–11 m. amžiaus vaikai turi daug netinkamų naudojimosi IT įpročių, kurie kelia riziką tapti kompulsyviais IT ir interneto vartotojais. Tyrime dalyvavę tėvai taip pat demonstruoja tėvystės įgūdžių stoką, negebėdami įsivesti namuose taisyklių ar susitarimų, kurie normalizuotų vaikų laisvalaikio trukmę prie IT ir mažintų žalą jų fizinei ir psichinei sveikatai, mokymuisi bei socialinių įgūdžių ugdymui. Nustatyta, kad tėvai, ugdydami vaikus, IT naudoja ir kaip motyvacinę priemonę, ir kaip bausmės įrankį, o tai provokuoja abipusiai manipuliatyvius santykius. Viena ryškiausių tyrime atskleistų tėvų išgyvenamų emocijų – bejėgiškumo jausmas, su kuriuo tėvai susiduria kone kasdien, kovodami su vaikais dėl jų potraukio leisti kuo daugiau laiko prie ekranų. Bejėgiškumas tėvams dažniausiai kyla dėl to, kad jie stokoja tėvystės įgūdžių, jaučiasi neautoritetingi savo vaikams ir nepakankamai kompetentingi IT srityje, neturi adekvataus palaikymo savo artimiausioje aplinkoje, vaikų mokyklose. Be to, tėvai stokoja pagrįstų ir argumentuotų žinių apie įvairiapusišką ekranų žalą, kai jie naudojami netinkamai. Tokia situacija galimai susiklostė ir dėl to, kad tėvai negeba ar geba nepakankamai kurti emociškai šiltus ir palaikančius santykius su savo vaikais.

## SUMMARY

Two decades ago, parents began to face significant parenting challenges in developing fully healthy children who are able to use information technology (IT) safely and responsibly. In today's world, IT tools are available and used in almost every family, regardless of their socio-economic status, which on the one hand reduces children's segregation and even improves their emotional state, and on the other hand, inappropriate and excessive use of them leads to various other problems. These issues have become particularly relevant in the aftermath of the COVID-19 pandemic in terms of the well-being of children in families at social risk. The purpose of this work is to investigate the particularities of the use of IT and the education of children in families experiencing social difficulties. A qualitative study using a semi-structured interview approach was conducted to understand the experience of families with various social difficulties in raising children and addressing the challenges posed by children's use of IT. Seven families were selected for the study and semi-structured interviews were taken from the parents. A qualitative analysis of the content of the interviews revealed that the children ages 6–11 have many inappropriate IT habits that put them at risk of becoming compulsive IT and Internet users. Parents in the study also demonstrate a lack of parenting skills, unable to implement rules or agreements at home that would normalize children's leisure time with IT and reduce harm to their physical and mental health, learning, and social skills development. It has been found that parents use access to IT both as a motivational tool and as a tool of punishment, which provokes a mutually manipulative relationship. One of the most pronounced emotions experienced by parents in the study is the feeling of helplessness that parents face almost daily as they struggle with their children who spend as much time as possible in front of the screens. The helplessness of parents is mainly due to the fact that they lack parenting skills and a sense of authority over their children and are not competent enough in the field of IT; they do not have adequate support in their immediate environment or children's schools. In addition, parents lack sound and reasoned knowledge about the multifaceted damage of screens when used improperly. This situation may also be due to the inability or partial inability of parents to develop emotionally warm and supportive relationship with their children.

## IVADAS

Tėvai augindami vaikus tam tikrais laikmečiais susiduria su tam tikrais specifiniais iššūkiais. Sovietmečiu supratimas apie vaikus ir jų ugdymą buvo išsprautas į schemas „berniukai neverkia“, „mergaitės klusnios ir geros“, „jausmai neegzistuoja“, „geriausia auklė vaikams – sovietinė sistema“ ir kitas panašias klišes. Lietuvai atgavus nepriklausomybę jauni tėvai suprato, kad auginti ir auklėti naująją kartą laisvoje šalyje reikia vadovaujantis naujais laisvės ir humanizmo principais. Tačiau šalyje dar neįsitvirtinus pažangioms pedagoginėms sistemoms dažnu atveju buvo nueita į įvairius kraštutinumus. Prasidėjo *supermamų*, auginusių *šaunuolių* kartą, era, kuomet vaikams buvo galima beveik viskas, o auklėjimo ribos neaiškios. Netrukus, kartu su XXI amžiumi, į namus pradėjo skverbte skverbti šiuolaikinės informacinės technologijos (toliau tekste – IT), kurių patrauklumui neliko abejingų nei suaugusiųjų, nei vaikų. Pasak Yao-Chung Cheng (2021), išmanieji telefonai prasiskverbė į gyvenimus tokiu žaibišku greičiu, kad mes net nespėjome susivokti ir neturėjome progos žingsnis po žingsnio išmokti tinkamai jais naudotis. Atsakingiems tėvams kilo nemenki iššūkiai užauginti, išauklėti ir išugdyti visapusiškai sveikus vaikus, gebančius saugiai naudotis IT (Buabbas ir kt. 2021).

Probleminis išmaniųjų telefonų naudojimas XXI a. pradžioje tapo viena labiausiai paplitusių priklausomybės formų. Ši priklausomybė, nors ir nesusijusi su psichotropinių medžiagų vartojimu, sukelia tipiškus abstinencijos simptomus, pasireiškiančius vartojantiems narkotikus (Yao-Chung Cheng ir kt. 2021).

Jau daugiau nei du dešimtmečius kompiuteriai, planšetės, išmanieji telefonai dažnoje šeimoje tampa valandinėmis vaikų auklėmis, pakeičia vaikams žaislus ir motinos ar tėvo balsu skaitomas pasakas, o prigimtinį vaikų judrumą, smalsumą tyrinėti pasaulį pavergia sėdėjimas prie vienokių ar kitokių ekranų. Visa tai neigiamai veikia vaikų fizinę ir psichinę sveikatą (Jusienė ir kt. 2019; Fairclough ir kt. 2009; Domoff ir kt. 2017; King ir Delfabbro 2020; Buabbas ir kt. 2021).

Vokietijos mokslininkai Rehbein F. ir Baier D. (2013) teigia, kad 34 proc. ketvirtoje klasėje besimokančių vaikų jau turi savo kambaryje televizorių, 29 proc. – savo kompiuterį, 23 proc. – žaidimų pultą, net 59 proc. turi savo žaidimų konsoles. Lietuvoje retas moksleivis, nepriklausomai nuo socialinio ar ekonominio statuso, į mokyklą ateina be nuosavo išmaniojo telefono. Taigi vaikai vos pradėję lankyti pradinę mokyklą tampa aktyviais ekranų ir interneto vartotojais. Negana to, pastaraisiais metais

tyrėjai stebi sparčiai ilgėjantį vaikų laiką prie ekranų, kuris itin išaugo COVID-19 pandemijos metu. Įvairūs tyrimai byloja, kad pramogoms įvairaus amžiaus mokiniai kasdien skiria po 4–8 val. (Jusienė ir kt. 2021). Tuo tarpu Pasaulinė sveikatos organizacija (toliau tekste – PSO) ir mokslininkų bendruomenė, daugiau nei dvidešimtmetį tyrinėjanti interneto ir IT įtaką žmonių psichinei ir fizinei sveikatai, rekomenduoja riboti prie įvairių IT priemonių leidžiamą laiką: visiems vyresniems nei 7 m. amžiaus asmenims – ne ilgiau nei 2 val. per dieną, 3–6 m. vaikams – iki 1 val., kūdikiams iki 2 m. – 0 valandų. Vilniaus universiteto mokslininkų komandos 2017–2018 m. atliktas tyrimas atskleidė, kad beveik ketvirtadalis (24 proc.) 1,5–5 m. amžiaus vaikų darbo dienomis ir beveik trečdalis (31 proc.) laisvadieniais prie įjungtų ekranų vidutiniškai būna apie 2 valandas. Dar trečdalis (apie 30 proc.) mažų vaikų laisvadieniais prie veikiančių ekranų būna 3 val. ir daugiau (Jusienė ir kt. 2019).

Mokslininkų atlikti kiekybiniai tyrimai byloja, kad tėvams, nepriklausomai nuo jų socioekonominio statuso (toliau tekste – SES) ir išsilavinimo, yra sudėtinga tvarkytis su vaikų ir paauglių potraukiu bei įnikimu į IT (Fairclough ir kt. 2009; Buabbas ir kt. 2021). Taigi tėvams darosi itin svarbi įvairių specialistų pagalba ugdant vaikų skaitmeninį raštingumą namuose, plėtojant su tuo susijusius tėvystės įgūdžius, atliekant ankstyvąją probleminio elgesio diagnostiką vaikams iki 12 metų (Domoff ir kt. 2017). 65 proc. tėvų mano, kad vaikų laiko prie IT kontrolė jau yra ne vien tik tėvų atsakomybė, nes šis fenomenas pasiekęs tokį mastą, kad be valstybinio sektoriaus įsitraukimo spręsti problemas vien tėvams ar mokyklai darosi pernelyg sudėtinga. Tam reikia konkrečių vietos valdžios sprendimų, pvz., kiekvienam lengvai prieinamų sporto centrų ir kitų aktyvaus laisvalaikio pasiūlymų (Buabbas ir kt. 2021).

Lietuvai, kaip ir bet kuriai kitai moderniai valstybei, aktuali vaikų ir jų įnikimo į IT tema. Pastarąjį dešimtmetį mūsų šalies mokslininkų bendruomenė skiria vis daugiau dėmesio vaikų ir jaunimo šiuolaikinių informacinių technologijų naudojimo tendencijų tyrimams, gilinasi į šio reiškinių priežastis ir pasekmes, poveikį fizinei ir psichinei sveikatai.

Šio magistrinio darbo pasirinkta tematika yra ne tiek nauja, kiek pastarąjį dešimtmetį itin populiaru ir tyrėjų nagrinėjama pačiais įvairiausiais rakursais. Visame pasaulyje atlikta įvairių kiekybinių mokslinių tyrimų, tačiau kokybinių tyrimų santykinai yra labai nedaug. Šiame moksliniame darbe atliekamas kokybinis tyrimas, kuriuo bandoma pažvelgti į probleminį vaikų įnikimą į ekranus vertinant ne tiek žalą

vartotojams – vaikams, kiek tai, kaip tėvai tvarkosi su iššūkiais, kylančiais namuose ir kaip jie patys patiria vaikų potraukį ekranams.

Nagrinėti tėvų patirtis pasirinkta specifinė šeimų grupė, t.y. šeimos, kurios jau susiduria su vienokiais ar kitokiais socialiniais sunkumais ir naudojami kai kuriomis jiems reikalingomis socialinėmis paslaugomis. Būtent tokia pasirinkta tikslinė tiriamųjų grupė daro šį darbą išskirtiniu ir prasmingu socialinio darbo specialybei, nes gauti rezultatai gali sudaryti prielaidas dar vienu rakursu įvertinti socialinio darbo su šeimomis teikiamas paslaugas, jų aktualumą, tikslingumą ir specifiškumą.

Taigi šiam magistriniam darbui iškeltas **tikslas** tirti IT naudojimo ir vaikų ugdymo ypatumus socialinius sunkumus patiriančiose šeimose.

Tikslui pasiekti išsikelti šie **darbo uždaviniai**:

1. Apžvelgti J. Bowlby prierašumo ir P. Fonagy mentalizacijos teorijas susiejant vaikų ir tėvų santykių įtaką vaikų naudojimuisi IT.
2. Analizuoti Lietuvos ir užsienio mokslininkų tyrimus apie naudojimosi IT poveikį vaikų raidai: fizinei bei psichinei sveikatai.
3. Aptarti, kokį poveikį IT naudojimas namuose turi tarpasmeniniams santykiams šeimoje, vaikų mokymuisi ir kitiems socialiniams įgūdžiams.
4. Atskleisti tėvų patirtis ugdant vaikus, kai šeimose, patiriančiose socialinius sunkumus, yra naudojama IT.

Magistrinio darbo **tyrimo metodai**: mokslinės literatūros analizė ir kokybinė turinio analizė.

Pasirinkta empirinio tyrimo metodika leis remiantis autentiškais tyrimo dalyvių patirtimis pažvelgti į visiems tėvams, kurių vaikai jau naudojami IT priemonėmis, problemines sritis, kylančius sunkumus, galbūt daromas taktines klaidas ir numatyti galimus sprendimus ar pagalbos priemones.

Tikėtina, kad gauti tyrimo rezultatai galėtų pasitarnauti gerinant šeimoms teikiamų socialinių paslaugų kokybę, kad gaunama pagalba būtų kuo tikslingesnė, maksimaliai atliepanti klientų poreikius.

Šis darbas prisidės prie socialinio darbo teorijos ir praktikos plėtotės tiriant sunkumus patiriančių šeimų problematiką postmoderniame pasaulyje, kuriame IT peržengia įvairiausias socioekonominius bei sociokultūrinius barjerus ir kelia šeimose naujus iššūkius, siekiant užtikrinti vaikų gerovę.



## DARBE NAUDOJAMŲ TRUMPINIŲ ŽODYNĖLIS

VDM – visos dienos mokykla, tai yra vaikų užimtumas pasibaigus privalomajam formaliam ugdymui.

SUP – specialieji ugdymosi poreikiai, kuriuos vaikams nustato Pedagoginė psichologinė tarnyba ir Vaikų raidos centras. Dažniausiai vaikams nustatomi specifiniai mokymosi sunkumai, emocijų ir dėmesio sutrikimai, hiperaktyvumas, autizmo spektro sutrikimas ir kita.

IT – šiuolaikinės informacinės technologijos, tokios kaip kompiuteriai, planšetiniai kompiuteriai, išmanieji telefonai, išmanioji televizija, žaidimų konsolės, bevielio interneto stotelės ir kita.

WI-FI – bevielis interneto ryšys.

Ekranai – šiame darbe žodis „ekranai“, bus vartojamas, kaip įvairių IT priemonių, kurias naudoja vaikai namuose ar mokykloje, trumpinys.

PIN – probleminis interneto naudojimas

SES – socialinis-ekonominis statusas – šeimos socialinė padėtis ir ekonominė (finansinė) būklė.

# 1. ŽVILGSNIS Į VAIKŲ INFORMACINIŲ TECHNOLOGIJŲ NAUDOJIMO TENDENCIJAS PER PRIERAIŠUMO IR MENTALIZACIJOS TEORIJŲ PRIZMĘ

Šiuolaikinėje psichologijoje ir socialiniame darbe, pripažįstama, kad neadaptivaus elgesio ištakos dažnai slypi ankstyvoje vaikystėje, tad šių ištakų atskleidimas yra labai svarbus uždavinys, norint nustatyti žmogaus minčių, emocinių išgyvenimų bei elgesio raidos logiką, kad supratus kaip ir kodėl atsiranda įvairūs elgesio nukrypimai, būtų galima parinkti ir pritaikyti žmogui efektyviausias pagalbos priemones (Valickas, G. 2003).

Šiame darbe, analizuojant ir tiriant IT naudojimo įpročius ir vaikų ugdymo ypatumus socialinius sunkumus patiriančiose šeimose bus remiamasi J. Bowlby prieraišumo ir P. Fonagy mentalizacijos teorijomis. Esminiai šių teorijų postulatai yra šie: kūdikio pagrindinė vara – saugaus santykio ir socialinio ryšio su savo globėjais (pirmiausia, motina) siekis, o žmogus tampa žmogumi tik santykyje su kitais žmonėmis (Čekuolienė 2008; Andrikienė ir kt. 2013).

J. Bowlby prieraišumo teorijos teigia, kad kūdikiui nuo gimimo yra poreikis turėti stabilias elgesio sistemas, kurios užtikrintų artumą, šilumą ir saugumą su pagrindiniu globėju, ir tai yra tolimesnių tėvų ir vaikų saugaus prieraišumo santykių pagrindas (Čekuolienė 2008). Pozityvi prieraišumo raida ir jautri vaiko globa yra svarbi kūdikio, o vėliau ir suaugusiojo, psichikos sveikatos prielaida, tai yra ir gebančios gerai veikti savasties pamatas. Tuo tarpu nejautrią globą patyrusio vaiko reprezentacijos, vidinio *AŠ* vaizdas formuojasi kaip nemylimo ir neverto meilės, negebančio keisti išorės ar susilaukti globos (Rao ir Madan 2012; Čekuolienė 2008). Susiformavęs nesaugus prieraišumo stilius gali sukelti stipriausias emocijas ir problemų tolimesniame žmogaus gyvenime (Rao ir Madan 2012).

Remiantis prieraišumo teorija, probleminis naudojimas IT, socialiniais tinklais, vaizdo žaidimais gali būti įsišaknijęs ankstyvuosiuose vystymosi procesuose ir susijęs su nesaugiais prieraišumo stiliais (Mussetti ir kt. 2021; D'Arienzo ir kt. 2019). Kalbant apie prieraišumo stilius ir priklausomybę nuo interneto, tyrimai (D'Arienzo ir kt. 2019; Monacis ir kt. 2017; Mussetti ir kt. 2021) rodo, kad pozityvūs tėvų ir vaikų santykiai yra susiję su mažesne vaikų motyvacija naudotis internetu, siekiant pabėgti nuo kasdienių problemų, nes prisirišimas prie tėvų patenkina vaikų intymumo poreikius, suteikia jiems

tai, ko reikia ir apsaugo nuo eskapizmo – pabėgimo į ekranus (angl. *escapism*) (D'Arienzo ir kt. 2019).

*Saugaus prieraišumo tipas* (Čekuolienė 2008) neigiamai siejasi su įvairiomis priklausomybėmis nuo IT. Taigi asmenims, kuriems būdinga aukšta savivertė, kuriems malonu kurti artimus ryšius, dalintis savo jausmais ir išgyvenimais, gali būti mažesnė rizika tapti priklausomais nuo internetinių žaidimų, socialinių tinklų ir interneto (Monacis ir kt. 2017).

Kalbant apie *nesaugaus vengiančio prieraišumo tipą* (Čekuolienė D. 2008), nustatyta, kad jis yra kaip apsauginis veiksnys nuo įnikimo į socialinius tinklus. Asmenims, kuriems susiformavo nesaugus vengiantis prieraišumas, sunku palaikyti artimesnius ilgalaikius santykius ir dalintis jausmais, mintimis su kitais, todėl jie linkę sumažinti iki minimumo bet kokią socialinę interaktyvią veiklą internete, tačiau jiems yra didesnė rizika įnikti į vaizdo žaidimus, kuriuose nereikia megzti socialinių ryšių, tačiau yra sukuriama dalyvavimo veiksmo pojūtis, patiriama sėkmė, apdovanojimai ir pan. (Monacis ir kt. 2017).

Monacis ir kt. (2017) nustatė teigiamas sąsajas tarp *nesaugaus ambivalentiško prieraišumo tipo* ir įvairių internetinių priklausomybių. Asmenys, turintys ambivalentišką prieraišumą, demonstruoja gana didelį norą megzti ryšius su kitais, būti priklausomais nuo jų, bet kartu vengia artimesnių, intymesnių santykių (Čekuolienė 2008). Ambivalentiško prieraišumo asmenys naudojami internetu ir socialiniais tinklais kaip saviterapija, kaip saugia aplinka, kurioje gali rasti tai, ko jiems trūksta kasdieniame gyvenime: emocinę paramą, priklausymo jausmą, gauti patvirtinimą ir teigiamą grįžtamąjį ryšį, kad jie verti saugaus santykio ir intymumo (D'Arienzo ir kt. 2019), bet kartu laikosi distancijos, vengia artimesnio ryšio su kitais, galiausiai juos atstumia, bet paskui vėl ieško ryšio kaip kompensacijos už meilės trūkumą, kurios jie nepatyrė iš tėvų (Monacis ir kt. 2017; Rao ir Madan 2012).

Nesaugaus prieraišumo tipo paaugliams socialiniai tinklai yra pagrindinė priemonė užpildyti tuštumą, kurią jie patiria savo realiame gyvenime, be to, socialiniuose tinkluose nereikia itin gerų socialinių įgūdžių santykiams užmegzti, čia reikia tik kompiuterio ir interneto prieigos (Rao ir Madan 2012), o visa tai moderniaame pasaulyje turi beveik visos šeimos, nepriklausomai nuo jų socioekonominio statuso.

Vaikas, turintis saugų ryšį su savo tėvais, gali išsiugdyti ir adekvačius reflekyvius gebėjimus arba kitaip dar vadinamą gebėjimą mentalizuoti (Fonagy ir kt. 2002), kuris reiškia žmogaus gebėjimą suprasti savo ir kito psichines būsenas – mintis,

jausmus, norus ir troškimus, kuriais grindžiamas žmogaus elgesys. Be to, saugūs ankstyvieji ryšiai su tėvais ar globėjais, pagrįsti emocine darna, sudaro prielaidas plėtotis saviorganizacijai ir savajam AŠ, atskirti vidinį ir išorinį pasaulį, vidinius emocinius išgyvenimus, jausmus, mintis ir fantazijas nuo tarpasmeninių. (Mussetti ir kt. 2021). Mentalizacijos esmė yra žmogaus sugebėjimas vertinti save iš šalies ir kitą matyti šio akimis (Andrikienė ir kt. 2013), tad tėvų reflektvyvioji funkcija ir prieraišumo santykiai yra esminiai vaikų mentalizacijos raidos veiksniai (Gerviskaitė-Paulatienė 2016). Vaikui įveikiant naujas raidos užduotis (mokykla, nauji socialiniai kontekstai, ryšiai su bendraamžiais, vis didėjantys reikalavimai, paauglystės iššūkiai), tėvų gebėjimas mentalizuoti, atliepti besikeičiančius vaiko poreikius, padėti susivokti savyje ir kituose gali būti traktuojamas kaip svarbus veiksnys, palaikantis mentalizacijos gebėjimų įtvirtinimą ir raišką (Gerviskaitė-Paulatienė 2016). Nesant pakankamos tėvų reflektvyviosios funkcijos sutrinka jų gebėjimas tinkamai atliepti vaikų poreikius, tinkamai juos mentalizuoti, o tai daro įtaką ir prastesniems vaikų mentalizacijos gebėjimams ir raiškai (Fonagy ir kt. 2002; Gerviskaitė-Paulatienė 2016).

Gebėjimas mentalizuoti sumažina priklausomybę nuo kitų nuomonės ir interpretacijų, suteikdamas prasmę kitų žmonių asmeninei patirčiai ir elgesiui (Fonagy ir Target 1998). Taigi asmens reflektvyvumas yra sveikų ir stabilių tarpasmeninių santykių kūrimo pagrindas ir atvirkščiai – sutrikęs reflektvyvumas siejamas su emocijų reguliavimo ir impulsų kontrolės sutrikimu, savistabos ir autonomiškumo sunkumais ir įvairiomis psichopatologijos formomis, įskaitant piktnaudžiavimą narkotinėmis medžiagomis ar kitokius priklausomybės sutrikimus (Morosan ir kt. 2020). Išorinės tikrovės ir savo vidinių psichinių būsenų nesugebantys atskirti asmenys demonstruoja rigidišką ir nepakankamą psichinių būsenų supratimą, o stresinėse situacijose linkę elgtis dezorganizuotai (Fonagy ir kt. 2002).

Mussetti ir kt. (2021) tyrime atskleista, kad mentalizacijos raidos trikdžiai ir reflektvyviųjų funkcijų disbalansas dėl tam tikrų trauminių patirčių ar susiformavusio nesaugaus prieraišumo stiliaus yra rizikos faktorius paaugliams tapti problemineis socialinių tinklų vartotojais ar įnikti į vaizdo žaidimus. Tyrime dalyvavę paaugliai pasižymėjo žemu savo ir kitų psichinių būsenų supratimo lygiu, patyrė didesnius sunkumus tarpasmeniniuose santykiuose, sunkiai suvokė savo pačių ir kitų asmenines ribas, buvo linkę į egocentrizmą bendraudami su kitais. Tokių jaunuolių pasąmoningas motyvas – nuolat susirašinėjant per įvairias bendravimo platformas pagerinti savo psichologinę savijautą, užmiršti savo skausmingas patirtis, nuolat susirašinėjant gauti

pozityvų grįžtamąjį ryšį, sulaukti pripažinimo ir priėmimo (Mussetti ir kt. 2021). Taigi nesėkminga mentalizacija paaugliams ne tik apsunkina socialinius ryšius prieraišumo kontekste, bet ir sužadina prementalizacinius mąstymo apie save psichikos funkcionavimo būdus, kurie sukelia ne tik tarpusavio santykių, bet ir savasties struktūrų sutrikimus (Barkauskienė ir kt. 2017).

Esminiai mentaliacijos komponentai yra emaptija, emocinis intelektas, psychologizavimas, įprasminimas ir simbolizavimas, o sėkmingos mentaliacijos bruožai yra savo psichinių būklių įsisąmoninimas ir gebėjimas jas susieti su elgesiu, taip pat savo psichinių būklių suvokimas raidos požiūriu ir gebėjimas atrasti priežasties – pasekmės ryšius (Andrikienė ir kt. 2013). Taigi sėkmingam vaiko funkcionavimui tolimesniame gyvenime svarbu ne tik pozityvūs ir saugūs ryšiai su prieraišumo objektais, bet ir tolimesnėje raidoje besivystanti reflektvyvioji funkcija – mentalizacija (Gerviskaitė-Paulatienė 2016).

## **2. MOKSLINIŲ TYRIMŲ APŽVALGA APIE ŠIUOLAIKINIŲ INFORMACINIŲ TECHNOLOGIJŲ NAUDOJIMO POVEIKĮ VAIKŲ SVEIKATAI IR KASDIENYBEI**

### **2.1. Šiuolaikinių informacinių technologijų naudojimo sąsajos su vaikų psichine sveikata ir priklausomybės rizika**

Internetiniai vaizdo žaidimai populiarėja visame pasaulyje ir tampa svarbia laisvalaikio leidimo forma (King ir Delfabbro 2020). Jie patenkina pagrindinius psichologinius žmogaus poreikius, didindami kompetencijos, autonomijos ir priklausymo bendruomenei jausmą (Caro ir Popovac 2020). Teigiama, kad virtualioje patirtyje vaikai randa didesnę asmeninį pasitenkinimą ir prasmę nei realiame pasaulyje. Žaidimai suteikia begalę nuolat besikeičiančių stimulų, turi gerai apgalvotą, patrauklią apdovanojimų ir paskatinimų sistemą (King ir Delfabbro 2020). Žaidimai gali pagerinti nuotaiką ar nukreipti nerimą ir agresiją, tačiau per ilgas žaidimų laikas gali sukelti priklausomybę, tapti realaus pasaulio problemų vengimo priemone (Caro ir Popovac 2020).

Pagrindinis padidėjusio vaikų ir suaugusiųjų potraukio prie ekranų kaltininkas yra neuromediatorius dopaminas. Jis „užlieja“ mūsų smegenis, kai žaidžiame kompiuterinius žaidimus, žiūrime vaizdo įrašus, naršome internete, socialiniuose tinkluose ir panašiais atvejais (King ir Griffiths 2013). Kuo labiau ilgėja laikas prie ekranų, tuo labiau smegenys tampa nejautrios dopaminui, todėl norint patirti tą patį malonumą, reikia vis daugiau ekrano laiko, o dar blogiau tai, kad vaikų smegenys įpranta su minimaliomis pastangomis gauti pasitenkinimą, todėl motyvacija kažkuo užsiimti realiame gyvenime menksta, ypač dėl to nukenčia mokymasis (Wolf ir kt. 2018).

Daugybė mokslinių tyrimų byloja, kad naujosios skaitmeninės technologijos daro neigiamą poveikį jaunų žmonių psichinei sveikatai, kai jomis naudojamos nesaikingai. Priklausomybė nuo televizoriaus žiūrėjimo, vaizdo ar kompiuterinių žaidimų paprastai prasideda ankstyvoje paauglystėje (Carlson, S., A., Fulton, J., E., Lee, S., M., Foley, J., T., Heitzler, C., Huhman, M. 2010). Ankstyvieji šios priklausomybės požymiai yra šie: nuolat ilginamas žaidimų laikas, kol galiausiai tai tampa pagrindine ar net vienintele žmogaus gyvenimo veikla; nuolat mažėja darbo ir (arba) mokymosi produktyvumas; renkamas žaisti vaizdo žaidimus, o ne bendrauti su kitais ar eiti

miegoti; meluojama ar žaidžiama slapta; vengiama ar atsisakoma dalyvauti kitose veiklose su tikslu praleisti daugiau laiko žaidžiant; prarandama kontrolė (King ir Griffiths 2013). Ilgainiui tai gali vesti prie depresijos, nerimo ir miego sutrikimų (Starosta ir Izydorczyk 2020). Analogiškai apibrėžiamas ir probleminis (kompulsyvus) interneto naudojimas (King ir Griffiths 2013).

Mokslininkai pastebi, kad į besaikį naudojimąsi IT linkę asmenys pasižymi dideliu neurotiškumu ir žema saviverte, impulsyvumu, nekantrumu, hedonistiniu polinkiu čia ir dabar gauti apdovanojimus, siekti pasitenkinimo, o leisdami laiką prie technologijų, jie taiko atsiribojimo ir vengimo strategijas spręsti kasdienio gyvenimo problemas ir tvarkytis su neigiamais afektais (Starosta ir Izydorczyk 2020), jiems gali atsirasti agresyvus elgesys (El Asam ir kt. 2018). Visa tai veda į vienišumą ir kitus aukščiau minėtus psichinės sveikatos sutrikimus (Yao-Chung Cheng ir kt. 2021). Daugelis tyrimų byloja, kad yra teigiama koreliacija tarp vyriškos lyties ir priklausomybės nuo vaizdo žaidimų. Turintys priklausomybę pasižymi didesniu impulsyvumu, didesne smurto tolerancija, žemesne empatija, prastesniais socialiniais įgūdžiais. Dažniau į priklausomybę įrinka turintieji dėmesio, nerimo sutrikimų, hiperaktyvūs ar linkę į depresiją asmenys (Rehbein ir kt. 2013). Zhou ir kiti (2022) teigia, kad didesnę priklausomybės nuo interneto riziką turi miesto vaikai.

Dėl vaikų įnikimo į pramogines veiklas internete ar socialinius tinklus gali nukentėti mokymasis, kitos veiklos, prastėti tarpasmeniniai santykiai. Be to, vaikai ir paaugliai naršydami internete, socialiniuose tinkluose gali tapti patyčių, sukčiavimo ar pornografijos aukomis. Lietuvoje atlikti tyrimai byloja, kad net 80–90 proc. paauglių dalijasi asmeninėmis nuotraukomis socialiniuose tinkluose, ¼ vaikų (9–17 m.) patiria internete tai, kas juos neramina (randa nerimą keliančias žinutes, amžiaus neatitinkančius vaizdus ar vaizdo įrašus), 71 proc. 9–12 metų vaikų žiūrėjo seksualinio turinio vaizdus ir 89 proc. tą darė būdami 13–17 metų. Tuo tarpu pakeisti savo privatumo nustatymus moka tik 17,6 proc. vaikų (7–10 m.) ir nieko apie tai nežino net 67,3 proc. respondentų (Pakalniškienė ir kt. 2020).

2020 m. pasaulį ištikusi COVID-19 pandemija dar prisidėjo prie ir taip per ilgo vaikų buvimo prie ekranų laiko. Vilniaus universiteto atliktoje mokslinėje studijoje „Nuotolinis vaikų ugdymas“ (2019–2020 m.) teigiama, kad jau 2020 m. pavasario karantino metu labai padidėjo visų vaikų amžiaus grupių ekranų naudojimo laikas: iš viso 6–9 metų vaikai prie ekranų per dieną buvo vidutiniškai kiek daugiau nei 4 valandas. Iš jų ugdymo tikslais prie ekranų vidutiniškai praleista 115 min., pramogoms

skirta 138 min. per dieną. 10–11 metų vaikai prie ekranų buvo vidutiniškai kiek daugiau nei 6 val. per dieną, iš jų ugdymo tikslais vidutiniškai 191 min., pramogoms skyrė vidutiniškai 178 minutes. Ekranai buvo naudojami ne tik vaikų formaliajam bei neformaliajam ugdymui, bet ir vaikų laisvalaikio užimtumui, pramogoms (Jusienė ir kt. 2021).

Naudodamiesi internetu vaikai ir paaugliai gali patenkinti tam tikrus svarbiausius socialinio bendravimo, savęs atskleidimo ir tapatybės tyrinėjimo internete poreikius, tačiau akis į akį savo bendruomenėse jiems tai padaryti sunkiau (Kimball ir Cohen 2019). Sunkiau bendraujantys realiame gyvenime dažnai naudoja internetą tam, kad kompensuotų šį poreikį, todėl yra labiau linkę įnikti į ekranus ir tapti kompulsyviais vartotojais (El Asam ir kt. 2018). Pasyvus kitų žmonių „tobulo“ gyvenimo stebėjimas socialinėje žiniasklaidoje daugeliui jaunuolių gali nesukelti problemų, tačiau tiems, kurių savivertė menka, tokia veikla gali būti ypač žalinga – gali kelti dar didesnę neapsitenkinimą savo gyvenimu, išvaizda, šeima ir kita (Griffioen ir kt. 2020).

Išmaniaisiais telefonais ir socialiniais tinklais besinaudojančių jaunuolių savijauta labiausiai priklauso nuo individualių veiklos pasirinkimų, praleidžiamo laiko ir tikslo (Griffioen ir kt. 2020). Nustatyta, kad visiškai nesinaudojančių socialiniais tinklais gerovė buvo prastesnė nei saikingai jais besinaudojančių (Okada ir kt. 2021; Twenge ir Campbell 2019). Paaugliai, naudojantys IT ir socialinius tinklus valandą ar trumpiau, patiria aukščiausią psichinės gerovės lygį, o 5 ar daugiau valandų per dieną praleidžiantys prie ekranų patiria žemiausią gerovės lygį (Twenge ir Campbell 2019). Griffioen ir kt. (2020) nustatė, kad sėkmingai funkcionuojantys jaunuoliai naudodamiesi įvairiomis programėlėmis savo telefonuose ar socialiniais tinklais patiria daugiau malonių jausmų ir teigiamų aspektų, nei neigiamų, tokių kaip pavydas, liūdesys, nuvertinimas ir kita. Stipriai sumažinus ar netikėtai nutraukus internetinius žaidimus, paaugliai patiria nemalonus jausmus ir fizinius pojūčius, tokius kaip stiprus nuotaikos pablogėjimas ir dirglumas, prakaitavimas, galvos skausmas ir netgi nemiga (Wan Yaacob ir kt. 2021).

## **2.2. Šiuolaikinių informacinių technologijų naudojimo įtaka vaikų fizinei sveikatai**

Visame pasaulyje sparčiai augantis IT vartojimas kiekvieną naują kartą paveikia skirtingai. Jau dabar pastebima, kad maži vaikai, kuriems nesudaromos sąlygos aktyviai, laisvai, nevaržomai veikti (bent valandą per dieną) yra nerimastingesni,



uždaresni, labiau prislėgti (Jusienė ir kt. 2019). Fizinis aktyvumas labai anksti pasireiškia kaip svarbus geros vaiko emocinės būsenos veiksnys, o vėliau, kaip rodo kiti tyrimai, svarbus ir bendrai savijautai – tiek fizinei, tiek psichikos sveikatai (Buabbas ir kt. 2021). Be to, mažamečių vaikų (iki 3 m.) televizijos žiūrėjimo trukmė yra susijusi su dėmesio ir aktyvumo problemomis vėlesniame amžiuje (apie 7 metus; Christakis ir kt. 2004), o hiperaktyvumas (ADHD) gali būti susijęs su vaikų probleminiu interneto naudojimu (PIN) arba priešingai – kompulsyvus ekranų naudojimas gali būti siejamas su ADHD ir elgesio problemomis, pasireiškiančiomis agresijos forma (El Asam ir kt. 2018).

Pastebėta tendencija, kad vaikai vis daugiau laiko praleidžia statiškoje, nejudrioje būsenoje būdami prie ekranų ir vis mažiau aktyviai juda, o menkstantis fizinis aktyvumas turi teigiamą koreliaciją su silpnėjančia fizine sveikata ir prastėjančia vaikų savijauta (Zhou ir kt. 2022; Kimball ir Cohen 2019). Jusienės ir kt. (2019) atliktame tyrime apie pusę dalyvavusių tėvų įvardija, kad jų mokyklinio amžiaus vaikai skundžiasi specifiniais fizinės ir psichikos sveikatos sutrikimais dėl pernelyg ilgo laiko prie išmaniųjų telefonų: akių perštėjimu ir išsausėjimu (40 proc. vaikų), galvos skausmais, pykčio protrūkiais (24,8 proc.) bei kitais simptomais, susijusiais su psichine būseną, tokiais kaip nuotaikų svyravimai, dėmesio sutrikimas, kompulsyvumas, vienišumas ir atsiribojimas nuo šeimos. Dar daugiau neigiamų fiziologinių pasekmių nustatė Aziz N. ir kt. (2021) tiems paaugliams, kurie ištisas valandas sėdi nepakildami nuo kėdės ir žaidžia kompiuterinius žaidimus. Tokia veikla jiems gali sukelti nugaros ir kaklo skausmus, kai kurie žaidėjai gali turėti ortopedinių problemų, vadinamų žaidėjo nykščiu, nes per daug laiko praleidžia naudodami kompiuterio pelę ir klaviatūrą, gali būti susilpnėjusi jų klausa, nes jie įpratę klausytis stipraus triukšmo naudodami ausines, dažnas jų jaučia bendrą fizinį nuovargį (Aziz ir kt. 2021).

Taigi PIN ir įnikimas į vaizdo žaidimus daro didelę neigiamą įtaką vaikų fizinei ir psichinei sveikatai, nes, pasak Zhou M. ir kt. (2022), įnikimas į ekranus itin ženkliai mažina fizinio aktyvumo trukmę ir trikdo miego režimą.

### **2.3. Šiuolaikinių informacinių technologijų naudojimo sąsajos su mitybos problemomis**

Tiriant vaikų ir paauglių naudojimosi IT įtaką jų mitybai pastebėtos dvi pagrindinės problemos: nutukimas ir mitybos sutrikimai, tokie kaip anoreksija, bulimija ir kita.

Nutukusių vaikų procentas nuo 1970 m. išaugo daugiau nei trigubai. Prieš 15–20 metų atsiradusi jaunimo nutukimo epidemija rodo, kad ši būklė yra ne tiek genetinė, kiek nulemta aplinkos: sumažėjusio fizinio aktyvumo, suvartojamo per didelio kalorijų kiekio ir sulėtėjusios medžiagų apykaitos.

Labiausiai paplitusi pasyvaus laisvalaikio forma, kuri mažina fizinį aktyvumą, yra televizijos žiūrėjimas. Ryšys tarp televizijos žiūrėjimo ir padidėjusio kūno masės indekso (KMI) buvo tiriamas daugiau kaip 30 metų. Be televizijos, labai reikšmingą įtaką sėdimajai veiklai turi kompiuteriniai vaizdo žaidimai ir kitos pramogos internete (Fairclough ir kt. 2009), įvairių delninių prietaisų (išmaniųjų telefonų, planšetinių kompiuterių naudojimas; Wolf ir kt. 2018). Nustatyta, kad paaugliams, kasdien sėdintiems prie televizorių ar kitų ekranų daugiau nei 5 valandas, tikimybė turėti antsvorį yra penkis kartus didesnė nei bendraamžiams prie ekranų būnantiems iki 2 valandų.

Daugiau nei pusė vaikų (55 proc.) maitinimo ar valgymo metu naudojami įjungtais ekranais. Aziz ir kt. (2021), Jusienė ir kt. (2019) teigia, kad valgymas naudojantis ekranais, bendra buvimo prie ekranų trukmė, nesveiko maisto vartojimas, vaikų gastroenterologiniai simptomai bei emociniai ir elgesio sunkumai reikšmingai siejasi tarpusavyje.

Jei vaikai ir paaugliai prie ekranų per dieną praleidžia daugiau laiko nei rekomenduoja PSO, blogėja miego higiena, kas taip pat gali turėti įtakos kūno masės indekso pokyčiams (Wolf ir kt. 2018), be to stebimos tendencijos, kad kuo vyresni vaikai, tuo daugiau jie vartoja nesveiko maisto, dažniau valgo naudodamiesi įjungtais ekranais (Aziz ir kt. 2021), bendrai ilgesnis laikas prie ekranų leidžia numatyti elgesio sutrikimų riziką (Jusienės ir kt. 2019). Jusienės ir kt. (2019: 56) tyrime atlikta „logistinė regresinė analizė parodė, kad žemesnis tėvų išsilavinimas ir prastesnė jų savijauta, šeimos patirti emociniai sukrėtimai yra reikšmingiausi vaikų emocijų bei elgesio sutrikimų rizikos prognostiniai veiksniai“.

Per kompiuterius ir kitus išmaniuosius prietaisus prieinama socialinė žiniasklaida taip pat gali turėti įtakos valgymo sutrikimams, prisidėti prie kitų psichikos sveikatos problemų. Tyrimai rodo, kad tos pačios draugų grupės nariai dažnai turi panašių dietų ir ekstremalių svorio metimo bei persivalgymo įpročių. Kimball ir Cohen (2019) tyrimas parodė padidėjusį moterų nepasitenkinimą kūnu, padidėjusią neigiamą nuotaiką ir žemesnę savivertę, susijusią su idealių formų demonstravimu socialinėje žiniasklaidoje. Socialinė žiniasklaida taip pat gali paskatinti konkurenciją tarp bendraamžių, kuri yra susijusi su nepasitenkinimu kūnu ir valgymo sutrikimu, tokiu kaip anoreksija, bulimija ar besaikis valgymas (Kimball ir Cohen 2019).

#### **2.4. Šiuolaikinių informacinių technologijų naudojimo poveikis vaikų miegui**

Ekranų naudojimas ankstyvame amžiuje daro poveikį visiems vaikų gyvenimo aspektams, jų budrumo valandoms, taip pat valandoms, kai jie turėtų miegoti augdami ir vystydami (Wolf ir kt. 2018). Miego trūkumas vaikams pasireiškia kitaip nei suaugusiems – vaikams gali kilti bendravimo su bendraamžiais sunkumų, jie gali jaustis impulsyvūs, liūdni, prislėgti, pikti, patirti dažnesnę nuotaikų kaitą (Jusienė ir kt. 2019). Blogi miego įpročiai neigiamai veikia vaikų galimybes gerai mokytis.

Įnikimas į ekranus ir internetą trikdo vaikų dienos režimą ir silpnina rūpinimosi savimi ir savo poreikiais įgūdžius (Zhou ir kt. 2022). Miegas yra svarbus visiems, bet ypač vaikams iki 10–12 m., nes somatotropinas, dar vadinamas žmogaus augimo hormonu, kuris stimuliuoja ląstelių dauginimąsi ir augimą, išsiskiria miego metu (Wolf ir kt. 2018), todėlėjimo miegoti laikas yra toks svarbus šiame amžiaus tarpsnyje. Kūdikiai, kurie per pirmuosius 2,5 gyvenimo metų miegojo trumpiau nei rekomenduojama, pasižymėjo didesniais kognityviniais defektais ir padidintu hiperaktyvumu (Wolf ir kt. 2018).

Kol vaikai maži ir tėvai aktyviai dalyvauja palaikydami jų dienotvarkę, miego trukmė dažniausiai atitinka rekomenduojamas normas. Mokykliniame amžiuje ir ypač paauglystėje miego trukmė tampa nepakankama. 2014 m. Lietuvoje atliktas 13–18 metų paauglių tyrimas atskleidė, kad vidutinė miego trukmė buvo 6,93 val., o pakankama miego trukmė pasižymėjo 8,3 proc. vaikų (Petronytė ir kt. 2016). Tokio amžiaus paaugliams pediatrijai rekomenduojama ne mažiau kaip 9 valandas naktinio miego. Pasak Jusienės ir kt. (2021), miego trumpėjimas siejamas su technologine revoliucija, kuri

padarė didžiulį poveikį gyvenimo tempui, ir vis didėjančiu IT naudojimu. Wolf ir kt. (2018) nustatė, kad dėl kiekvienos papildomai prie televizoriaus praleistos valandos vaikai miegodavo vidutiniškai 7 minutėmis mažiau per naktį, o dėl kiekvienos papildomos valandos prie planšetinio kompiuterio miegodavo net 16 minučių mažiau. Taigi per ilgas laikas praleistas prie ekranų trumpina miego laiką ir padidina mieguistumą dienos metu.

Privalomas nuotolinis ugdymas karantino metu daugumai vaikų suteikė galimybę ilgiau pamiegoti, tačiau bendra vaikų miego trukmė karantino laikotarpiu, palyginti su ankstesnių tyrimų duomenimis, nepailgėjo, o kaip tik galimai sutrumpėjo (Jusienė ir kt. 2021). Viena iš hipotezių yra ta, kad įvairių medijų naudojimas tiesiogiai išstumia miegą, nes iš išmaniųjų ekranų sklindanti mėlynoji šviesa trumpina nakties miego laiką. Mėlynoji šviesa slopina melatonino išsiskyrimą, todėl ilgėja užmigimo laikas, o jei tai vyksta nuolat, ilgainiui gali išsivystyti net ir miego sutrikimas (Wolf ir kt. 2018; Petronytė ir kt. 2016) ir taip trumpėja naktinis miegas. Būtent dėl to paauglys dar nesijaučia pavargęs 1 val. nakties, bet jaučiasi apsnūdęs 10 val. ryto (Jusienė ir kt. 2021).

Moksliniai tyrimai rodo, kad, norint užtikrinti sklandų smegenų vystymąsi ir gerą emocinę sveikatą, paaugliams reikia 8–10 val. miego, **tačiau** dauguma 13–18 metų amžiaus vaikų ir paauglių vidutiniškai miega vos 6–6,5 val. per parą (Jusienė ir kt. 2019). Miegas dažnai įvardijamas kaip veiksnys, jungiantis nesaikingą naudojimąsi internetu ir pasireiškiančius depresijos simptomus (Pontes 2017). Paaugliai, kurie daugiau naudojami socialiniais tinklais, ne tik dieną, bet ir naktį, ir emociškai yra labai įsitraukę į socialinių tinklų įvykius, patiria prastesnę miego kokybę, turi žemesnę savivertę ir aukštesnę depresijos lygį (Kimball ir Cohen 2019).

## **2.5. Šiuolaikinių informacinių technologijų naudojimo įtaka vaikų mokymuisi ir socializacijai**

Daugiau nei 50 proc. tėvų, kurių vaikai naudojami išmaniaisiais ekranais, mano, kad tai padeda vaikams mokytis, tačiau tai yra netiesa. Yra keletas tyrimų, kurie pagrindė aukštos kokybės švietimo programų, skirtų konkrečių akademinų įgūdžių ugdymui naudą, vyresniems vaikams (Wolf ir kt. 2018).

Ekranų naudojimas ankstyvame amžiuje turi keletą pasekmių besivystančiam vaikui. Smegenys intensyviausiai vystosi pirmaisiais trejais gyvenimo metais, o tai reiškia, kad per tuos metus smegenys yra labiausiai pažeidžiamos. Longitudiniai tyrimai parodė, kad maži vaikai, kurie naudojami ekranais daugiau nei rekomenduoja PSO (iki 18 mėn. – 0 min., iki 7 metų – iki 60 min., vėlesniame amžiuje – iki 2 val. per dieną) turėjo žemesnius bendravimo įgūdžių ir komunikacinių gebėjimų įverčius (Hutton ir kt. 2019). Kai 8–16 mėnesių kūdikiai žiūri vaizdo įrašus, yra didelis ryšys su lėtėjančia kalbos raida, siauresniu vaiko žodynu (Domoff ir kt. 2017; Wolf ir kt. 2018). Tai pagrindžia ir Sinsinačio vaikų ligoninės tyrimų centro (JAV) atlikti pažintiniai testai su ikimokyklinukais, kurie parodė, kad vaikai, kurie prie ekranų kasdien praleidžia daugiau nei valandą, pasižymėjo prastesniais raštingumo įgūdžiais, skurdesniu žodynu, jie ilgiau užtrukdavo sugalvodami pavadinimus tam tikriems objektams dėl sulėtėjusio informacijos apdorojimo greičio – taigi kenčia mokymosi rezultatai (Hutton ir kt. 2019). Televizijos, kaip aplinkos fono, naudojimas taip pat turi neigiamų pasekmių vaikams – jis buvo siejama su prastesne pažintinių užduočių atlikimo funkcija ir dėmesio koncentracijos stoka (Wolf ir kt. 2018).

C. Wolfo ir kitų mokslininkų atliktas tyrimas atskleidė, kad naudojimas ekranais ankstyvame amžiuje pasireiškia neigiamu poveikiu jau pradinėje mokykloje. Kiekviena papildoma valanda, praleista prie ekranų, praėjus 29 mėnesiams pasireiškė mažėjančiais matematikos ir kitų mokyklinių veiklų rezultatais (7 proc. ir 6 proc.; Wolf ir kt. 2018). Pasak Domoff ir kt. (2017), vaikų įnikimas į išmaniuosius įrenginius neigiamai veikia mokymosi procesą, nes ilgainiui prasideda mokyklos namų darbų atidėliojimas ar vengimas juos atlikti arba jie daromi paskubomis, nesusetelkiant į užduotį.

Paauglių naudojimas išmaniaisiais telefonais ir socialiniais tinklais atliekant namų darbus neigiamai veikia akademinis rezultatus. Tai reiškia, kad didesnis daugiafunkcinis elgesys (angl. *multitasking*) yra susijęs su mažesne dėmesio kontrole ir akademiniais rezultatais. Rezultatas atitinka naujausius tyrimus, rodančius aiškų ryšį tarp išsiblaškymo ir kelių užduočių atlikimo (Kokoc 2021). Šio tyrimo rezultatai sustiprina idėją, kad dėstytojai ir tyrėjai turėtų atsižvelgti į savireguliacijos ir dėmesio kontrolės vaidmenį technologijomis patobulintose mokymosi aplinkose ir kontekstuose (Alghamdi ir kt. 2020; Dindar ir Akbulut 2016). Siūloma, kad dėmesio kontrolės stiprinimas vaidintų pagrindinį vaidmenį palengvinant savireguliaciją ir formuojant

rezultatyvią mokymosi patirtį. Pedagogai galėtų padėti paaugliams tam skirtų specialių pratimų ir treniruočių rekomendacijomis (Kokoc 2021).

Rehbein F. ir Baier D. (2013) tyrimo duomenimis, dėl vaikų įnikimo į vaizdo žaidimus kyla elgesio problemos mokykloje: mokyklos nelankymas, mokyklos fobija, prastėjantys pažymiai ir ankstesnių klasių kartojimas (palikimas antriems metams). Tokius sunkumus patiriantys vaikai menkai įsitraukia ar nedalyvauja klasės socialinėje veikloje, nesijaučia komfortiškai mokykloje, todėl jie susiduria su dar didesne rizika tapti priklausomais nuo žaidimų ir patirti akademinės nesėkmės (Rehbein ir Baier 2013). Mokslininkų atlikti tyrimai parodė, kad mokinių gerovės užtikrinimas mokykloje yra apsauginis veiksnys pažeidžiamiems ir sunkumus patiriantiems vaikams. Tokių mokinių socialinis įtraukimas, ypač į po pamokines veiklas, geras mikroklimatas ir pozityvi emocinė patirtis mokykloje gali būti svarbūs apsauginiai veiksniai nuo vaizdo žaidimų priklausomybės (Wolf ir kt. 2018).

Priklausomybė nuo išmaniųjų ekranų trukdo tiesioginiam vaiko bendravimui su bendraamžiais ir taip stabdo socialinių kompetencijų ugdymą. Skirtingai nuo vyresnių paauglių, kurie jau turi gebėjimą abstrakčiai mąstyti ir gali geriau vertinti savo elgesį ir jo pasekmes, vaikai to vertinti dar nepajėgūs (Domoff ir kt. 2017).

Kalbant apie prosocialų elgesį, berniukai, kurie naudojami mobiliaisiais įrenginiais 1–2 valandas, parodė apsauginį poveikį, o tai rodo, kad sąveika per mobiliuosius įrenginius tinkamą laiką yra naudinga socialiniams įgūdžiams ugdyti. (Okada ir kt. 2021).

Fairclough, Boddy ir kt. (2009) teigimu, fiziniam aktyvumui įtakos turi socioekonominis statusas (SES), t. y., neaktyvus elgesys yra labiau susijęs su socialiniais ir demografiniais veiksniais nei modifikuojamais psichosocialiniais ir elgesio kintamaisiais. Nors kompiuterių, vaizdo žaidimų konsolių, pačių vaizdo žaidimų kaina yra gana aukšta, Fairclough ir kt. (2009) tyrimo duomenimis, mažiausiai pasiturinčių šeimų vaikai prie ekranų žaidė dažniau, nei vaikai iš aukštesnio SES šeimų.

Atlikti tyrimai pateikia tam tikras gaires, kodėl egzistuoja toks paradoksas tarp žemo SES ir didelio naudojimosi ekranais. Teigiama, kad kai kuriose žemo SES bendruomenėse tėvų susirūpinimas dėl vaikų saugumo kieme gali sumažinti fiziškai aktyvių žaidimų galimybes lauke (Rehbein ir Baier 2013). Vienas ikimokyklinio amžiaus vaikus auginančių šeimų tyrimas parodė, kad šeimose, gaunančiose mažas pajamas televizijos žiūrėjimas ir vaizdo žaidimai buvo labiausiai paplitusi veikla namuose, net jei dėl finansinių apribojimų nebuvo būtiniausių daiktų, tokių kaip baldai,

viryklė ar šaldytuvas (Fairclough ir kt. 2009). Galima teigti, kad mažas pajamas gaunančioms šeimoms ir vienišioms tėvams vaikų veikla prie ekranų atrodo itin patraukli ir saugi dėl tokių priežasčių: žemo SES tėvai dažnai dirba per daug ir trūksta laisvo laiko namie užsiimti su vaikais, be to, prietaisų su ekranais nupirkimas jiems yra pigesnė alternatyva nei kitos laisvalaikio veiklos ir reikalauja minimalių investicijų. Aukštesnio SES tėvai gali sumokėti už alternatyvias laisvalaikio veiklas, tokias kaip dalyvavimas sporto klubuose ir kituose būreliuose ar pramogavimui mieste (Fairclough ir kt. 2009; Rehbein ir Baier 2013).

Mokslininkai Rehbein ir Baier (2013) nurodo tokias nesėkmingos socializacijos ir probleminio žaidimo sąsajas: sėkmingos patirties realiame gyvenime trūkumas dėl per menko tėvų palaikymo, pačių tėvų įnikimas į ekranus ar kompiuterinius žaidimus, tėvų skyrybos. Panašias tendencijas įvardija ir Lietuvos mokslininkai: riziką tapti problemineis interneto vartotojais didina lyties faktorius (berniukai), prastesni vaikų santykiai su tėvais, ilgesnis internete praleidžiamas laikas, elgesio sutrikimai, sunkūs emociniai išgyvenimai, temperamentas (mažesnė savireguliacija). Pastebėta, kad svarbų vaidmenį atlieka finansinė šeimos situacija – kuo ji prastesnė, tuo rizika didesnė. Mažesnė probleminio interneto vartojimo rizika kyla šeimose, kuriose yra aiškios ir nuoseklios tėvų auklėjimo taisyklės, kur su vaikais bendraujama, kur jie jaučiasi suprasti, išklaudyti (Pakalniškienė ir kt. 2020).

## **2.6. Šiuolaikinių informacinių technologijų naudojimo įtaka vaikų ir tėvų santykiams**

Pasak Domoff ir kt. (2017), vaikų iki 12 m. prieiga prie IT labiau priklauso nuo tėvų kontrolės, palyginti su paaugliais, kurie turi santykinai daugiau savarankiškumo ir daugiau nuosavų įrenginių (2017). Mažesnių vaikų probleminio naudojimo simptomus tėvai gali patirti kaip nuolatinius ir įkyrius prašymus gauti IT, įnirtingą pasipriešinimą tėvų apribojimams, o paauglių įnikimą į IT – kaip nuolatinį vaizdo žaidimų žaidimą, buvimą socialiniuose tinkluose ir panašiai (Domoff ir kt. 2017). Toks elgesys gali trikdyti visos šeimos gyvenimą: tėvų ir vaikų konfliktai, nesutarimai su broliais ir seserimis dėl IT naudojimo, šeimos rutinos ar dienos planų sutrikdymas ir kita.

Šiandieniniame pasaulyje vis labiau plintančią paauglių vienatvę ir blogėjančią jų psichinę sveikatą mokslininkai sieja su interneto ir IT naudojimu. Pasak Yao-Chung

Cheng ir kt. (2021), prasti tėvų ir vaikų santykiai gali netiesiogiai paveikti paauglių priklausomybę nuo interneto. Šeimose, kur tėvai yra palaikantys, kuriantys saugumo jausmą ir tvirtus tarpasmeninius ryšius, vaikai nesijaučia vieniši. Esant prastiems tėvų ir vaikų santykiams vaikai gali ieškoti kitų paramos ir socialinės integracijos kanalų, pavyzdžiui, interneto, vaizdo žaidimų. Tačiau ir tokiose šeimose sąmoningesni paaugliai gali imtis pozityvesnių veiksmų savo vienatvei kompensuoti (Yao-Chung Cheng ir kt. 2021). Šio mokslininko atliktame tyrime atskleista, kad tėvų emocinis palaikymas padeda ugdyti paauglių sąmoningumą, savarankiškumą ir supratimą, kad savo pastangomis jie gali pasiekti laukiamų rezultatų, o patekę į naują aplinką ar sudėtingą situaciją patirti mažiau streso ir nerimo.

Įvairūs auklėjimo stiliai gali paveikti tėvų ir vaikų santykius, padidinti ar sumažinti paauglių priklausomybę nuo išmaniojo telefono (Yao-Chung Cheng ir kt. 2021). Jei tėvų ir vaikų bendravimas vyko daugiau išmaniaisiais telefonais nei komunikuojant gyvai, tai gali pabloginti tėvų ir vaikų santykius bei sustiprinti paauglių priklausomybę nuo išmaniųjų telefonų (Yao-Chung Cheng ir kt. 2021: 54). Remiantis aptartų tyrimų rezultatus galima teigti, kad esant saugaus prierašumo tipui, vaikai mažiau linkę tapti kompulsyviais ekranų vadotojais ir labiau džiaugiasi gyvu bendravimu, labiau linkę megzti socialinius ryšius.

## **2.7. Socialinius sunkumus patiriančių Lietuvos šeimų charakteristika ir sąsajos su vaikų naudojimusi informacinėmis technologijomis**

Šeima tai – socialinis vienetas, unikali visuomeninė institucija, laikoma pirmine savo narių emocinės paramos ir globos teikimo sistema, tenkinančia meilės, supratimo ir palaikymo poreikį (Ivanauskienė 2012), tai – maža bendruomenė „unikaliai suderinta mokyti ir perduoti kultūrinės, etinės, visuomeninės, dvasinės bei religines vertybes, kurios yra esminės jos narių ir visuomenės vystymuisi ir gerovei“ (Pileckaitė-Markovienė, Lazdauskas, 2007: 8). Lietuvoje – gilių šeimos tradicijų šalyje – ilgas dešimtmečius šeima buvo suprantama kaip vyro ir moters sąjunga, sudaryta civilinės santuokos pagrindu, abipusiu susitarimu ir laisva valia. Taip apibrėžiama ir Lietuvos Respublikos (toliau tekste – LR) Konstitucijoje (1992). LR Seimui priėmus Šeimos stiprinimo įstatymą (2017), buvo praplėsta šeimos apibrėžtis ir šeimos pagrindu laikomas „laisvas vyro ir moters apsisprendimas priimti šeimai būdingas moralinio ir



teisinio pobūdžio pareigas“, t. y., šeima laikoma ir kartu gyvenantys asmenys, kurie prisiima atitinkamas teises ir pareigas. Taigi šeimą sudaro tėvai ir jų vaikai arba du sutuoktiniai be vaikų arba vienas iš tėvų ir vaikai. Šiame darbe šeima laikoma bendrai gyvenantys asmenys, kurie yra įregistravę santuoką arba jos neįregistravę, kartu augina vaikus ir veda bendrą ūkį. Nors šeimos samprata ir kinta, tačiau ji atlikdama tam tikras funkcijas: reprodukcinę, vaikų pirminės socializacijos, edukacinę (mokymo), psichoterapinę bei ekonominę ir namų tvarkymo (Leliūgienė 2003), išlieka viena svarbiausių socialinių institucijų, lemiančių asmenybės vystymąsi ir raidą (Ivanauskienė 2012).

Šio darbo tyrimo objektas yra šeimos, patiriančios įvairius socialinius sunkumus, kitaip dar vadinamus socialinės rizikos veiksniais. Minėtos sąvokos 2018 m. pakeitė anksčiau plačiai paplitusią, bet ydingą formuluotę „socialinės rizikos šeimos“. Toks pokytis siejamas su naujaja LR Vaiko teisių apsaugos pagrindų įstatymo (1996) redakcija, įsigaliojusia 2018 m. liepos 1 d.

Kiekviena šeima susiduria su įvairiomis krizėmis, kas yra visiškai normali šeimos raida, tik ne visos šeimos vienodai sėkmingai pajėgia jas spręsti (Pileckaitė-Markovienė, Lazdauskas 2007). Šeima, patekusi į krizinę situaciją, susiduria su socialinės rizikos veiksniais, kurie pažeidžia tarpusavio santykių pusiausvyrą ir sutrikdo normalų šeimos funkcionavimą. Jei šeima sėkmingai įveikia krizę, ji pereina į kokybiškai kitokį funkcionavimo etapą. Tačiau kai šeima nepajėgia įveikti iškilusių sunkumų, ji tampa pažeidžiama, nepajėgi tinkamai atlikti savo funkcijų ir patiria vienokius ar kitokius socialinės rizikos veiksnis (Kondrotaitė 2006).

Socialinius sunkumus ar rizikas dažniausiai patiria šeimos, turinčios alkoholio ar kitų psichoaktyvių medžiagų vartojimo, bedarbystės, tėvystės įgūdžių stokos, nepriteklių ir kitų problemų. Sunkumus patiriančiose šeimose labiausiai kenčia vaikai, nes dažniausiai jie tinkamai neprižiūrimi, emociškai apleisti, patiria fizinį ar kitokios rūšies smurtą, kas gali lemti jų socialinę atskirtį (Ivanauskienė 2012). LR Socialinių paslaugų įstatymas (2006) socialinę riziką apibrėžia kaip veiksnis ir aplinkybes, dėl kurių „šeimos ar asmenys patiria ar yra pavojus jiems patirti socialinę atskirtį: suaugusių šeimos narių socialinių įgūdžių tinkamai prižiūrėti ir ugdyti nepilnamečius vaikus (įvaikius) stoka ar nebuvimas; nepilnamečių vaikų (įvaikių) visapusio fizinio, protinio, dvasinio, dorovinio vystymosi ir saugumo sąlygų šeimoje neužtikrinimas“. Jei vaikas savo šeimoje susiduria su vienu ar keliais išvardytais rizikos veiksniais, yra pažeidžiamos jo teisės, numatytos LR Vaiko teisių apsaugos pagrindų įstatymo (1996)

31 straipsnyje, kur kalbama apie tėvų pareigą sudaryti saugią, vaiko visapusiškam ir harmoningam vystymuisi tinkamą aplinką, rūpintis vaiko sveikata, jo fiziniu, protiniu, emociniu, dvasiniu, doroviniu vystymusi, pažintinių ir socialinių gebėjimų ugdymu. Vis dėlto šeimose, patiriančios socialinius sunkumus, dažnu atveju suaugusieji pasižymi nepakankamai brandžiais ar net destruktiviais tarpusavio santykiais, kurie lemia vaikų elgesio, emocines ir mokymosi problemas, bendraamžių atstūmimą ir socialinių įgūdžių trūkumą (Ivanauskienė 2012). Leliūgienė (2003) teigia, kad socialinės rizikos veiksniams atsirasti šeimoje be nepalankių socioekonominių sąlygų gali turėti įtakos ir psichologinės sąlygos, kai tarp šeimos narių vyrauja konfliktiniai santykiai, kai susiduriama su vaikų auklėjimo sunkumais, kai vaikai auga su vienu iš tėvų, kai šeimoje auga vaikai su negalia.

Be visų šiame paragrafe paminėtų socialinės rizikos veiksnių ir šeimų patiriamų įvairiausių sunkumų, atsirado dar viena su vaikų ugdymu šeimoje susijusi problema. Tai – vaikų naudojimas IT priemonėmis, kurias vaikai turi nepriklausomai nuo šeimos socialinės padėties. Nepaisant skirtingų šeiminių sąlygų – socialinio statuso, tėvų pajamų ar išsilavinimo, kitų socialinių problemų – nepastebėta vaikų naudojimosi ekranais trukmės reikšmingų skirtumų, išskyrus tai, kad bedarbių tėvų vaikai prie ekranų būna ilgiau nei dirbančiųjų (Paudel ir kt. 2017). Nustatyti du ryškiausi vaikų PIN rizikos faktoriai: per ilgas žaidimų laikas ir vaiko augimas nepilnoje šeimoje (Rehbein ir kt. 2013). Zhou M. ir kt. (2022) tyrimu nustatyta, kad vaikams iš išsiskyrusių šeimų didesnė rizika tapti kompulsyviais ekranų vartotojais siejasi su jų prastesne psichine būkle. Kaip teigia Rehbein F. ir Baier D. (2013), pastarasis socialinės rizikos veiksnys siejamas ne tiek su tėvų priežiūros trūkumu nepilnose šeimose, kiek su laiko ir materialinių išteklių stoka, kad vaikai galėtų subalansuotai ir pilnavertiškai leisti laisvalaikį.

Remiantis LR Vaiko teisių apsaugos pagrindų įstatymo (1996) 28 straipsniu, kuriame numatyta vaiko apsauga nuo neigiamo viešosios informacijos poveikio, įskaitant ir „kompiuterinius žaidimus, kurie sekina jį fiziškai bei psichiškai ir kelia grėsmę jo sveikatai ir saugumui“ ir gali daryti įtaką jo psichinei ar fizinei sveikatai, fiziniam, protiniam, dvasiniam ar doroviniam vystymuisi, tėvai turi pareigą ir prievolę turėti tam specifinių tėvystės įgūdžių ir atitinkamą IT raštingumą, kad galėtų visapusiškai užtikrinti vaikų teises ir rūpintis jų gerove.

### 3. TYRIMO METODIKA

#### 3.1. Kokybinė turinio analizė

Atlikta mokslinės literatūros ir mokslinių tyrimų įvairiose pasaulio šalyse apžvalga atskleidžia, kad nesaikingas laisvalaikio leidimas prie IT daro žalą vaikų psichinei ir fizinei sveikatai, neigiamą įtaką jų akademiniams pasiekimams ir socializacijai. Didžioji dauguma analizuotų tyrimų buvo kiekybiniai, t. y. orientuoti į faktus ir statistinius duomenis (Žydžiūnaitė ir Sabaliauskas 2017). Šiuo darbu bandyta pažvelgti į aktualijas iš tėvų perspektyvos – analizuotos jų patirtys, procesai ir prasmės, siekiant įgyti naujų žinių, faktų ar įžvalgų apie tiriamą reiškinį. Taigi šiam darbui pasirinkta atlikti kokybinį tyrimą, taikant kokybinę turinio analizę, kadangi tėvų patirtys gali geriausiai atskleisti vaikų naudojimosi namuose IT tendencijas ir tėvų patiriamus ugdymo iššūkius.

Kokybinė turinio analizė (KTA, angl. *qualitative content analysis*) tai – kokybinių tyrimų metodas, kuris remiantis unikaliomis žmonių patirtimis įgalina aprašyti tam tikrose aplinkose pasireiškiančius reiškinius arba procesus ir sąveikas. KTA svarbus ne vien tik apibūdinti ir aprašyti tyrimo objektą, bet ir kritiškai jį vertinti. Tai leidžia plėsti analizuojamų duomenų supratimą arba patikrinti egzistuojančias teorines nuostatas. KTA siekiama išsamiai ir sistemingai aptarti reiškinį.

Atlikus analizę, įgyjama kategorijų arba konceptų nagrinėjamiems reiškiniams ar sąveikoms apibūdinti (Žydžiūnaitė ir Sabaliauskas 2017: 57). Šio metodo duomenų analizės procedūros leidžia sutraukti didelės apimties informaciją pagal turinį ir prasmę, jungti tyrimo duomenis į subkategorijas ir kategorijas bei formuluoti empiriniais duomenimis pagrįstas išvadas (Cohen ir kt. 2007). Tyrėjas naudojami originaliais duomenimis analizuodamas interviu tekstus, siekia atskleisti žmonių suvokimo, elgesio, strategijų, sąveikų įvairovę (Žydžiūnaitė ir Sabaliauskas 2017).

Pasak Žydžiūnaitės ir Sabaliausko (2017), KTA vis dažniau taikomas analizuojant ugdymo mokslus, nagrinėjant mokymosi procesus, daug dėmesio skiriant ugdymo konteksto analizei, siekiant nusakyti, kaip įvairios ugdymo aplinkos veikia asmenį, nes kiekvienai aplinkai būdinga tam tikra kultūra, vertybės ir tradicijos. KTA taikymas ugdymo srityje leidžia vertinti ugdymo aplinkų įvairovę, ugdytojo ir ugdytinių sąveikas ir šioms sąveikoms būdingus bruožus (Žydžiūnaitė ir Sabaliauskas 2017).

Remiantis minėtomis teorinėmis ir praktinėmis KTA taikymo prielaidomis, šiam moksliniam tiriamajam darbui atlikti pasirinktas kokybinės turinio analizės metodas, kadangi tyrimo objektas yra vaikus šeimoje ugdančių tėvų patirtys, todėl svarbu suprasti, kaip, apskritai, tėvai elgiasi namuose ugdydami vaikus ir su kokiais iššūkiais ir sunkumais jie susiduria šiems naudojamis IT.

### 3.2. Tyrimo procesas

**Tyrimo tikslas** – atskleisti tėvų patirtis ugdamant vaikus, kai šeimose, patiriančiose socialinius sunkumus, naudojamosi IT.

#### **Tyrimo uždaviniai:**

1. Atskleisti tėvų supratimą apie vaikų (6–11 m.) poreikius ir jų potraukį naudotis IT.
2. Tirti tėvų elgseną namuose, vaikams naudojamis IT.
3. Nagrinėti socialinius sunkumus patiriančių šeimų tėvų ir vaikų santykių ypatumus, kai namuose naudojamosi IT.
4. Analizuoti tėvų požiūrį, kokią įtaką IT naudojimas daro jų santykiams su vaikais ir įpročiams šeimoje.

**Tyrimo objektas:** tėvų patirtys ugdamant vaikus, kai šeimose, patiriančiose socialinių sunkumų, naudojamosi IT.

#### **Tyrimo dalyviai**

Tyrimo duomenų gavimui buvo naudojama netikimybinė kriterinė, arba kitaip dar vadinama iš anksto struktūruota tiriamųjų atranka, kuri sudaro prielaidą išsamiausiai atskleisti nagrinėjamą problemą (Žydžiūnaitė ir Sabaliauskas 2017). Taikant kriterinę atranką imtis buvo formuojama pagal kriterijus, kurie galėtų suteikti gausios informacijos, naujų specifinių žinių, užtikrinančių tyrimo duomenų kokybę (Patton 2005), kurie geriausiai atlieptų išsikeltą tyrimo problematiką ir suteiktų vertingos informacijos apie tyrimo objektą (Žydžiūnaitė ir Sabaliauskas 2017).

Remiantis Patton (2005) ir Žydžiūnaitės (2017) imties sudarymo išskirtais būdais, buvo laikomasi duomenų prisotinamumo principo, o informantams taikomi

tokie atrankos kriterijai: šeimos, auginančios 6–11 metų vaikus, gaunančios kokias nors socialines paslaugas ir kurios namuose turi bei naudojami IT.

Tikslinės grupės informantai – tėvai ar vienas iš tėvų – buvo pasirinkti bendradarbiaujant su Vilniaus miesto mokyklų socialiniais pedagogais, 2 Vilniaus miesto NVO ir viena Vilniaus miesto biudžetine socialinių paslaugų įstaiga. Iš viso tyrime dalyvavo 7 informantai, kurie skiriasi SES, šeimos sudėtimi ir problematika. Sąmoningai buvo ieškoma minėtų skirtingumų, kad į tyrimo problematiką būtų galima žvelgti iš skirtingų perspektyvų.

### **Tyrimo metodika**

Su atrinktais informantais buvo atliekamas pusiau struktūruotas interviu, kurį sudarė 8 atviri klausimai (žr. Priedą Nr. 1). Informantai, prieš duodami interviu, pildė konfidencialią anketą, kaip priedą prie interviu, siekiant patikslinti ir/ar papildyti interviu metu gautus duomenis apie vaikų naudojimosi IT įpročius, jų savijautą ir tėvų elgseną ugdant vaikus (žr. Priedą Nr. 2). Konfidencialią anketą sudarė 15 teiginių apie vaikų užimtumą mokykloje ir po mokyklos, jų naudojimosi IT įpročius, be to dar buvo pateikta 5 klausimai su pasirinkimo variantais bei 4 atviri klausimai.

Konfidencialios anketinės apklausos duomenys, tai yra 7 konfidencialios anketos, apdorotos rankinių būdu su *MS Excel* programa, o pusiau struktūruotų interviu metu gauti duomenys buvo transkribuojami – įrašai paverčiami tekstu.

### **Tyrimo organizavimas ir eiga**

2022 m. vasario pradžioje buvo pradėta kokybinio tyrimo dalyvių paieška. Pirmiausia buvo užmegzti kontaktai su pasirinktomis įstaigomis: keliomis Vilniaus miesto mokyklomis, vaikų dienos centrais ir Vilniaus miesto biudžetine socialinių paslaugų įstaiga. Į minėtas įstaigas buvo išsiųsta informacija apie tyrimą, kuria buvo pasidalinta su potencialiais tyrimo dalyviais. Per porą savaitių atsiliepė 5 kandidatai atitinkantys tyrimo dalyvių kriterijus.

Pirmasis interviu buvo atliekamas vasario pradžioje siekiant įsitikinti, ar tinkamai parengtas tyrimo instrumentas. Informantė buvo pirmoji ir vienintelė, kuri sutiko priimti tyrėją ir duoti interviu savo namuose. Vis dėlto atėjimas į asmeninę žmogaus erdvę kėlė nepatogumo jausmą abiem pusėms, tad, siekiant sumažinti įtampą ir apsiprasti, labai pasitarnavo parengta konfidenciali anketa. Kol informantė pildė anketą, tyrėjas turėjo keletą minučių laiko apsiprasti su namų aplinka. Informantė su

vaikais gyvena nuomojamame socialiniame būste, kuriame aiškiai juntamas ir matomas tam tikras šeimos sociokultūrinis ir ekonominis statusas, ribotos galimybės gyventi oriau. Taigi interviu pradžioje buvo juntamas tiek informantės, tiek ir tyrėjos jaudulys, bet namų šeiminiškė greitai atsipalaidavo, skirtingai nei tyrėja. Savitas namų kvapas, netvarka, daiktų ir žaislų gausa, nepatogus sėdėjimas blaškė ir trukdė išlaikyti dėmesingumą. Tai buvo pats ilgiausias ir labiausiai varginantis interviu, taip pat ir vienintelis, kuris vyko informanto namuose. Po šio interviu įvyko dar vienas. Jis buvo organizuotas BĮ Vilniaus miesto krizių centre, kur laikinai gyveno informantė. Aplinka buvo pažįstama tyrėjai, nes šioje įstaigoje atlikto praktiką, tad pašalinių trikdžių ir blaškančių elementų buvo išvengta, procesas vyko sklandžiai, taip pat ir emociškai antrasis interviu buvo kur kas lengvesnis.

Kitą dieną po šio interviu, vasario 24 d., Ukrainoje prasidėjo Rusijos sukeltas karas, kuris turėjo įtakos tolimesnei tyrimo eigai.

Pirmoji karo savaitė sujaukino daugumą žmonių ir paralyžiavo daug veiklos sričių. Tai buvo laikas, kuomet buvo bandoma susivokti, kas atsitiko, priimti baisią Ukrainos realybę, suprasti Lietuvos padėtį ir saugumą šio karo kontekste. Daugelis žmonių permastė ir perdėliojo savo prioritetus, vertybes, tikslus.

Dar prieš prasidedant karui Ukrainoje buvo suplanuoti kiti trys interviu, tačiau jie neįvyko, nes informantės atsisakė dalyvauti tyrime galimai dėl karo sukulto nesaugumo ir nestabilumo. Tyrėjai emociškai buvo sunku priimti šiuos atsisakymus, tuo pačiu ir labai suprantama iš žmogiškosios pusės. Toliau buvo bene sunkiausias ir daugiausiai vidinių resursų pareikalavęs etapas, kai karo fone reikėjo tęsti mokslinį tyrimą ir ieškoti naujų respondentų. Šitame kontekste atrodė absurdiška kreiptis į žmones su prašymu duoti interviu moksliniam darbui, kuris niekaip nesusijęs su pagalba Ukrainai ir jos kenčiantiems žmonėms. Lūžio taškas buvo pokalbis su magistrinio darbo vadove, kuri ramino, drąsino tęsti, taip pat padėjo dalyvavimas keliose supervizijose, skirtose pasidalinti jausmais, mintimis, išgyvenimais.

Tokiomis aplinkybėmis kovo mėnesį įvyko kiti 5 interviu. Vienas interviu vyko socialinių paslaugų įstaigoje, kur laikinai gyveno informantė su vaikais, trys interviu buvo organizuoti mokykloje socialinio pedagogo kabinete, kur buvo užtikrintas tyrėjos ir informantės privatumas. Kabinete abi interviu šalys buvo lygiavertėje pozicijoje, abiem neutralioje aplinkoje, tad pokalbiai vyko dalykiškai, be didesnės įtampos.

Paskutinis interviu vyko informantės darbovietėje, kur vėlgi išryškėjo tam tikri niuansai dėl pačios darbo vietos specifikos. Su informante sutartas interviu laikas buvo

gan ribotas, tad tyrėjai teko nuolat stebėti laikrodį, kad būtų suspėta visko paklausti. Situaciją gelbėjo pačios pašnekovės sklandi kalbėsena ir susikoncentravimas į klausimų esmę.

Visi interviu vyko gan sklandžiai, tačiau visi buvo skirtingi ir saviti. Žvelgiant iš lygiavertiškumo perspektyvos, geriausias sprendimas interviu vietai buvo mokyklų socialinio pedagogo kabinetas, kur tiek tyrėjas, tiek informantas buvo tarsi partneriai, atvykę atlikti užduoties į nešališką erdvę, kur buvo palanki terpė susikoncentruoti į pokalbio temą, o tyrėjai lengviausia atsiriboti nuo informanto ir jo gyvenimo sąlygų vertinimo, ko buvo neįmanoma išvengti pirmojo interviu, vykusio informantės namuose, atveju.

### **Duomenų analizės metodika**

Transkribuotų interviu duomenys buvo analizuojami pagal indukcinę kokybinės turinio analizės metodologiją (Elo ir kt. 2014; Žydžiūnaitė ir Sabaliauskas 2017), vadovaujantis S. Sabaliausko (2017) pateikta kokybinės turinio analizės metodologija. Šiuo tikslu buvo atliekami tokie nuoseklūs veiksmai:

1. Atviras kodavimas: teksto skaidymas į prasminius vienetus (tai gali būti sakinio dalis, sakinyš ar pastraipa), t. y. iš turimų duomenų išskiriami tyrimo problemai aktualūs aspektai.
2. Subkategorijų sudarymas: teiginių formulavimas remiantis prasminiais vienetais.
3. Kategorijų kūrimas: subkategorijų jungimas į kategorijų grupes.
4. Temų formulavimas: kategorijų jungimas į temas.
5. Interpretavimas: gautų kategorijų aprašymas palyginant su darbe tyrinėjtais moksliniais šaltiniais ir mokslinėmis teorijomis,
6. Tyrimo išvadų formulavimas.

Analizuojant ir interpretuojant tyrimo duomenis nevertinamos informantų asmenybės, bet perteikiama, kaip tyrimo dalyviai suvokia savo patirtis, reiškinius, tai iliustruojama interviu tekstų ištraukomis (Žydžiūnaitė ir Sabaliauskas, 2017).

### **Tyrimo etika**

Tyrimas atliktas laikantis atitikties moksliniams tyrimams etikos principų. Su visais tyrimo dalyviais pasirašyta *Informuoto asmens sutikimo forma* ir *Informacijos apie mokslinį tyrimą lapas* dalyviui. Darbe neatskleidžiami interviu vardai ar pavardės, nes jiems suteikti specialūs kodai (R1, R2, ..., R7). Siekiant išlaikyti tyrimo duomenų

tikslumą ir objektyvumą, laikomasi mokslinių tyrimų etikos principų, darbe interviu dalyvių mintys ir pasisakymai neiškreipiami, saugant jų autentiškumą.

#### **4. ŠIUOLAIKINIŲ INFORMACINIŲ TECHNOLOGIJŲ NAUDOJIMAS IR VAIKŲ UGDYMAS SOCIALINIUS SUNKUMUS PATIRIANČIOSE ŠEIMOSE: TĖVŲ PATIRTYS**

##### **4.1. Informantų ir jų šeimų charakteristika**

Visi tyrime dalyvavę 7 informantai ir jų šeimos susiduria su vienokiais ar kitokiais socialiniais sunkumais. Trys šeimos yra daugiavaikės, viena turi du vaikus, kiti tėvai po vieną vaiką, tik dvi šeimos yra pilnos, jose vaikus augina abu tėvai, likusios penkios – išsiskyrusios. Trys informantų šeimos iš septynių finansiškai išsilaiko pačios, kitos keturios priklausomos nuo socialinių išmokų, pašalpų ir kitokios socialinės paramos. Iš valstybės paramos gyvenančių šeimų vidutinės mėnesinės pajamos yra 570 eurų. Iš šios sumos apie 20–30 eurų kas mėnesį skiriama IT priemonių ir interneto ryšio (Wi-Fi mobilusis modemas) išlaikymui. Visos šeimos turi po tris ir daugiau IT priemones, dalis jų priklauso vaikams, t. y. visose šeimose kiekvienas vaikas turi bent po vieną savo IT priemonę. Analogišką situaciją rodo ir kitų šalių mokslininkų tyrimai – nepriklausomai nuo šeimos SES jos yra apsirūpinusios IT priemonėmis, ir tai lemia du esminiai dalykai: 1) vaikų laisvalaikis prie ekranų yra pigesnė alternatyva nei kitos laisvalaikio formos, 2) tėvams atrodo, kad vaikai namuose prie ekranų yra saugesni nei gatvėje ar kiemuose (Fairclough ir kt. 2009; Rehbein ir Baier 2013). Be to, jau 2015 m. tarp EBPO (Ekonominio bendradarbiavimo ir plėtros organizacija) šalių vidutiniškai 95 proc. 15 metų vaikų turėjo prieigą prie interneto, 91 proc. iš jų turėjo išmanųjį telefoną, prijungtą prie interneto, o 53 proc. – prieigą prie planšetinio kompiuterio, prijungto prie interneto (Okada S. ir kt. 2021).

Lentelėje Nr. 1 pateikiama informacija apie informantus: informantų kodai (R1, R2, ..., R7), jų šeiminių sudėtis, ekonominis statusas, gaunama socialinė pagalba ir namuose turimos IT priemonės. Lentelėje pateikta informacija yra susisteminta remiantis atliktais interviu ir duomenimis, gautais iš informantų užpildytų konfidencialių anketų.



## Statistinė informacija apie tyrimo dalyvius

Infor- manto kodas	Šeimos sudėtis	Darbinė veikla	Socialinės paslaugos	Namuose naudojamos IT priemonės
R1	Vieniša motina, 4 vaikai (3, 5, 9, 10 m.), iš jų trys su SUP. Vaikų tėtis priklausomas nuo alkoholio, planuoja išeiti gyventi atskirai	Ilgametė bedarbė	Šeimai taikoma atvejo vadyba, gauna socialines išmokas ir pašalpą, vaikams teikiama psichologinė pagalba	Planšetė, išmanioji televizija, Kompiuteris, 3 išmanieji telefonai, Wi-Fi mobili stotelė
R2	Vieniša motina, 2 vaikai (3 ir 8 m.). Vaikų tėtis dirba ir gyvena užsienyje	Vadybininkė , šiuo metu laikinais nedirba	Šeimai taikoma laikinoji priežiūra dėl mamos priklausomybės nuo alkoholio. Teikiamos įvairios socialinės ir psichologinės paslaugos	Kompiuteris, išmanioji televizija, planšetė, 2 išmanieji telefonai, Wi-Fi mobili stotelė
R3	Motina, tėtis, du vaikai (10 ir 14 m.)	Bedarbė	Šeimai taikoma atvejo vadyba dėl tėčio polinkio piktnaudžiauti alkoholiu	Televizorius, 2 vaikų kompiuteriai, 2 vaikų išmanieji telefonai
R4	Vienišas tėtis, su motina pakaitomis rūpinasi vieninteliu sūnumi (7 m.)	Darbininkas	Tėtis jokių socialinių paslaugų negauna, motinai taikoma atvejo vadyba	Televizorius, vaikas turi planšetę tik pas tėtį, o pas mamą turi tik išmanųjį telefoną
R5	Vieniša motina, 3 vaikai (7, 9, 11 m.), Su vaikų tėvu išsiskyrusi ir beveik nebendrauja.	Bedarbė	Šeimai taikoma laikinoji priežiūra dėl mamos priklausomybės, motina gydosi. Šeimai teikiamos įvairios socialinės ir psichologinės paslaugos.	Kompiuteris, televizorius, planšetė, 3 išmanieji telefonai, Wi-Fi mobili stotelė
R6	Vieniša motina, sūnus 9 m., kartu gyvena senyvo amžiaus tėvai. Su vaiko tėčiu beveik nebendrauja.	Vairuotoja	Gauna socialines ir psichologines paslaugas šeimos pagalbos centre.	Kompiuteris, televizorius, 2 išmanieji telefonai
R7	Motina, tėtis ir 3 vaikai (7, 10 ir 12 m.), vienas su turi sunkią negalią, kiti du - su SUP	Dailininkė	Gauna psichologines paslaugas šeimos pagalbos centre ir vaikų dienos centro paslaugas.	Televizorius, 2 kompiuteriai, 2 planšetės, 2 tėvų išmanieji telefonai

Ypač didelius sunkumus patiria dvi daugiavaikės šeimos, kuriose vaikams yra nustatyti specialieji ugdymosi poreikiai ir neįgalumas: „...du vaikai turi disleksiją, vienas dar ir emocijų sutrikimą. Ir trečiasis vaikas, pats jauniausias, yra labai labai sunkus autizmas.“ (R7), kitoje šeimoje: „vaikas su Dauno sindromais vis tiek atneša <...> savo tokių dalykėlių, <...> vyriausias sūnus turi disleksiją, jau ketvirtokas, bet neskaito ir nerašo pats.“ (R1). Šios šeimos gauna vaikų neįgalumo išmokas, socialines

paslaugas tokias, kaip vaikų dienos centrai, psichikos sveikatos specialistų ir mokyklose švietimo pagalbos specialistų konsultacijas.

Šeima, auginanti visus tris vaikus su SUP, kasdien patiria didelius iššūkius, bet didžiausia stiprybė yra tėvų vienas kito palaikymas ir vienybė: „Bet tiesiog suvoki, kad Dievas davė tokią šeimą, tai tiesiog turi priimti. Tai tiesiog, bet šeima tai yra ir džiaugsmas ir džiaugsmas ir... ir pilnatvė, ir aišku tas nuolatinis klausimas, kodėl taip tavo šeimoje vyksta?“ (R7). Sutuoktiniai skausmingai priima savo šeimyninę situaciją, tačiau, palaikydami vienas kitą, remdamiesi į tikėjimą Dievu, įveikia visas tipines reakcijas gimus vaikui su negalia (Ruškus, 2002) ir randa stiprybės tvarkytis su kylančiais iššūkiais. Vaikai gauna įvairias paslaugas vaikų dienos centre ir mokykloje. Atrodo, kad šioje šeimoje informantė geba pakankamai gerai reflektuoti, turi adekvatų santykį tiek su išorine, tiek su savo vidine realybe, geba kritiškai vertinti ir priimti savo ir kitų psichines būkles – jausmus, mintis, troškimus ir norus (Bateman ir Fongy, 2016).

Kitai daugiavaikei šeimai priskirta ir atvejo vadyba dėl vyro piktnaudžiavimo alkoholiu. Vyras greitu laiku turi išsikraustyti iš namų ir palikti motiną su vaikais gyventi vienus, tačiau socialinių paslaugų poreikis šioje šeimoje išlieka didelis. Dėl nepakankamų motinos socialinių ir motinystės įgūdžių yra reikalinga socialinių darbuotojų priežiūra, palaikymas ir stebėjimas. Imant interviu buvo nuolat juntamas motinos sunkumas logiškai sudėlioti sakinius, kalbėti į temą ir išlikti joje, kai kurie mamos samprotavimai atrodė neadekvatūs situacijai, moteris vengia tiesioginio akių kontakto.

Trečioji daugiavaikė šeima taip pat susiduria su dideliais sunkumais, nes abu tėvai yra priklausomi nuo alkoholio ir kitų psichoaktyvių medžiagų. Nors tėvai išsiskyrę, bet žala, kurią patyrė ir patiria vaikai, yra didelė, nes motinai neseniai buvo atkrytis ir dabar ji su vaikais laikinai gyvena krizių centre, kur jai taikoma laikinoji priežiūra. Tėvas nesigydo, toliau išgėrinėja, nepadeda motinai išlaikyti ir auginti vaikų, dažnai juos nuvilia pažadėdamas ir netesėdamas: „nu, pasirodė, ir vėl vat prapuolė, ir net vaikui vakar nepaskambino, su gimtadieniu nepasveikino. Nu tai vat jisai pažada pažada, bet vėl prapuolė.“ (R5). Pati motina labai motyvuota gydytis, lankosi pas psichikos sveikatos specialistus, eina į bažnyčią, kur gauna dvasinį palaikymą ir yra pasiryžusi daryti viską, ką reikės, kad tik pasveiktų ir vaikai toliau augtų su ja, o ne globos įstaigoje, kur yra augusi ji pati.

Kitos dvi šeimos, turinčios po du vaikus, taip pat susiduria su socialinėmis problemomis, kilusiomis dėl vieno iš tėvų priklausomybės nuo alkoholio. Abiems

šeimoms taikoma atvejo vadyba, socialiniai darbuotojai stengiasi padėti šeimoms susitvarkyti su kylančiais sunkumais. Vienos informantės šeimoje situacija yra sudėtinga dar ir todėl, kad šeima yra susiskaldžiusi, kiekvienas gyvena paskirą gyvenimą: „visi skirtingi, kiekvienas sau.“ (R3), galima to priežastis yra motinos sveikatos būklė, kuri, kaip manoma, susijusi su psichine liga, galbūt depresija. Imant interviu iš informantės nuolat buvo juntamas jėgų stygius ir didelės pastangos rasti žodžius, balse skambėjo nusivylimas, bejėgiškumas, liūdesys ir kaltė. Moteris apie savo pomėgius ir malonius dalykus kalbėjo tik būtuojų laiku: „Mano pomėgis visada buvo siūti, kažką pataisyti, kažką perdaryti. Knygų skaitymas buvo, bet šiek tiek dabar atsiribojusi...“ (R3), jai dažnai buvo sunku baigti pradėtą sakinį. Tokia mamos būklė neabejotinai veikia ir kitus šeimos narius, daro neigiamą poveikį vaikų savijautai.

Kita informantė, viena auginanti du vaikus, buvo optimistiškai nusiteikusi, energinga, drąsiai ir sklandžiai dėliojo mintis, itin šiltai ir su pasididžiavimu kalbėjo apie savo vaikus, ypač apie dukrą ir jos pasiekimus, nuoširdžiai džiaugėsi, tačiau motina elgėsi labai gynybiškai savo problemos atžvilgiu ir apie ją užsiminė tik labai netiesiogiai pasakodama apie dukros liūdesį ir nusiminimą, kai ši negalėjo likti nakvoti namuose su trumpam iš užsienio atvykusiu tėvu: „Nes aštuonmetė kaltų labiau ieško negu // tuo momentu vat kada „aš noriu likt su tėčiu, o kodėl aš negaliu?“, tai kas čia kaltas? Čia vaikų teisės kaltos? Čia, mama, tu kalta?“ (R2). Motina tik konfidencialioje anketoje pažymėjo priežastį, dėl kurios su vaikais dabar turi gyventi krizių centre. Taip pat nenoriai kalbėjo ir apie vaikų tėvą, kuris dirba ir gyvena užsienyje, tad turėti aiškesnę šeimos paveikslą nebuvo galimybės.

Pristatytos pastarosios keturios šeimos turi rimtų socialinių iššūkių, o priklausomybės ligos byloja, kad ne tik tėvai, bet ir vaikai patiria tarpasmeninių santykių problemų, gali būti pasunkėjusi vaikų raida ir galimybė kurti saugiu prieraišumu grįstus ryšius (Čekuolienė, 2008). Šeimose, kuriose yra priklausomybės ir drauge gyvenančių asmenų kopriklausomybės problemų, gali būti sutrikusios ir tėvų reflektyviosios funkcijos. Tai gali pasireikšti rigidišku ir nepakankamu psichikos būsenų supratimu, negebėjimu atskirti išorinės tikrovės nuo savo vidinių psichikos būsenų, suprasti kito, t. y. vaikų psichikos būsenas, tad jų poreikiai dažnai lieka neatliepti, nes tėvai jų nesupranta (Fonagy ir kt., 2002; Mussetti ir kt. 2021; Gerviskaitė-Paulaitienė, 2016).

Dar viena tyrime dalyvavusi informantė, auginanti vieną vaiką, didesnės socialinės rizikos nepatiria, jai nereikalinga socialinių darbuotojų intervencija, šeimai

pakanka prevencinio pobūdžio paslaugų ir palaikymo, kaip antai tėvystės įgūdžių programa, socialinių įgūdžių grupė, vaikų dienos centras, psichologo konsultacijos. Pati motina yra labai pozityvi, atvira ir aktyvi (sportuoja, studijuoja, gieda bažnyčios chore), tačiau galimai turi dėmesio ir emocijų sutrikimą, kas buvo labai ryšku jos kalboje: skubėjimas, žodžių ar frazių pakartojimas po 2–4 kartus, blaškus dėmesys, klausimo pamiršimas ir panašiai.

Bene mažiausią socialinę riziką patiria informantas, kuris po skyrybų su buvusia sutuoktine pasikeisdamas augina sūnų. Tėvas jokių socialinių problemų neturi, tik, kaip pats sako: „esu darboholikas“ (R4), kas atsispindi ir jo aukštose pajamose, o sūnaus motinai taikoma atvejo vadyba, tarp buvusių sutuoktinių tvyro įtampa. Tėvas ketina visiškai prisiimti vaiko auginimą, nes, pasak jo, vaikui blogai pas motiną, jis pas ją visai nenori būti, tik nežino tiksliai priežasčių, bet tėvui nepatinka, jog motina vaiku tinkamai nesirūpina: „Jam pas mamą nepatinka, nenori jis ten būti. Yra ten kažkokių tai problemų.// Mamai tai rūpi tik pinigai, o taip taip, tai vaikas jai nerūpi, jis ten pas ją nei pamokas daro, nei nei mokosi /, ooo tik telefone sėdi.// Tai planuoju paimti jį pas save...“ (R2).

Trumpa šeimų charakteristika aiškiai atskleidė gyvenimo patirčių ir situacijų įvairovę. Joje išryškėjo tokios probleminės sritys: tėvų priklausomybės ligos, sunkumai dėl vaikų specialiųjų ugdymosi poreikių ir negalės, socialinių ir tėvystės įgūdžių stoka. Vaikai, augantys tokioje aplinkoje, neišvengiamai susiduria su tėvų jautrumo, dėmesingo ir poreikių atliepimo stoka, patiria įvairių emocinių ir (ar) raidos sunkumų, o esant tėvų priklausomybėms, tikėtina, ir trauminių patirčių (Pileckaitė-Markovienė M., Lazdauskas T. 2007). Toks šeimose vyraujantis mikroklimatas galimai daro neigiamą poveikį vaikų reflektivaus funkcionavimo formavimuisi (Fonagy ir kt. 2002), t. y. gebėjimui suprasti ir reprezentuoti savo ir kitų psichikos būsenas, mintis, jausmus, norus ir troškimus, kuriais grindžiamas žmogaus elgesys kasdieniame gyvenime (Andrikienė L. ir kt. 2013). Nesant pakankamai išvystytai tėvų reflektiviajai funkcijai sutrikdomas jų gebėjimas tinkamai atliepti vaikų poreikius, tinkamai juos mentalizuoti, o tai daro įtaką ir prastesniems vaikų mentalizacijos gebėjimams ir raiškai (Gerviskaitė-Paulaitienė, 2016).

## 4.2. Tradicijų ir bendro laisvalaikio stygius šeimose

Siekiant geriau suprasti šeimos, kaip terpės, kurioje auga vaikai, funkcionavimą, informantai buvo kviečiami papasakoti apie šeimoje egzistuojančias tradicijas, ritualus, bendras veiklas ir laisvalaikį.

Tradiciškai vienas iš labiausiai šeimos narius vienijančių faktorių ar bendrystės palaikymo veiksmų yra kasdienis susėdimas prie bendro stalo. Tačiau nė vieno informanto interviu to nebuvo užfiksuota. Kelios šeimos įvardijo, kad labai retai susėda prie bendro stalo: „Bendrai prie stalo siedam labai retai, tai yra švenčių, šventės, vat tada taip, susėdam visi, aptariam,, (R1). Kitoje šeimoje bendram susėdimui tiesiog nėra tinkamų aplinkybių, nes labai skiriasi šeimos narių dienos ritmas: „Retai kada mes susėdame prie vieno stalo, nes vienas mažylis dar miega, kiti jau jau į mokyklą ruošiasi, vyras jau nuo 6 ryto dirba, aš čia vakare dirbu, tai manęs jau vakare nebūna...“ (R7). Visgi viena informantė turi tradiciją su vaikais vakarais aptarti dieną prie arbatos ar kakavos: „būna kakava, arbata, pyragas kažkoks / jo ir tada kalbam kaip kas jautėsi, kaip praėjo diena, ką išgyvenom.“ (R2). Tokios mamos pastangos padeda vaikams patirti šeimos bendrystę. Ji kuria terpę, palankią išlaikyti prierašius vaikų ir motinos santykius, o kalbėjimasis apie jausmus kuria prielaidas formuoti vaikų reflektyvijai funkcijai, kuri svarbi ateičiai, suprasti savo ir kito vidines psichikos būsenas, jausmus, mintis, norus (Bateman, 2016, Fonagy ir kt. 2002).

Kitas bendras pasibuvimas, kuris daugiau ar mažiau būna visose šeimose, yra bendras filmų žiūrėjimas per televiziją. Tai bene mažiausiai pastangų reikalaujantis bendras laisvalaikio praleidimo būdas. Šeimos, kuriose vaikams dar nėra 9 metų, žiūri kartu filmus, tačiau tos šeimos, kuriose yra vaikų vyresnių nei 9 metai apie bendrą filmų žiūrėjimą kalba būtuojų laiku ir su nostalgija: „Kažkada buvo ritualas – surandi kažkokį gerą filmą nu tą tokį gyvenimišką, tai dar kažkada žiūrėdavom filmus. Dabar atitraukė <kompiuteriai>, sakykim, tuos filmus (R3), Pas mus būdavo penktadienio vakarą darom, nuperkam čipsų ar popkornų, ar dar kažką tais ir žiūrim filmus arba per kompiuterį kokį filmą.“ (R5). Filmų žiūrėjimas drauge su vaikais siejamas su lengvu komercinių filmų turiniu ir užkandžiavimu sveikatai nepalankiais užkandžiais, kas nekuria didelės vertės nei tarpasmeniniams ryšiams, nei sveikiems įpročiams. Jei šeimose žiūrimi filmai būtų aptarinėjami, dalijamasi mintimis, jausmais, tai jau skatintų vaikų reflektyviosios funkcijos vystymąsi.

Kita labai svarbi, bet itin reta veikla informantų šeimose tai – tėvų įsitraukimas į žaidimus su vaikais: „Jeigu jau aš motyvuojusi pati kartu jau pažaisti, tada jau jiems įdomiau kažkaip tai.“ (R5). Tėvų žaidimai su vaikais itin pozityviai veikia vaikų ir tėvų santykius ir išpildo vieną pagrindinių šeimų funkcijų – pirminę vaiko socializaciją. Vaiko ugdymas šeimoje yra nuoseklus ir sudėtingas socialinis-edukacinis procesas (Pileckaitė-Markovienė, Lazdauskas 2007), kurį galima paversti ir labai maloniu užsiėmimu žaidžiant, nes būtent per žaidimus, o ne per tėvų žodinius pamokymus vaikai daug išmoksta ir perpranta apie visuomenėje egzistuojančias elgesio normas ir ribas.

Savaitgalius informantų šeimos leidžia labai skirtingai ir tai pirmiausia priklauso nuo jų ekonominių galimybių – kuo aukštesnis sociokultūrinis šeimos statusas, tuo didesnis dėmesys skiriamas kokybiškesniam laisvalaikiui ir poilsiui: „Yra tas paskutinis mėnesio sekmadienis, tai pereiname visus tuos muziejus, iš tiesų, einame į tas edukacijas.“ (R7). Šeimos, kurios pačios save išlaiko, yra labiau linkusios išvykti į gamtą, prie jūros ar ežero, nueiti į muziejų, nei tos šeimos, kurių finansinės galimybės yra labai ribotos. Jos pagal galimybes naudojasi komercinėmis paslaugomis mieste (vandens parkas, batutų parkas): „Savaitgaliais, jeigu turime pinigėlių, tai važiuojame į Skyparką, aš manau, kad už tuos pinigus, kur aš gaunu už vaikus, aš galiu jiems nupirkti, <...> arba į McDonaldą duodu pinigų ir jie važiuoja.“ (R5). Kelios šeimos dėl ribotų galimybių tiesiog eina pasivaikščioti artimiausiai esančiame parkelyje ar prie upės. Trys šeimos yra tikinčios, tad būna, kad sekmadieniais su vaikais lankosi bažnyčioje.

Laisvalaikio veiklos šeimose yra gan įvairios, bet tuo pačiu ir labai apribotos ekonominių faktorių. Informantų šeimos tarsi atspindi visuomenėje egzistuojančius skirtingus socialinius sluoksnius, tačiau kartais savaitgalio veiklas nulemia ne tiek finansinių išteklių ribotumas, kiek tam tikra specifinė situacija šeimoje, kaip pavyzdžiui, informantės šeima, kurioje auga 3 vaikai su SUP ir negalia. Tokia situacija riboja šeimos galimybes įvairiapusiškam laisvalaikiui ir jie renkasi tokias erdves ar veiklas, kuriose visi maksimaliai komfortiškai gali pailsėti: „Turim sodą, kuris tinka visiems, tai jie ten susigalvoja veiklos, tai ten laisto, tai ten kasa kažką, tai ten grėblioja. Ten yra batutas ir sūpuoklės, ir baseinas vasarą.“ (R7).

Keliose šeimose tėvai akivaizdžiai stokoja bendravimo, santykių kūrimo ir jų palaikymo įgūdžių, tad laisvas laikas jose yra skurdžiausias: „Tai ir vaikams dabar nemoku duoti dėmesio, neturiu ką pasiūlyti ir nemoku, nežinau ką, tai va.“ (R3). Motina negebėdama megzti ryšio su vaikais tarsi pasiteisina, kad ekranai kalti jog jie niekur

kartu nebeišeina: „Atitraukė kažkur tuos išėjimus, kad ir paprastai kažkur išeiti nu tiesiog grynu oru pakvėpuot. Vaikai randa kažkaip daugiau kompiutery va tuos dalykus.“ (R3). Ši šeima neturi jokių bendrų veiklų, joje kiekvienas yra pats sau, tad galima daryti prielaidą, kad vaikai joje jaučiasi gan vieniši, neturi galimybės semtis patirties iš tėvų emocinio artumo, jų palaikymo. Vaikų patiriamas vienišumo jausmas šeimoje yra rizikos faktorius tapti priklausomais interneto ir išmaniųjų telefonų vartotojais (Yao-Chung Cheng ir kt., 2021).

Tyrimo duomenys rodo, kad bendrystė informantų šeimose yra gan skurdi ir apleista sritis, nes be retų ar proginių susėdimų prie bendro stalo, be baigiančių išnykti filmų vakarų, informantai nelabai ir turėjo daugiau kuo pasidalinti. Atrodo, kad tėvams yra lengviau puoselėti bendrystę šeimoje, kol vaikai dar maži, tarsi tada aiškiau kuo visiems užsiimti. Kai vaikai vyresni ir jau lanko mokyklą, pastebimas tėvų atsitraukimas, sumažėjusios pastangos puoselėti tradicijas ar kažkokius ritualus namuose. Taip šeima tarsi pereina nuo sutelktos grupės buvimo prie individualizuoto asmenų bendrabūvio, o tokia šeima niekaip negali atlikti savo edukacinės funkcijos, kurioje vaikai iš tėvų mokyti bendravimo su kitais ir elgesio kultūros (Pileckaitė-Markovienė ir Lazdauskas, 2007).

*Pastaba: šios temos visi patvirtinantys teiginiai (t. y., informantų citatos) yra Priede Nr. 3, [Lentelė Nr. 2](#).*

### **4.3. Vaikų ir tėvų santykių ypatumai**

Kalbant su informantais apie vaikų ir tėvų santykius tik kelios mamos su pasididžiavimu akcentavo stiprų ryšį su vaikais, švelnų fizinį kontaktą, džiaugėsi artimais ir šiltais tarpusavio santykiais: „Pas mus labai stiprus tas ryšys namuose, nu vis tiek labai labai, nepaisant to, stiprus jisai ir pabučiuoja mane, ir paglosto, ir ir prieina, ir apkabina. Ir su tėčiu labai stiprus ryšys.“ (R7), „Tai su vyresniąja pas mus labai geri santykiai, labai atviri, mes apie viską šnekamės ir apie berniukus, ir apie mokyklą, ir ji nu tikrai nieko neslepia nuo manęs.“ (R2). Šioms mamoms, nepaisant šeimoje esančių iššūkių ir sunkumų, šiltas ir artimas ryšys su vaikais, tarpusavio pagarba, pasitikėjimas yra labai reikalingi ir reikšmingi šeimos gerovės faktoriai. Viena motina atvirai pasisako, kad ji ne vien motina, bet ir draugė savo vaikams, jos siekiamybė yra turėti su

vaikais atvirą ir artimą kontaktą: „Aš nesu tik mama, aš labiau noriu būt draugė negu mama.“ (R2). Tačiau kyla klausimas, ar tokia mamos pozicija užtikrina jos, kaip suaugusio ir už vaikus atsakingo asmens funkcionavimą, ir ar vaikai tokia santykių gali išgyventi saugų prierašumą. Analizuojant kitų informančių santykius su vaikais pastebėta, kad joms buvo sunku įvardyti, kokie yra jų ir vaikų santykiai ir jos tiesioginio atsakymo į klausimą išvengė. Galima daryti prielaidą, kad vis tik joms buvo ir yra sudėtinga megzti artimus tarpasmeninius ryšius su savo vaikais dėl jų pačių nesaugaus ryšio su savo tėvais ir vėliau susiklosčiusių jų gyvenimo istorijų (Gervinskaitė-Paulaitienė, Barkauskeinė 2016). Tuo tarpu vaikai su šiomis mamomis neturi galimybes patirti saugaus prierašumo, tad galimai jie turi susiformavusį nesaugų vengiantį arba nesaugų ambivalentišką, dar blogiau, dezorganizuotą prierašumo stilių. Nesaugių ir sutrikusių prierašumo santykių raida siejama su vaikų žema saviverte, nerimu, žema savikontrolė, negebėjimu adekvačiai tvarkytis su kylančiomis stresinėmis situacijomis, negebėjimas užmegzti ir palaikyti artimus ir ilgalaikius santykius, atitolimu nuo tėvų, priešišku jiemis, antisocialiu elgesiu, agresija, sunkiai reiškiamais pasitikėjimo jausmais, neigiamu, beviltišku, pesimistišku požiūriu į save, empatijos, gailėsčio, sąžinės ir užuojautos stoka, apatija, depresija. (Čekuolienė 2008; Bateman ir Fonagy 2016; Mussetti ir kt. 2021).

Tose informantų šeimose, kuriose vaikų santykis su tėvais yra pozityvus, turi visai kitokį atspalvį nei su motinomis. Apie tėvus kalbama kaip apie autoritetingus ir gerbiamus asmenis, kurių valiai vaikai lengvai paklūsta, jais pasitiki: „Pas jį yra tėtis kaip autoritetas: tėtis pasakė, kad vakare atvažiuosiu iš darbo i darysim pamokas, vadinasi jisai su niekuo daugiau ir nedarys, jisai lauks tėčio, jisai pasitiki manimi.“(R4); „Jo, tėtis kartais turi tą vyrišką žodį, kad jeigu aš pasakiau taip ir turi būti, jie jo klauso net ir per atstumą.“ (R2). Galimai šiose šeimose sutuoktinių santykiai nebuvo grįsti lygiavertiškumo principu ir tarpusavio pagarba: motinos galbūt patyrė nuvertinimą, o tėvai idealizavimą dėl realaus jų nebuvimo šalia (Pileckaitė-Markovienė, Lazdauskas 2007).

Visai kitokia situacija yra šeimose, kur tėvo, kaip autoritetingo ir patikimo žmogaus, vaikai neturėjo. Šiose šeimose visa atsakomybė už vaikus tenka motinoms, nes tėvai dėl priklausomybės nuo alkoholio ar kitų problemų negeba megzti artimo ir konstruktyvaus kontakto su savo vaikais, negali prisiimti atsakomybės už savo veiksmus ir laikytis susitarimų ar duoto žodžio. Jų vaikai patiria tėvo, kaip atsakingo žmogaus deficitą ir vietoj prierašumo jausmo, išgyvena nusivylimą, netekties skausmą,



pyktį. Mergaitėi augančiai be tėvo, ypač ikimokykliniame amžiuje, gresia charakterio patologijos rizika, pirmiausia tai isteriško tipo formavimasis, o berniukui, neturinčiam tėvo, iškyla identifikavimosi su vyriška lytimi sunkumai, nes tėvas jam yra kaip visa ko pavyzdys. Kai tėvo nėra, berniukas patiria sunkesnę savivaizdžio formavimosi procesą, tačiau jei tėvas egzistuoja, bet yra netinkamas pavyzdys, yra didelė tikimybė ir rizika, kad berniukas perims tėvo elgesio modelius, kad ir kokie jie būtų (Pileckaitė-Markovienė, Lazdauskas 2007).

Augindami vaikus tėvai natūraliai ieško juose, kuo galėtų pasidžiaugti ir pasididžiuoti, nors kartais tą padaryti gali būti labai sunku. Motinos ir tėvai dažnai turi įvairiausių lūkesčių, kartais visai elementarių. Jie nori, kad vaikas išmoktų skaityti ir rašyti: „Antrokas mūsų gal prie tinginio, nes irgi dar neskaito, nerašo.“(R1). Motina, tarsi guosdama pati save, vaiką pavadina „prie tinginio“, nes turbūt lengviau priimti vaiką kaip tinginį, bet gebantį, negu vaiką, kuris galbūt turi mokymosi sunkumų. Tėvams skausminga matyti ir priimti vaikus, kuriems elementarūs dalykai yra labai sudėtingi ar net neįmanomi (Ruškus 2002): „Kaip Kryžiaus kelias ir skausmas <...> didžiulis tas skausmas atsiranda tuomet, kai tu matai kitų vaikų, kai matai kitų šeimų vaikus ir jų galimybes“ (R7). Šeimų, kuriose auga vaikai su specialiaisiais ugdymosi poreikiais ar negalia tėvams yra didžiulis iššūkis rasti priežasčių didžiuotis savo vaikais, patirti tėvystės džiaugsmą ir pilnatvę, susitaikyti su nemalonia realybe, kad tavo antrokas neskaito, nerašo ir niekas negali pasakyti ar išmoks, jei taip, tai kada.

Visiškai priešingi jausmai ir išgyvenimai vyrauja šeimose, kuriose auga kokių nors gabumų ar talentų turintys vaikai. Viena informantė labai atvirai ir nuoširdžiai rodė savo pasididžiavimą dukra, jos gebėjimais, veiklomis ir atrodo, kad tai, ką motina sako, sutampa su tuo, ką ji daro: „... turiu namie nu // ne nuotraukom statyt, o jos darbėliam tuos rėmelius visus pasidarius, tai jos darbėliai įrėminti.“ (R2). Ši mergaitė turi galimybę patirti teigiamą mamos atspindėjimą ir jį integruoti į save, kas yra svarbu jos savivertei ir savivaizdžiui bei reflektvyviojo AŠ formavimuisi (Andrikienė ir kt. 2013).

Šioje dalyje atsiskleidė tėvų patiriamų jausmų įvairovė ir ambivalentiškumas, kur meilė sumišusi su suglumimu ir skausmingomis patirtimis dėl neišsipildžiusių lūkesčių gimusiems vaikams.

*Pastaba: šios temos visi patvirtinantys teiginiai (t. y. informantų citatos) yra Priede Nr. 3, [Lentelė Nr. 3](#).*

#### **4.4. Subalansuotas vaikų užimtumas po pamokų ir laisvalaikio įvairovės stygius namuose**

Tyrimas atskleidė, kad informantų šeimose nėra nė vieno vaiko, kuris neturėtų jokio užimtumo po pamokų. Visi vaikai po mokyklos lanko būrelius, daugiausia aktyvius (sportas, šokiai) arba kūrybinius (rankdarbiai, keramika, IT), taip pat eina į visos dienos mokyklos (VDM) grupes ir vaikų dienos centrus. Vaikų užimtumas po pamokų yra itin svarbus bet kokios priklausomybės, tarp jų ir PIN, prevencinis veiksnys ir apsauginis faktorius (Zhou M. ir kt. 2022).

Būreliais labiausiai džiaugiasi ir yra patenkinti patys vaikai, jie motyvuoti juos lankyti ir siekti rezultatų: „...jis labai motyvavęsis yra vat dalyvauti ir vaikšto į treniruotes ir niekada jų nepraleidžia“(R5), „...jinai į gatvės šokius vaikšto po pamokų – jai labai patinka.“(R2). Vis dėlto keliose šeimose tėvai nesupranta neformalaus ugdymo svarbos ir neieško vaikams veiklos už mokyklos ribų, kur yra galimybė socializuotis, ugdytis įvairias kompetencijas ir gebėjimus, plėtoti interesų ir veiklų įvairovę. Šios šeimos tenkinasi mokyklose esamais būreliais arba tik VDM grupėmis, kurios finansuojamos savivaldybės lėšomis ir tėvams nieko nekainuoja, tačiau jose be pamokų ruošos nėra organizuojamos kitos ugdomosios veiklos.

VDM grupės ir vaikų dienos centrai tėvams yra didžiulis palengvinimas ir pasidalinimas tėvystės pareigomis bei atsakomybėmis, nes ten vaikai gali atlikti namų darbus, yra saugūs, prižiūrimi, o vaikų dienos centruose dar ir pamaitinami, užimami įvairesnėmis veiklomis ar išvykomis. Minėtos pagalbos priemonės sumažina tėvams pareigų ir atlaisvina dalį laiko vakarais, tačiau bendro tėvų ir vaikų poilsio ir veiklų jos nepakeičia. Vakarais tose šeimose laikas būna skiriamas ekranams: „Nu arba ilgiau, arba trumpiau – vakarais ekranai. <...> vyresni vaikai, kaip ir daugumoje šeimų, jie pasirenka savo veiklą prie išmaniųjų įrenginių, prie telefono, ten youtubai, tiktokai yra (nusijuokia) ir ten visi kiti reikalai.“ (R1). Moksliniai tyrimai byloja, kad laisvalaikis prie ekranų vakarais ilgiau nei 1 val. neigiamai veikia vaikų miego kokybę (Zhou ir kt. 2022), savijautą, socialinių kompetencijų vystymąsi (Rehbein ir kt. 2013) ir mažina motyvaciją užsiimti kitokiomis veiklomis (Aziz ir kt. 2021). Kelios mamos užsiminė, kad joms sudėtinga prikalbinti vaikus išeiti į lauką ir ten pažaisti, paaiškindamos tai draugų trūkumu kieme. Vaikai neina į lauką, jei neturi draugų, o tėvai pasiduoda vaikų vengimui susidraugauti, nesiūlo jiems savo pagalbos rasti draugų, bet nori juos tiesiog „į kiemą išmesti“(R7). Atrodo, kad patys tėvai vengia įsitraukimo į laiko praleidimą

kartu su savo vaikais, o vaikai renkasi pačią paprasčiausią ir lengviausiai prieinamą alternatyvą – ekranus. „Dukra tai nelabai, sakyčiau, kad viena eitų kažkur baisiai, ooo daugiausia užimtumas pas ją kompiuteris, telefonas.“ (R3). Žinoma, negalima atmesti ir vaikų įpročiams ir pasirinkimams padaryto didžiulio žalingo karantino poveikio, kuris buvo įvestas dėl pasaulį ištikusios Covid-19 pandemijos, kuomet visas vaikų gyvenimas persikėlė į ekranus ir tai ženkliai prisidėjo prie netinkamų laisvalaikio įpročių formavimosi (Jusienė ir kt. 2021).

Yra keletas informantų šeimų, kuriose vaikai turi savo pomėgių (rankdarbiai, laivų modeliavimas), žaidžia su žaislais (lego, robotai) ar šėlsta su broliais ir seserimis: „Be ekranų tai nuuu retai, bet vyresni berniukai kartais lego dėlioja, dėliones dėlioja, su robotais kariaujaaa / arba kartais, aišku, būna labai labai daug betvarkės ir labai labai daug bardako, bet pagalvių mūšį daro tokį“(R1). Tai, kad tikri vaikų žaidimai yra retenybė, gali būti susiję su per menku tėvų palaikymu tokioms vaikų veikloms ir tolerancijos stoka didesniam triukšmui ar netvarkai. Kai vaikai žaidžia su žaislais ar tarpusavyje, paprastai namuose būna daugiau triukšmo, judėjimo, išmėtytų žaislų, o tai suaugusius gali varginti ir erzinti, tad vaikų tylus buvimas prie ekranų, tėvams gali atrodyti labai patraukli ir patogi vaikų laisvalaikio leidimo forma. Vienas informantas atvirai tą ir išsakė: „Tylu ramu namie, nieks nerėkia, nelaksto pirmyn atgal, galima pailsėti“ (R4). Taigi ekranai vaikams tampa kaip nemokama valandinė auklė, ir tuo tėvai noriai naudojami, ne visada suprasdami vaikų patiriamą žalą.

Apibendrinant, galima teigti, kad tėvams patogiau taikstyti su vaikų norais nuolat laiką leisti prie IT, nei ryžtingai imtis iniciatyvos keisti esamą situaciją. Tačiau tokiu atveju nukenčia kitas vaikų raidai itin svarbus poreikis – turėti saugiu prieraišumu grįstus santykius su tėvais. Tai aktualu ir vėliau, nes tėvai prieraišumo objektais vaikams išlieka ir paauglystėje (Rao ir Madan 2012; Gerviskaitė-Paulaitienė 2016).

*Pastaba: šios temos visi patvirtinantys teiginiai (t. y. informantų citatos) yra Priede Nr. 3, [Lentelė Nr. 4](#).*

#### **4.5. Vaikų ugdymas šeimoje pasitelkiant informacines technologijas, kaip poveikio priemonės**

**Gyvenimo įgūdžių ugdymo principai.** Viena iš svarbių tėvų uždavinių ugdant vaikus – mokymas juos rūpintis savimi ir savo artimiausia aplinka – namais. Sprendžiant iš informantų pasisakymų, tikėtina, kad šeimose yra palaikoma tvarka, stengiamasi prižiūrėti namus ir kad tėvams svarbu įtraukti vaikus į buitines darbus paskiriant jiems dalį atsakomybių pagal jų amžių: „Savaitgaliais pasiskirstėme, sakykim, šeimoje, kas dulkes valo, kas siurbia kambarį nuo ryto, kas išneša šiukšles, kada į parduotuvę eisim.“ (R3). Tėvai, dalindamiesi buitinių darbais su visais šeimos nariais, vykdo vieną iš šeimos funkcijų – ekonominę ir namų tvarkymo funkciją (Pileckaitė-Markovienė ir Lazdauskas, 2007). Atlikdami buitinius darbus vaikai ugdomi ne tik gyvenimiškus įgūdžius, bet ir savarankiškumą, kyla jų savivertė, šeimoje atsiranda didesnis lygiavertiškumas, kuris irgi labai reikšmingas sveikai ir visavertei vaikų raidai (Adler 2003). Pareigų turėjimas ir jų patikėjimas vaikams yra vienas iš pozityviosios socializacijos faktorių, kuris turi labai didelę reikšmę sėkmingai vaikų adaptacijai kitose socialinėse grupėse: vaikų darželyje, mokykloje, neformalaus ugdymo įstaigose (Kvieskienė 2005).

Dauguma tyrime dalyvavusių tėvų laikosi principo: pirma pareigos, paskui pramogos: „Atėjus iš mokyklos, kai ji susitvarko savo pamokas, ir panašiai, savo reikalus, tada jau jai leidžiu <žaisti telefonu>.“ (R2). Toks informantų pasirinktas ugdymo principas atrodo logiškas ir teisingas, turint omeny vaikų didžiulį įsitraukimą į veiklas ekranuose ir sunkumus atsitraukiant nuo jų. Kaip žinia, veikla prie ekranų siejama su laimės hormono – neuromediatoriaus dopamino – išsiskyrimu. Vaikų smegenys pramogaujant prie ekranų minimaliomis pastangomis patiria pasitenkinimo jausmą, todėl vaikų motyvacija kažkuo užsiimti realiame gyvenime menksta (Wolf ir kt. 2018). Kol išsivystys vaikų savireguliacija ir jie išmoks patys susidėlioti dienos veiklas ir pareigas prioritetų tvarka, jiems bus reikalinga tėvų pagalba, pagarbus vadovavimas ir pačių tėvų pavyzdys.

**Vaikų ugdymas manipuluojant informacinių technologijų priemonėmis.** Dažnu atveju tėvams mokant vaikus tvarkymosi ar asmens higienos įgūdžių atsiranda pasipriešinimas arba ribų tikrinimas. Būtent tai vyksta informantų šeimose: „Sakau, kad lova būtų užklota, neužklojo lovos ten, sakau, tak bauda jau, i taip kažkaip taip, sakau negausi telefono pora valandų ten.“ (R5), „...kol nepavalgot, neišsivalot dantų – jokių

telefonų.“ (R5). Iš pateiktų pavyzdžių matosi, kad motina stengiasi skiepyti vaikams tvarkymosi ir higienos įgūdžius, tačiau ji tą daro nuvertindama save kaip autoritetą ir pradeda manipuliuoti IT davimu ar nedavimu. Tokie auklėjimo būdai skatina sąlyginį vaikų paklusnumą, bet ne ilgalaikių gyvenimo įgūdžių formavimąsi, nes vaikai mokosi paklusti ar atlikti kažką tik dėl to, kad gautų arba negautų apdovanojimą, t. y. savo telefoną ar kitą ekraną, o leisdami laiką prie technologijų, jie taiko atsiribojimo ir vengimo spręsti kasdienio gyvenimo problemas ir tvarkytis su neigiamais afektais strategijas (Starosta ir Izydorczyk 2020). Taip vaikai įpranta už viską, ką daro, gauti materialius apdovanojimus ir praranda pasitikėjimą tėvais, kaip daugiau žinančiais, suprantančiais, išmanančiais ekspertais, gebančiais autoritetingai ugdyti savo vaikus. Tėvai, patys to nepastebėdami, perleidžia savo tėvišką autoritetą IT priemonėms ir tokiu būdu nesąmoningai save nugalina, kol galiausiai iš tiesų pasijunta bejėgiais, nes vaikai jų nebeklauso. Norėdami išsaugoti savo, kaip suaugusiųjų, pranašumą, tėvai imasi auklėti vaikus iš galios pozicijos – *leisiu* arba *neleisiu*. Viso to rezultatas yra toks, kad vaikai nepaklūsta tėvams tol, kol jiems kažkas nepažadama arba nepaklusimas gresia malonumo, t. y. veiklos prie ekranų praradimais.

Beveik visi informantai ugdydami vaikus patiria sunkumų atitraukti juos nuo ekranų. Dažniausiai minėtas būdas spręsti tokias situacijas yra direktyvūs nurodymai arba ultimatumai: „Jeigu telefone taip jau, taip aišku sakau, kad atimu telefoną arba atjungiu internetą ir po dešimt kart nekartosiu / tai kažkaip tai klauso.“ (R5), „Kartais pradeda per daug ten klykti, bartis, tai aišku būna išjungiamas tas internetas kokiais valandai, kad apsiramintų tiesiog.“(R1). Toks problemų sprendimo būdas anksčiau ar vėliau turės neigiamų pasekmių tarpasmeniniams santykiams ir tėvų autoritetui. Gali būti, kad tėvai nori itin greito rezultato „čia ir dabar“, gal nenori ar negeba iš anksto su vaikais susitarti ir taikyti natūralių pasekmių metodo, kuris suteikia vaikams pasirinkimo galimybę ir ugdo sąmoningumą priimant sprendimus. Gali būti, kad tokia situacija byloja apie jau išsivysčiusį vaikų kompulsyvų naudojimąsi ekranais. Mokslininkai pastebi, kad į besaikį naudojimąsi IT linkę asmenys pasižymi impulsyvumu, nekantrumu, hedonistiniu polinkiu „čia ir dabar“ gauti apdovanojimus, siekti pasitenkinimo (Starosta ir Izydorczyk 2020), taip pat nustatė ryšį tarp emocinių ar elgesio sunkumų ir ilgesnio laiko žaidžiant kompiuteriu bei sunkesnio atsitraukimo nuo kompiuterio (Carlson ir kt. 2010).

Šio tyrimo duomenys atskleidė, kad vaikams elgesio ribas nustato ir nuosekliau auklėjimo metodus taiko tos motinos, kurios nebijo susidurti su vaikų nemaloniomis

reakcijomis, su jų pykčiu ar kitais afektais. Jos geba atvirai reflektuoti vaikų emocijas ir intencijas, pajėgia išbūti su vaikų jausmais, nes galimai turi stipresnę reflektvyviają funkciją (Gervinskaitė ir Barkauskienė 2016). „Kartais būna pyksta, „kodėl aš čia turiu nueiti?“, bet pasakai, kad turi nueiti, nes turi pajudėti, turi galų gale pavalgyti, turi kojas pramankštinti.“ (R1). Mamos, kurioms sunku atlaikyti vaikų nemalonus emocijas, imasi gudravimo taktikos, kad išvengtų susidūrimo su vaikų pykčio protrūkiais ir taip saugo pačios save: „Tenka imtis gudrybių, sakau, kad baigėsi internetas, sumokėti reikia, nes nu kitaip jie pyks, aš žinau. Tai vat kartais tenka taip suktis, kad išvengčiau pykčio.“ (R2), „...tėvams toks klausimas tada kyla: vėl neduosi, vėl kažkaip, chaosas bus, vaikai tada supyksta tada dar kažkas.“ (R3). Tokie tėvų pasisakymai byloja apie abejones savo pačių autoritetu, nepasitikėjimą savo sprendimais, o gal žinių trūkumą dėl tinkamo ir nežalingo vaikų naudojimosi ekranais. Viena motina netgi naudoja telefoną tarsi jauką savo vaikui, kad jis nueitų į vonią nusiprausti: „Būna net paimu jo telefoną, sakau: „aš priversta taip padaryti, paimti tavo telefoną ir nunešti į vonią, kad tu nueitum tenai praustis.““ (R6). Toks mamos elgesys rodo visišką negebėjimą brėžti ribų, nesuvokimą apie vaiko probleminį įnikimą į naudojimąsi ekranais, kurį ji pati, to net nesuvokdama, dar ir pastiprina. Šiam vaikui vadovauja ne pati motina tiesiogiai, bet pasitelkdama telefoną, kaip tarpininką tarp jos ir sūnaus. Vaikų emocijų vengiančios ir jų neatlaikančios informantės galimai susiduria su silpnesne savo pačių reflektvyviają funkcija, kuomet joms sunku susieti pasireiškiantį vaikų elgesį su vaiko psichika, taip pat suprasti savo pačių vidinius jausmus ir su jais tinkamai tvarkytis tiek viduje, tiek išorėje (Gervinskaitė-Paulaitienė ir Barkauskeinė 2016). Jei pačių tėvų mentalizacijos procesai nėra optimalūs, tai gali turėti neigiamų pasekmių vaiko psichosocialiniam funkcionavimui (Bateman ir Fonagy 2016).

**Mokymosi namuose sunkumai.** Kitas iššūkis, su kuriuo susiduria tėvai, yra vaikų mokymasis namuose. Konfidencialioje anketinėje apklausoje 5 tėvai iš 7 nurodė, kad jų vaikams nesiseka savarankiškai mokytis ir ypač tiems, kurie turi specialiųjų ugdymosi poreikių – jiems reikalinga nuolatinė suaugusiųjų pagalba: „Tai mes ten skaitome, jis ten verkia, ten su manim kartu, ten visa kita, ten raitosi. Nuuu, bet perskaito, bet vis tiek kažkaip tai, nes jis labai sunkiai skaito. Jam labai labai reikia pagalbos skaityti.“ (R7). Tėvams yra iššūkis prikalbinti tokius vaikus mokytis, tad ir vėl į pagalbą pasitelkia ekranus. Informantei atrodo, kad ekranas yra išganingas motyvatorius, tačiau jis turi dvejopą poveikį: „Aišku, tai yra gera motyvacija ir panašiai, bet aišku kai jisai daro tuos namų darbus, bet jis yra tuose atsiminimuose apie ten tą

žaidimą...“ (R7). Viena vertus, ekranas padeda prikalbinti vaiką mokytis, kita vertus, ekranas yra ir kaip blaškantis dirgiklis, kuris atitraukia nuo užduoties ir trukdo vaikui susikoncentruoti. Analogiškai pasisako El Asam ir kt. (2018), svarstydami, kad vaikų dėmesio ir aktyvumo sutrikimas gali būti susijęs su vaikų PIN arba priešingai – kompulsyvus ekranų naudojimas gali būti siejamas su dėmesio ir aktyvumo sutrikimu, elgesio problemomis, tokiomis kaip pasipriešinimas taisyklėms ar net agresijos išraiškos.

Tėvai, kurie nesivadovauja principu „pirma pareigos, tada pramogos“, akivaizdžiai pasiduoda vaikų manipuliacijoms tėvų jausmais: „...telefono nori iš karto, iš karto atėjęs po mokyklos. jis būna taip: "Mama, aš turiu, aš turiu pailsėti. Aš pavargau, turiu pailsėti". O pailsėti, reiškia, jis nori žaisti telefonu, va. Sakau, nu gerai, sakau ten pusvalandį, ten kiek ten 40 minučių ten...“ (R6). Visiškai tikėtina, kad pradinių klasių vaikai po mokyklos grįžta pavargę, tačiau vėlgi, tėvų nežinojimas, kad laikas prie ekranų vaikų smegenims yra dar vienas papildomas krūvis ir dirgiklis (Jusienė ir kt. 2019), trukdo tėvams priimti racionalius ir vaikų gerovei teisingus sprendimus. Fizinis aktyvumas svarbus bendrai vaikų savijautai – tiek fizinei, tiek psichikos sveikatai (Buabbas ir kt. 2021), tad po mokyklos norinčiam pailsėti vaikui reiktų pasiūlyti alternatyvas: pabūti lauke, arba užsiimti kita jam malonia veikla (konstruoti, piešti, skaityti), o gal tiesiog pasnausti ar patiems tėvams su vaiku užsiimti bendra veikla.

Kitas išryškėjęs mamų elgesio modelis, kuriuo bandoma įtikinti vaikus mokytis, yra derybos su vaikais, kuriose, viena vertus, vaikas atlieka namų darbus, kita vertus – vaikas laimi papildomą laiką prie ekranų. Informantė įsivaizduoja, kad ji laimi, nes vaikas atlieka užduotis: „Aš jiems duodu pusę valandos pasižiūrėti <planšetes>, sakau einam tada daryti pusę valandos namų darbus.“ (R7), bet iš tiesų tai vaikas laimi papildomą laiką prie ekranų, atsiimdamas apdovanojimą iš anksto ir perstumdamas dienotvarkėje kitus svarbius dalykus (Wan Yaacob ir kt. 2021). Toks elgesys byloja apie kompulsyvų vaikų naudojimąsi IT, o tai neigiamai veikia mokymosi procesą, kuris pasireiškia namų darbų atidėliojimu ar vengimu juos atlikti (Domoff ir kt. 2017).

Apibendrinant šį paragrafą galima teigti, kad tėvai deda nemažai pastangų ugdyti vaikus, bet neretai sumenkina savo autoritetą pasitelkdami ekranus kaip auklėjimo priemones. Taip vaikų ir tėvų santykiai pereina į nuolatinės derybas, kai už papildomą išankstinį laiką prie ekranų tėvai tikisi, kad vaikas sąžiningai ir be pasipriešinimo atliks namų darbus ar kitas pareigas. Taigi tėvai įsitikinę ugdomąja IT verte, bet nepasitiki

savo tėvystės įgūdžiais (Cingel ir Krčmar 2013). Tačiau toks tėvų įsivaizdavimas yra panašus į iliuziją, kurios viena iš nepageidaujamų pasekmių – augantis kompulsyvus vaikų naudojimas IT. Tokie faktoriai byloja apie tėvų efektyvios mentalizacijos stygių, kuomet vidinės ir išorinės psichikos būsenos nėra pakankamai įsisąmonintos ir integralios (Bateman ir Fonagy 2016).

*Pastaba: šios temos visi patvirtinantys teiginiai (t. y. informantų citatos) yra Priede Nr. 3, [Lentelė Nr. 5](#).*

#### **4.6. Chaotiškas naudojimas informacinių technologijų priemonėmis šeimose ir žalingi vaikų įpročiai**

Nuo kūdikystės vienas esminių vaiko poreikių yra saugus santykis su tėvais. Saugumo jausmą vaikai pirmiausia patiria tada, kai į juos laiku ir tinkamai reaguojama, kai globėjų (pirmiausia motinos) reakcijos ir elgesys yra nuoseklus ir prognozuojamas (Čekuolienė 2008). Vyresniems vaikams lygiai taip pat svarbus saugumas, kuris reiškiasi per dienos rutiną, pasikartojimus, taisykles ir pasekmių žinojimą – kitaip tariant, kalbama apie tam tikras ribas, kuriose vaikas gali jaustis saugiai.

Kalbant apie vaikų naudojimąsi IT priemonėmis irgi yra svarbu aiškios ribos, taisyklės ir susitarimai. Kaip realiame pasaulyje egzistuoja daug taisyklių ir visur yra tam tikra tvarka, taip ir virtualiame pasaulyje yra tam tikra tvarka, įstatymai, taisyklės, pasekmės. Tėvai prieš įteikdami vaikui į rankas IT priemonę turėtų patys sau atsakyti į klausimą, kokios bus vaiko naudojimosi IT priemonėmis ir internetu taisyklės ir tvarka. Iš esmės tai labai panašu į kelių eismo taisykles gatvėje, kurių tėvai savo vaikus moko jau nuo darželinio amžiaus, kad pradėję lankyti mokyklą jie būtų saugūs. Vienos informantės pasisakymas iliustruoja daugelio tėvų požiūrį į vaikus ir jų naudojimąsi IT: „Aš manau taip, kad vaikas pradėjo lankyti mokyklą ir namuose turi būti bent jau Wi-Fi stotelė.“ (R1). Tėvai lengvai prileidžia vaikus prie IT ir interneto, bet vengia juos instrukuoti, ugdyti ir susitarti dėl naudojimosi tvarkos, o tada greitai susiduria su pasekmėmis: „...deja, sunku nukrapštyti nuo / nuo ekranų, bet čia yra, kaip aš kartais juokauju, – užaugo 2000-ųjų karta išmanių, kompiuterizuotų.“ (R1). Taip kalbėdama motina tarsi pasiteisina nuneigdama savo atsakomybę užsiimti vaikų ugdymu dėl tinkamo naudojimosi IT, o gal ir nuvertina savo galimybes, perleisdama visą



atsakomybę „išmaniems“ vaikams, nes jie yra „kompiuterizuoti“ ir tarsi viską žino. Šiame informantės pasisakyme yra dalis tiesos, kad kai kurie tėvai iš tiesų jaučiasi prieš savo vaikus ne tiek daug žinantys ir išmanantys apie IT, todėl kyla noras eiti lengviausiu keliu, paliekant savo vaikus atsakingus pačius už save ir ignoruoja faktą, kad tėvai ir virtualiame pasaulyje yra atsakingi už savo vaikus iki jiems sukaks 18 metų. Tėvai linkę labiau kontroliuoti ir nustatyti taisykles mažesniems vaikams, o vyresniems, augant jų kompiuteriam raštingumui, tėvų priežiūra ženkliai sumažėja ir tada vaikai į paauglystę žengia jau su susiformavusiais tam tikrais naudojimosi IT įpročiais (Paudel S. ir kt. 2017).

Remiantis tyrimo rezultatais, visų informantų vaikai jau turi bent po vieną artimųjų (senelių, tetų, tėvų) jiems nupirktą ekraną: „Jis dabar yra trečiokas, telefoną jis, aš aš jam nu kaip jam, jam padovanojo telefoną mano, reiškiasi, vyresnioji sesuo.“ (R6), „Seneliai, aišku, nu anūkai, viską, tai labai dovanoti buvo įpratę va tokius dalykus.“ (R2). Kaip rodo Buabbas ir kt. (2021) atliktas tyrimas, dauguma tėvų savo vaikams išmaniuosius telefonus nuperka dėl pramogavimo galimybių ir dėl socialinio spaudimo. Tyrimo informantai irgi nurodė, kad per pastaruosius dvejus metus dažniausiai vaikams pirkto kompiuterius, tačiau kaip vieną iš įsigijimo priežasčių nurodo nuotolinį mokymąsi pandemijos metu su tikslu užtikrinti kokybišką vaikų mokymąsi namuose. Pasibaigus pandemijai, vaikų naudojimas kompiuteriais ugdomosi tikslais irgi, praktiškai, baigėsi ir daugiausiai kompiuteriai naudojami žaidimams.

**Naudojimosi IT priemonėmis tvarkos stygius.** Nors vaikai iš tiesų gyvena ekranų apsuptyje, tačiau tyrime dalyvavusios šeimos negalėjo įvardyti vaikų naudojimosi IT priemonėmis taisyklių: „Tokių griežtų <taisyklių> kaip ir nėra.“ (R2), „Yra vienintelis susitarimas, kad vakare devintą valandą internetas eina miegoti kartu su visais.“ (R1). Kaip rodo moksliniai tyrimai, taisyklės yra vienas pagrindinių vaikų buvimą prie ekranų reguliuojančių veiksnių (Cingel ir Krcmar 2013). Kuo mažiau tėvai rūpinasi taisyklių turėjimu ir jų laikymusi, tuo ilgiau vaikai būna prie IT (De Decker ir kt. 2012). Prie ekranų mažiau laiko praleidžia tie vaikai, kurių tėvai nustatė aiškias buvimo prie ekranų ribas ir jų nuosekliai laikosi, nei tie, kurių šeimose nebuvo nustatytos naudojimosi IT taisyklės (Carlson ir kt. 2010).

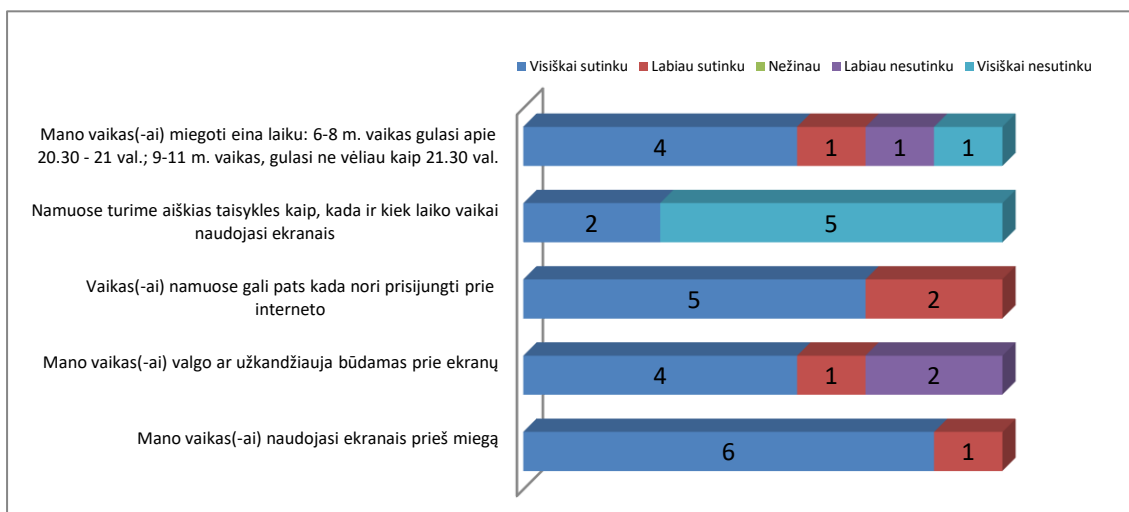
Kaip teigia viena informantė, jai net „...ir psychologė patarė ir, reiškias, kad nu riboti, kad būtų taisyklės“, tačiau patys tėvai vengia jas įsivesti. Taisyklės tėvams asocijuojasi su nuolatine kontrole ir sunkiu darbu: „Tai dažniausiai, žinokite vyksta labai labai sunkus darbas.“ (R7). Toks nuoširdus mamos pasakymas atskleidžia, kodėl

šeimose nėra naudojimosi ekranais taisyklių ir kad kur kas patraukliau jų neturėti ir leisti vaikams būti prie ekranų maždaug tiek, kiek jiems norisi. Kad tėvams iš tiesų sudėtinga sėkmingai tvarkytis su vaikų noru naudotis ekranais, išlaikyti sveiką pusiausvyrą tarp vaikų potraukio ekranams ir tėvų noro apsaugoti vaikus nuo probleminio įnikimo į IT, byloja motinos pasakojimas apie savo savijautą: „Kartais aš jau ir nustoju kovoti, nes nu truputį pati turiu tas problemas su spaudimu, su sveikata, tai, žinokite, aš galvoju, negaliu tiek dirbti ir tiek resursų dėti, nes tada irgi pati be sveikatos būnu.“ (R7). Kita motina įsitikinusi, kad jeigu ji labiau ribotų ar labiau kontroliuotų savo vaiko veiklą prie ekranų, tai sugandintų jų santykius, sugriautų tarpusavio pasitikėjimą ir motina to baiminasi, tad leidžia dukrai veikti tą, ką ji nori ir kiek nori, kol ateina laikas miegoti.

Ėjimo miegoti laikas daugumoje šeimų yra bene aiškiausia riba, kada vaikai jau negali naudotis ekranais ir tėvai tą klausimą sprendžia labai paprastai – atjungdami internetą: „Aš waifaijų prieš devynias visada išjungiu ir interneto nebėra, tai ir naudojimas tas toksai baigiasi po devynių penkios, jau pas mus viskas, interneto nebėra.“ (R2). Konfidencialioje anketoje 5 informantai nurodė, kad jų vaikai pagal savo amžių miegoti eina laiku, o 2 informantai su tokiu teiginiu nesutiko: viena motina sako, kad „dažniausia 23 valandą išjungiu vienu mygtuku internetą ir būna išjungtas televizorius.“ (R1). Pradinukams toks paros laikas jau yra per vėlyvas ir gali būti, kad šie vaikai susiduria su kokybiško naktinio miego stygiumi, kas ilgainiui gali turėti neigiamas pasekmes psichinei ir fizinei sveikatai (Jusienė ir kt. 2019; Wolf ir kt. 2018).

**Žalingi vaikų naudojimosi IT įpročiai.** Populiariausi informantų vaikų ekranai yra tie, kurie jiems asmeniškai yra nupirkti. Dažniausiai tai yra telefonai ir kompiuteriai – būtent prie šių ekranų žaisdami vaikai patiria didžiausią riziką tapti kompulsyviais vartotojais (De Decker ir kt. 2012; Carlson S. ir kt. 2010). Remiantis tėvų atsakymais tiek interviu metu, tiek ir anketoje (žr. *Diagramą Nr. 2*), didžioji dauguma vaikų prie ekranų kasdien praleidžia po 3–4 val. ar net daugiau: „Ateina iš mokyklos arba dienos centro ir tada gali 3–4 valandas. O savaitgaliais jo, man atrodo, kad ilgiau jie naudojami nei 3 val.“ (R5). Tik dviejose šeimose vaikai naudojami saikingiau, tai yra 1–2 val. per dieną, ką ir rekomenduoja PSO, gydytojai ir mokslininkai. Net ir suprasdami nesaikingo ir nekontroliuojamo naudojimosi IT grėsmes kai kurie tėvai neslepia, kad jų vaikai prie ekranų pramogauja apie 4 val. per dieną ir pripažįsta, kad jiems kontroliuoti laiką ir turinį yra labai sunku ar net neįmanoma (Buabbas ir kt. 2021).

### Vaikų naudojimosi IT įpročiai



Be to, kad daugumai informantų nesiseka užtikrinti saikingo vaikų naudojimosi ekranais, jie turi ir kitų sveikatai neigiamai veikiančių įpročių, tokių kaip valgymas žiūrint į telefoną ar kitą ekraną: „Jo, valgyti jis ateina į virtuvę su telefonu irgi <...> sakau, tu ką nors įjunk telefone kokį nors tokį multiką, kuris visiems būtų įdomu, pavyzdžiui ir man, ir tau. Nu ir jam patiko šita idėja, kad mes valgome ir šitą multiką lygtai žiūrim.“ (R6). Tai pavyzdys, kaip motina pati paskatina įtvirtinti ydingą įprotį vietoj to, kad mokytų ir skatintų vaiką ramiai pavalgyti be papildomų dirgiklių. Kaip žinia, ekranų žiūrėjimas valgant gydytojų yra pripažįstamas kaip žalingas visai virškinimo sistemai ir įsisaugonimui apie tai, ko ir kiek suvalgoma (Jusienė ir kt. 2019).

Kitas vaikų naktinio poilsio kokybei kenkiantis įprotis – veikla prie ekranų prieš miegą: „Jo, būna, kad prieš miegą žiūri. Mažasis tai visada žiūri /, nes jis taip užmiega pas mus.“ (R2). Nė vienas respondentas neįvardijo, kad vaikai eina miegoti be ekranų, tad galima daryti prielaidą, kad šie vaikai auga be tėvų jiems skaitomų pasakų ar pasakojimų prieš miegą, be knygos pažinimo: „O prieš miegą tai taip, yra įjungiamas multikas, kokį jie pasirenka, o po devynių jisai išsijungia ir viskas.“ (R2). Vėlgį, tėvai rodo patys pastūmėja vaikus vis daugiau ir ilgiau naudotis ekranais, taip patys išstumdami vaikų sąlytį su realiojo pasaulio potyriais ir galimai sukeldami neigiamas pasekmes jų pažintiniams ir kognityviniams procesams. Sinsinačio ligoninėje atlikti tyrimai parodė, kad vaikai, kuriems neskaitomos knygos, kurie mažiau fiziškai aktyvūs, bet kasdien ilgiau nei valandą praleidžia prie ekranų, pasižymi prastesniais raštingumo

įgūdžiais, skurdesniu žodynu, lėtesniu mąstymu ir informacijos apdorojimo greičiu (Hutton ir kt. 2019).

Viena informantė pratarė, kad jos sūnus ir keliasi su telefonu ir prausiasi ir į mokyklą ruošiasi žiūrėdamas į telefoną: „Aš savo telefone statau multiką, tokie "fixiki" rusiškai ir vaikui patinka šitas multikas ir ten tokia muzika tokia linksma <...> ir jis jau girdėdamas šitą multiką, jis jau po biškį, po truputį atsibunda. <...> Paskui vaikas jau pradeda imti savo telefoną iš ryto ir ten, reiškias, savo žiūrėti, reiškias žiūrėti savo ten kažkokį žaidimą savo, ir taip mes keliamės.“ (R6). Tokia ryto rutina šokiruoja ir parodo motinos nesuvokimą, kokius žalingus įpročius ji skiepija savo vaikui. Pernelyg didelis IT vartojimas susijęs su socialinės sąveikos šeimoje stoka ir sunkumais reguliuoti naudojimąsi kompiuteriu, be to nustatyta, kad emociniai ir elgesio sunkumai vėlesnėje paauglystėje susiję su dar ilgesniu naudojimosi ekranais (Carlson ir kt. 2010).

Tėvų elgesys ir įpročiai namuose yra svarbiausi veiksniai, darantys įtaką vaikų elgesiui ir prie ekranų praleidžiamo laiko trukmei (De Decker ir kt. 2012), tad kai namuose vaikams nėra jokių aiškių ir nuoseklių taisyklių, kai jie jaučia, kad tėvai patys neturi aiškių ribų, tuomet vaikai imasi iniciatyvos kurti savo tvarką: „Kartais naktį, nu ar ten labai jau vėlai būna, netgi įsijungia vaifajų pats ir žaidžia su telefonu.“ (R1), „Tas vaikas labai ten ir jisai gudrauja jo, nes jau kai aš neleidžiu žiūrėti, tai jau jisai: „Aš einu pas babčę, aš eisiu pas ją nakvoti“.“ (R7).

Šiame paragrafe išryškėjo visos didžiausios tėvų daromos klaidos, tai: taisyklių ir aiškios tvarkos nebuvimas dėl naudojimosi IT, ekranai valgio metu, ekranai prieš miegą ir ekranai vos nubudus ryte. Toks ekranų vartojimas smarkiai didina riziką vaikams tapti probleminiais ar net priklausomais IT vartotojais.

Tarp informantų buvo du dalyviai, kurie šiuo metu dar nesusiduria su didesniais sunkumais. „Nedraudžiu aš jam kažkaip. Jeigu jau vėlus laikas, pasakyta einam miegot, vat ir jis eina miegot ir viskas kažkaip. Nėra pas mus nei tų pykčių, nei kaprizų. Pasakyta ir padaryta, ir viskas.“ (R4) – kol vaikas mažas ir tėvo autoritetas yra stiprus, pakanka žodinio perspėjimo, tačiau ilgainiui kai kurių netinkamų įpročių palaikymas, gali sukelti vienokių ar kitokių pasekmių vaikams arba tapti tėvo ir sūnaus konfliktų zona.

Aptartas tėvų elgesys, jų išsakyti patiriami sunkumai ir nusiskundimai dėl sveikatos bandant brėžti ribas, byloja apie tai, kad jiems tikrai reikalinga pagalba iš šalies, pvz.: vaikų laisvalaikio alternatyvų pasiūlymai, informacijos, kaip nustatyti

šeimoje naudojimosi ekranais taisykles, suteikiamas ir specialistų konsultacijos susidūrus su sunkumais (De Decker ir kt. 2012).

*Pastaba: Šios temos visi patvirtinantys teiginiai (t.y. informantų citatos) yra Priede Nr. 3, [Lentelė Nr. 6](#)*

#### **4.7. Informacinių technologijų vartojimo poveikis vaikų elgesiui ir sveikatai**

**Naudojimosi IT privalumai.** Internetas ir IT priemonės tapo neatsiejama šiuolaikinio žmogaus kasdienybės dalimi ir teikia labai daug praktinės naudos, tad kalbant apie vaikų naudojimąsi IT reikia vertinti ne tik žalingus, bet pozityvius aspektus. Tyrime dalyvavę informantai džiaugiasi dėl kelių aspektų:

- a) leisdami laiką prie ekranų, vaikai išmoksta užsienio kalbų (rusų ir anglų), o jeigu naudoja ugdomąsias programas, įgyja ir kitų mokymuisi naudingų žinių ar įgūdžių: „Jinai rusų kalbą labai greitai išmoko iš youtube, anglų kalbą greit išmoko iš youtube ir iš multikų, grynai.“ (R2);
- b) vaikai pasirinkdami juos dominančias temas internete, mokosi praktinių dalykų (maisto gamyba, rankdarbiai, žvejojimas): „Būna įsijungia žvejojimą pasižūrėti, nu jam įdomu, išgyvenimus ten kažkokius žiūri gamtoj nu ir sužino jis ten daug kur kas yra.“ (R4);
- c) žaisdami neagresyvius ir pagal savo amžių vaizdo žaidimus vaikai ugdo dėmesingumą, strateginį mąstymą, patiria malonias emocijas: džiaugsmą, pasitenkinimą, pasitikėjimą savo sugebėjimais: „Tai va toks vat, kad jis ten turi tokių pasiekimų ir tokio vat džiaugsmo ir toks savimi patenkintas.“ (R6). Vaikai, pramogaujantys prie ekranų 1–2 val. per dieną, pasižymi aukščiausiu psichinės gerovės rodikliu, lyginant su tais, kurie visai nesinaudoja ekranais ar naudojami ilgiau nei 2 val. (Twenge ir Campbell 2019);
- d) vaizdo skambučiai užtikrina socialinių ryšių palaikymą su artimaisiais: „Sunku dabar įsivaizduoti tą patį bendravimą kažkur nu su tėčiu, su seneliais, su gimine, su artimaisiais, jeigu nebūtų tų visų skaičių ir panašiai.“ (R2).

Kiti tėvų pasisakymai yra labiau susiję su nauda jiems patiems. Pavyzdžiui, kol vaikas prie IT, namuose tylu, ramu, galima tėvams ilsėtis ir tvarkytis savo reikalus.

Arba tėvai naudoja ekranus, kaip vaikų motyvavimo priemones: norėdami paskatinti vaikus atlikti savo pareigas, paruošti pamokas už galimybę papramogauti prie IT.

Taigi pagrindiniai tėvų motyvai leisti vaikams naudotis IT ir internetu – vaikų džiaugsmas ir pasitenkinimas, ugdomasis aspektas ir paskatinimas atlikti kitus darbus ir pareigas (Cingel ir Krcmar 2013). Tačiau kartais pasitaiko, kad tėvai vaikui naudotis IT dažniau leidžia ne dėl skatinimo, bet dėl nusivylimo vaiko elgesiu, kas gali dar labiau gilinti vaiko sunkumus ir blogą elgesį (Carlson ir kt. 2010).

Informantų pasisakymuose buvo ir tokių nuomonių, kad iš vaikų veiklos prie ekranų jie nemato jokios naudos, nes mato savo vaikus vien tik žiūrinčius *nesąmones* arba įnikusius į vaizdo žaidimus: „Aš dar savo gyvenime taip nemačiau: viskas, akys ten įtemptos, klaviatūra jau klaviatūros nereikia matyt per daug ką ten reikia pirštais maigyti, ten tokiu greičiu kompiuteriniu, kad neduok Dieve...“ (R3). Kai kuriuos tėvus net baugina vaizdai, kai jie mato savo vaiką visu kūnu ir su didžiuliu dėmesingumu įsitraukusį į vaizdo žaidimą.

**Poveikis socialiniams vaikų įgūdžiams.** Tėvai gana greitai pastebi perteklinio vaikų naudojimosi ekranais pasekmes. Dažniausiai jie tą pajunta per pasunkėjusį bendravimą ir negalėjimą niekuo kitu jų sudominti: „Sakykim, einame į lauką: „oi ne, nenoriu“, „oi ne, tingiu“.“ (R3); „...atsisiuntė Roblox žaidimą, ir ji į jį taip įniko, kad jinai negirdėdavo manęs, nematydavo manęs ir su ja kalbi nuuu / visiškai / visiškai be reakcijos.“ (R2). Taip pat tėvai su vaikais dažnai pykstasi, nes tėvams sunku vaikus atitraukti nuo ekranų ir užsiimti kitomis veiklomis: „...labai dažnai namuose pykstamės <...>, jo visos emocijos mintys nukreiptos į tą vat vat multiką ar į tą planšetę.“ (R7). Šeimose kyla tarpasmeniniai vaikų ir tėvų konfliktai, nes veiklos prie ekranų išbalansuoja šeimos rutiną („ką jis <žaidimas> turi padaryti, kad tos pačios arbatos vakarėliai pas mus baigėsi?“ (R2)), drumsčia namų ramybę, provokuoja nesantaiką: „jie pradeda pyktis tarpusavyje, pradeda keiktis vienas ant kito <...> tada labai chaosas tiesiog darosi namie.“ (R5). Netinkamas emocijų reguliavimas ir silpnesnė savikontrolė yra rizikos veiksnys, prognozuojantis didesnę riziką tapti kompulsyviu IT vartotoju. Tai gali pasireikšti silpnesniais socialiniais gebėjimais ir neefektyviu gyvenimiškų iššūkių sprendimu, kuomet atsitraukiama į virtualų pasaulį vengiant spręsti sunkesnes situacijas realybėje (Caro C. ir Popovac M. 2020). Labai įžvalgi mamos mintis, kad vaikams „bus be galo sunku. Nes iš tiesų jie nustoja, kaip aš sakau, ir tuos socialinius ryšius megzti, bandyti draugauti, susitarti.“ (R7). Besaikis IT naudojimas gali būti pasitraukimo iš

socialinių santykių, susilpnėjusių bendravimo įgūdžių ir net agresyvaus elgesio priežastis (El Asam A. ir kt. 2018).

Tėvai pastebi ir itin susiaurėjusius vaikų interesus, juos sunku prikalbinti skaityti knygas, jie nebenori eiti į lauką ar žaisti su žaislais: „Mūsų devynmetis tai jau turi problemų dėl tų žaidimų // jam jam /, atrodo, rūpi tik jo telefonas.“ (R1). Tėvus gąsdina ir tai, kad vaikai neišbūna be ekranų, be nuolatinės vaizdų stimuliacijos, kad jie nemoka nuobodžiauti ar net demonstruoja antisocialų elgesį: „Jie nemato savo aplinkos, <...> nemato, kad numeta saldainio popieriuką, kad jisai nepadeda lėkštės į kriauklę, kad jisai savo rūbų nesusitvarko.“ (R7). Tarp informantų vaikų yra turinčių SUP, dėmesio ir aktyvumo sutrikimą ar kitų sunkumų, o šiuos vaikus labai traukia dirbtiniai dirgikliai, kurie nuolat ir greitai juda, apdovanoja spontaniškai, kaip niekas kitas realiame pasaulyje (Kimball H., Cohen Y, 2019). Taigi tėvų nuogąstavimai dėl savo vaikų ateities turi realų pagrindą.

**IT įtaka vaikų psichinei sveikatai.** Dauguma tėvų, kalbėdami apie vaikų psichinę sveikatą, įvardija tam tikras indikacijas vaikams atsitraukus nuo veiklos prie ekranų, tai: irzlumas, dirglumas, nuotaikos nebuvimas, prasta savijauta, pyktis („Jis ant visų šaukia, pyksta, susišnekėti su juo neina.“ (R1)) (žr. *Diagramą Nr. 4*).

Informantams pasakojant apie vaikų savijautą ir potraukį būti prie ekranų kyla asociacijos apie priklausomus asmenis: „Jie yra kaip anoniminiai alkoholikai.“ (R7); „Tas kompiuteris, nu kaip narkotikas gaunasi, kad jau nė dienos negali nuo kompiuterio.“(R3). Tėvams kylančios asociacijos su priklausomybėmis atspindi tėvų suvokimą apie IT daromą didžiulę žalą vaikų psichikai, tačiau kyla klausimas, kodėl tėvai, matydami tokią situaciją, nesiima jos spręsti? Tėvų neveiklumą būtų galima sieti su tėvystės įgūdžių, žinių stoka, išgyvenamu bejėgiškumo jausmu, kuris yra būdingas kopriklausomiems asmenims, o tarp šio tyrimo informantų yra asmenų, savo gyvenimo istorijoje susidūrusių ar vis dar susiduriančių su sutuoktinių ar savo pačių priklausomybėmis. Esant tokioms aplinkybėms, tėvams ir šeimai yra būtina psichikos sveikatos specialistų pagalba. Vaikų priklausomybė tiek nuo vaizdo žaidimų, tiek nuo įvairių socialinių tinklų ir programėlių prisideda prie psichologinės sveikatos pablogėjimo, sukelia depresyvias nuotaikas, padidina nerimo ir streso lygį (Pontes H.M. 2017), tai paveikia ir visą artimąją aplinką, šeimą.

### Vaikų savijauta ir elgesys pabuvus prie ekranų

Laikosi susitarimų ir nesipriešina ekranų laikui pasibaigus	2		11.8%
Labai sunkiai atsitraukia nuo ekranų	4		23.5%
Būna irzlus	2		11.8%
Stipriai pyksta	3		17.6%
Kartais elgiasi agresyviai (mėto daiktus, puola ką nors mušti ar pan.)	0		0%
Zyžia tol, kol gauna dar laiko prie ekranų	1		5.9%
Atsiriboja nuo kitų ir užsislendžia savyje / užsidaro savo kambaryje	1		5.9%
Nuėjęs nuo vieno ekrano eina prie kito ekrano	1		5.9%
Būna nuliūdęs ir nelaimingas	1		5.9%
Greitai susiranda kitą veiklą	2		11.8%

**Informacinių technologijų įtaka vaikų fizinei sveikatai.** Jusienės R. ir kt. (2019) atliktame longitudiniame tyrime mokslininkai pastebėjo teigiamą koreliaciją tarp per ilgo vaikų laiko prie ekranų ir somatinių skundų: neaiškios kilmės galvos skausmai, pilvo skausmai, kitos virškinimo problemos, regėjimo sutrikimai, dažnesni ūminiai virusiniai susirgimai. Visas šias indikacijas patvirtina ir šiame tyrime dalyvavusių informantų teiginiai apie jų vaikų sveikatos būklę. Dauguma tėvų išsakė skundus arba prognozes dėl žalos regėjimui ir ydingos laikysenos: „Vat žalas akim aišku eina, todėl, kad iš tikrųjų per daug// gadžete jis yra. Ir kas liečia jau ir fiziologijos irgi, jau pečiai į priekį daugiau tokie, <...> per žiūrėjimą į telefoną jau šitas kaklas jau nulinkęs jau jau į priekį.“ (R6). Lee ir kt. (2019) atliktas tyrimas pagrindžia, kad per ilgą kompiuterinių žaidimų ir ekranų naudojimo laiką neigiamai veikia regėjimą ir jį susilpnina.

Kai kurių informantų vaikai patiria pervargimo simptomus: jaučia nuolatinį nuovargį, patiria miego sunkumus, pamokų metu būna apsnūdę, o vienos informantės sūnus jau kelintus metus turi neurologinių problemų, vartojo vaistus nuo pykinimo, galvos skausmo, svaigimo ir nuovargio: „Pas neurologą vat buvom vėl tai jinai ir aiškino vat dėl tų kompiuterių, dėl telefonų, kad jeigu labai ilgai vat vaikas, tai gali būti dėl to, kad neturi vat smegenys pailsėjimo.“ (R5). Šiuos somatinius skundus galima sieti su menku fiziniu aktyvumu, trumpesniu buvimu lauke ir patiriama kūno įtampa dėl ilgo buvimo prie ekranų (Jusienės ir kt. 2019). Paradoksalu, kad net tokiai situacijai esant, motina nesiima žalos mažinimo priemonių ir netrumpina vaiko buvimo laiko prie IT.



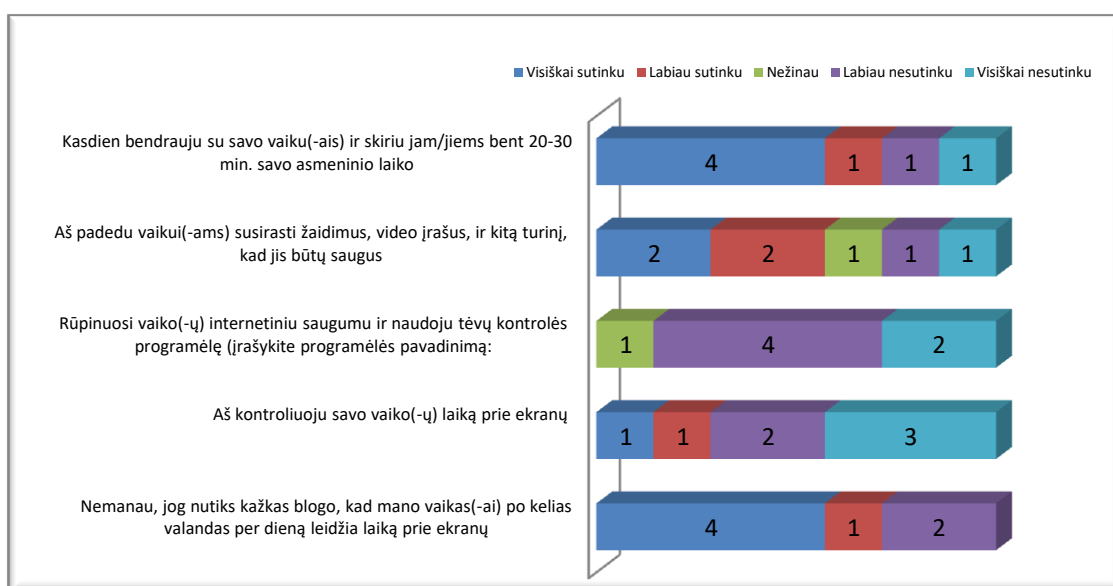
*Pastaba: šios temos visi patvirtinantys teiginiai (t. y. informantų citatos) yra Priede Nr. 3, [Lentelė Nr. 7](#).*

#### 4.8. Iracionalaus tėvų elgesio apraiškos rūpinantis internetiniu vaikų saugumu

Pastaruosius kelis dešimtmečius kalbant apie IT vartojimą nuolat kyla klausimas apie jų žalą ir naudą vaikams. Poveikis vaikų sveikatai dažniausiai matuojamas keliais parametrais: prie ekranų praleidžiamas laikas ir vaikų veiklos ar žiūrimo turinio pobūdis. Kaip jau buvo aptarta ankstesniame skyriuje, dauguma informantų nelinkę kontroliuoti vaikų laiko prie ekranų ir nemano, kad vaikams gali kas nors bloga nutikti, jeigu jie kasdien po kelias valandas praleis prie ekranų (žr. Diagramą Nr. 3). Carlson ir kt. (2010) atliktame tyrime buvo nustatytas ryšys tarp emocinių ar elgesio sunkumų ir ilgesnio laiko žaidžiant kompiuteriu bei sunkesnio atsitraukimo nuo kompiuterio, be to, ilgesnis žaidimų kompiuteriu laikas yra kur kas žalingesni 8 metų vaikui nei 15–18 m. paaugliams (tai susiję su smegenų branda ir labiau išsivysčiusia savikontrolės ir savireguliacijos funkcija). Remiantis šiuo ir daugybe kitų atliktų mokslinių tyrimų galima teigti, kad tėvai rizikuoja, manydami, jog jų vaikams nenutiks nieko bloga, jeigu jie kasdien prie ekranų praleis 2 ar daugiau valandų.

*Diagrama Nr. 3*

#### Tėvų elgsena vaikams namuose naudojantis IT



Kalbant apie vaikų saugumą internetinio turinio atžvilgiu, nė viena šeima nesinaudoja jokiais internetinio turinio filtravimo ir apsauginėmis programomis ar tėvų kontrolės programėlėmis, kurios šiandien plačiai naudojamos ir yra nemokamos (žr. Diagramą Nr. 3). Gali būti, kad tėvams trūksta skaitmeninio raštingumo arba supratimo apie grėsmes ir jų įvairovę mažamečiams vaikams internetinėje erdvėje. Tėvai sako, kad jie kartais stebi vaikų veiklą klausydami ar pasižiūrėdami, ką jie veikia savo ekranuose: „Prisižiūri ten visokiausių nesąmonių, kažką išgirstu arba kartais pasižiūriu ką žiūri, nu sakau „ką čia darai, ką žiūri?“, tai vat jeigu ten, kaip sakant, keiksmoždziai visokiausi dar kažką tai, tai sakau išjunk iš karto, kad aš negirdėčiau.“ (R5). Iš tokių tėvų pasisakymų akivaizdu, kad nuoseklus rūpesčio vaikų internetiniu saugumu ar jų ugdymo apie tinkamą naudojimąsi IT trūksta, o patys vaikai tuo pasirūpinti irgi dar negeba. Vos 17,6 proc. 7–10 m. amžiaus vaikų moka pasikeisti privatumo nustatymus, o didžioji daugumai apie tai nieko nežino (Pakalniškienė ir kt. 2020). Tėvams labiau rūpi, kad vaikai nesimokytų socialiai nepriimtinių dalykų, tokių kaip keiksmoždziai, patyčios: „Jeigu vaikas ir žiūri ten kažką ir pamatai, kad jau negražu ir taip toliau ten – arba užblokuoji tą kanaliuką, arba perspėji, kad nu tu persijunk, nes ten yra negražu, kad taip šnekėti nedera ir ką iš viso, čia klausaisi?“ (R1). Tėvai reaguoja pabarimais, kritikavimu, nuvertinimu į atsitiktinai nugirstus žodžius ar pamatytus vaizdus vaikų ekranuose, tačiau neįvertina, jog vaikai būna nesaugūs tuomet, kai nė vieno iš tėvų nėra šalia. Viena informantė teisingai pastebėjo, kad turėti namuose vaikams prieinamą internetą yra saugiau, negu vaikams ieškoti internetinių prieigų mieste, prie prekybos centrų ar pas draugus, ir taip prisižiūrėti vaikams žalingo turinio: „Eina ieško interneto prieigose, prie spaudos kioskų, eina į Šiaurės miestelį, eina į tą patį Topo centrą kur yra internetas ir tada jie ten jau prisižiūri.“ (R1). Vis dėlto rūpinantis vaikų internetiniu saugumu nepakanka vien tik turėti Wi-Fi stotelę namuose, jeigu įrenginiuose neįdiegtos jokios apsauginės programos, nėra nuoseklių pokalbių apie virtualiąją realybę, lygiai kaip ir nepakanka vien tik tėvų supratimo, kad jie yra atsakingi už tai, ką jų vaikai veikia ir mato ekranuose: „Kiekvienas atsakingas tėvas, kiekvienas atsakingas suaugęs žmogus turėtų nu stebėti, ką vaikas žiūri youtube, <....> turi žinoti, kad ko vaikas klausosi.“ (R1). Šis informantės pamąstymas skamba teisingai, tačiau jis nerealistiškas, turint omeny, kad tyrime dalyvavusių šeimų vaikai prie ekranų kasdien būna po 2 ir daugiau valandų, tad vargu ar atsirastų bent vienas tėvas ar motina, kurie tiek valandų galėtų stebėti vaikų veiklą prie ekranų. Tai patvirtina kitų informantų prisipažinimai: „Kad <turinio> kontrolė taptų kiek griežtesnė būtų, tai jos nėra, atvirai

pasakysiu...“ (R3),“Prakontroliuoju tai labai retai, kai tas telefonas yra kraunamas, ji miega, tai prakontroliuoju tiesiog ką su draugais bendravo ir ką jinai paskutiniu metu žiūrėjo.“ (R2). Kai kurie tėvai net vaikų iki 11 metų veiklos ekranuose monitoringą atlieka labai atsargiai, kai to nemato vaikai, tarsi saugodami jų privatumą, tačiau pasąmoningai jie, greičiausiai, vengia susidurti su vaikų pasipriešinimu ir pykčiu. Čia vėlgi išryškėja tėvystės įgūdžių, o galimai ir žinių, stoka – kaip kalbėtis su vaikais apie virtualų pasaulį ir ugdyti jų savisaugą bei atsakomybę per pačių tėvų atsakingos elgsenos pavyzdį. Be to, neįdiegdami lengvai prieinamų ir efektyvių turinio filtravimo ir apsauginių programų ar tėvų kontrolės (angl. *parenting control*) programų, tėvai, jausdami atsakomybę, turi vis žvilgčioti ir klausyti, ką veikia jų vaikai ir taip patys blaškosi nuo savo veiklų, be to, spontaniškos ir kritiškos tėvų intervencijos gali didinti tėvų ir vaikų tarpusavio konfliktus, skatinti vaikus slapukauti. Viena motina teisingai įvardija, kad „...pasitikėjimo, jo, jeigu nėra tarp tėvų ir vaikų tai irgi arba dėmesio stoka vaikams, tai jie labiau ir praleidžia laiką va čia va telefonuose.“ (R2). Tarpusavio pasitikėjimo ir pozityvių, prierašiu santykių pamatai dedami dar kūdikystėje per dėmesingą ir pakankamai jautrų bei reflektyvų tėvų reagavimą į vaikų poreikius ir jų siunčiamus signalus (Čekuolienė D. 2008). Tokie tėvų ir vaikų santykiai sėkmingai klostosi, kai tėvų, visų pirma, motinų, reflektyvioji funkcija yra pakankamai gerai išvystyta. Tačiau jei motinų ir/ ar tėvų vaikystėje patirtos traumos (smurtas, nepriežiūra, apleistumas) yra neįsisąmonintos, nesuvokiamos savo pačių psichinės būsenos, praeities patirtys nesusiejamos su dabartiniu elgesiu, nerandami priežasties ir pasekmės ryšiai, tuomet tai gali būti nepakankamo motinų gebėjimo mentalizuoti priežastimi, kuri trukdo kurti saugiai organizuotas prierašumo strategijas su savo vaikais (Gervinskaitė-Paulaitienė 2016). Minėtos teorinės prielaidos (apie prierašumą ir mentalizaciją) galimai egzistuoja ir daugumoje informantų šeimų, o tai neigiamai veikia tėvų ir vaikų santykius, vaikai gali patirti emocinį apleistumą, vienišumą, o tai didina vaikų priklausomybės nuo IT riziką (Yao-Chung Cheng ir kt. 2021).

Apibendrinant šį paragrafą, tėvų elgseną galima vertinti kaip iracionalią. Nekontroliuodami vaikų laiko prie ekranų, neįdiegdami internetinio turinio apsauginių ir tėvų kontrolės programų, neskirdami pakankamai dėmesio reflektyviems pokalbiams, tėvai praranda daug savo laiko ir vidinės energijos resursų bandydami nesistemiškai, spontaniškomis intervencijomis suvaldyti vaikų potraukį naudotis IT, kas tik pablogina tarpusavio santykius.

*Pastaba: šios temos visi patvirtinantys teiginiai (t. y. informantų citatos) yra Priede Nr. 3, [Lentelė Nr. 8](#).*

#### **4.9. Tėvų patirtys ir iššūkiai ugdant vaikus informacinių technologijų apsuptyje**

**Žinių stoka.** Internetas ir IT priemonės šeimų kasdienybėje egzistuoja apie du dešimtmečius, tačiau tėvams vis dar sudėtinga perprasti, kaip jomis tinkamai naudotis ugdant vaikus. Informantai labai atvirai išsako žinių apie tinkamą vaikų naudojimąsi IT stygių: „Mums patiems tėvams reikia mokintis nu kaip juos išvaduoti iš tų kompiuterių ir panašiai.“ (R7). „Tai yra problema, kad mokyklose, man atrodo, nekalbama tokių dalykų apie kompiuterius dažnai. Patikėkite, taip trūksta žinių. Mūsų laikais buvo kitaip, jų laikais dabar, dabartiniams vėl kitaip.“ (R3). Kai kurie tėvai jaučiasi palikti vieni su šia sunkia ir varginančia užduotimi – kaip namuose tvarkytis su vaikų didžiuliu potraukiu ekranams ir labai norėtų aktyvaus ir švietėjiško mokyklų ir specialistų įsitraukimo, nes turi įsivaizdavimą, kad mokykla šios temos nepaliečia arba tą daro nepakankamai efektyviai: „Kažkaip manau, kad jeigu dažniau šnekėtų jau nuo antrų klasių ar nuo trečios klasės, kad //, kokį poveikį daro tie visi kompiuteriai.“ (R3). Kelios informantės jaučiasi praradusios autoritetą, joms atrodo, kad jų vaikai, būdami dar pradinukais, jau negirdi, neklauso tėvų: „Vaikui tėvai tai nėra autoritetai... Norėčiau kad tikrai specialistas, kad būtų tokia specialistų komanda, nu pasikviestų, pavyzdžiui, vaiką ir jam vat išaiškintų, kokią žalą daro kompiuteris.“(R7). Tokiuose pasisakymuose girdimas bejėgiškumas ir didžiulis tėvų savęs nuvertinimas kaip nekompetentingų dėl vaikų ugdymo IT vartojimo srityje.

**Taisyklių ir nuoseklumo namuose stoka.** Kita dalis informantų taip tiesiogiai neišsako pagalbos iš išorės poreikio, tačiau kaip ir kiti informantai pripažįsta savo bejėgiškumą įvesti daugiau tvarkos ir normalumo vaikų kasdienybėje dėl naudojimosi IT įpročių. Tėvai atvirauja, kad jiems nesiseka susikurti taisyklių, nežino nuo ko pradėti, kaip taisyklės turi atrodyti ir dėl to kai kurie išgyvena kaltę „...nu dėl to aš kaip save biškį kaltinu, kad taip ne, vis vis neprieinu...“ (R6). Net kai motinos yra apsisprendusios dėl tam tikrų ribų, joms niekaip nesiseka jų išlaikyti ir jos vis patiria nesėkmes: „Valgyti ir nežiūrėti, jooo, man atrodo šitai <taisyklei>, labai sunkiai kažkaip tai pasiduoda. Valgydami jie irgi kartais žiūri, tai labai ilgai valgo arba visai nevalgo.“(R5), „Žinau, kad porą ar valandą, vieną valandą prieš miegą tikrai nerekomenduotina. Tai šitas mums dalykas dar neišeina.“(R6). Atrodo, kad informantės turi kažkiek žinių ir supratimo apie

ekranų žalingą poveikį miegui ir kokybiškam poilsiui, sveikesnei mitybai, susikaupimui, bet pasiekti norimo rezultato joms yra labai sudėtinga. Taip atsiranda priešara tarp to, ką žinai, kaip reikia daryti ir tarp negalėjimo pasiekti tam tikro rezultato: „Žinių galima rasti daug, bet jas reikia mokėti taikyti.“ (R1). Šiame informantės pasisakyme užkoduota ne tik išorinė problema, susijusi su žinių stoka ar vaikų neklausymu, o dar svarbesnė – tėvystės įgūdžių stoka, kas yra dažna problema socialinius sunkumus patiriančiose šeimose (Pileckaitė-Markovienė, Lazdauskas 2007). Tėvystės esmė šiuo atveju yra ne ta, kiek tėvai išmano apie IT, bet kiek jie geba suprasti ir atliepti kiekvieno vaiko poreikius, kurti saugią ir sveikai raidai palankią terpę namuose, skiepyti sveikus naudojimosi IT įpročius ir, svarbiausia – nuosekliai laikytis nustatytų ribų ir susitarimų.

**Palaikymo iš mokyklų stoka.** Negalima nuneigti tokio svarbaus dalyko, kaip tėvų suvokimas apie adekvatų santykį tarp realaus gyvenimo ir laiko, praleidžiamo virtualiame pasaulyje, nes nuo to prasideda vaikų naudojimosi IT įpročių formavimasis. Visgi net ir adekvačiai su ekranais namuose besitvarkantiems tėvams sunkumai neišvengiamai atsiranda tuomet, kai vaikai pradeda lankyti ugdymo įstaigas, kur jie sutinka bendraamžius, besinešiojančius į mokyklą įvairias IT priemones, dažniausiai išmaniuosius telefonus. Lygiai taip pat elgiasi ir šiame tyrime dalyvavę informantai, įduodami savo vaikams neštis į mokyklą telefonus dėl galimybės susisiekti ir kontroliuoti, taip pat ir dėl pačių tėvų saugumo jausmo: „Išmanieji, nu tie telefonai, atsirado, nes vaikai eina į mokyklą ir, kad kur vaikas dingo sužinoti.“ (R1).

Konfidencialioje anketoje 4 informantai pažymėjo, kad vaikų mokyklose yra aiškios naudojimosi ekranais taisyklės, o 3 tėvai neigia, kad mokyklose yra aiški tvarka ir taisyklės: „Per pamoką tai jiems telefono negalima, tai čia aišku, bet kada jie jau draugai ten visi jau pradeda ten per pertraukas žaisti telefonuose.“ (R6). Žinoma, tėvams labai pasunkėja vaikų buvimo prie ekranų kontrolė, kai jie yra ne namuose, todėl labai svarbu, kad ir ugdymo įstaigos prisiimtų atsakomybę už vaikų gerovę, kalbant apie naudojimąsi asmeniniais išmaniaisiais įrenginiais ir nustatytų aiškias taisykles ir pasekmes už jų nesilaikymą (Wolf ir kt. 2018; Rehbein ir Baier 2013). Nesant aiškių taisyklių ir pasekmių sistemos, tėvai tikrai gali jaustis labai beviltiškai, kai vaikai ryšio priemonės naudoja pramogavimui prie žaidimų ar socialinių tinklų, kurie pagal amžiaus cenzą jiems dar neleistini. „Per pertraukas kiti žiūri ten tuos filmukus, o jisai sėdi šalia ir žiūri, ta prasme, nu aš mačiau, kas ten vyksta prailgintoj grupėj, kažkas įsijungia, o ten dešimt vaikų ratu apstoja ten tą vaiką, tai tėvai gali iš kailio nertis, bet tai kas iš to.“

(R7), „Nu, aišku, nuo to niekur nepabėgsi ir mokykloj ten vyksta visokiausių dalykų ir ten nu nelabai sureguliuosi ir kažkaip tai pastebėsi ką ten žiūri.“ (R5). Jeigu vaikams ir mokykloje pertraukų ar prailgintos dienos grupės metu leidžiama naudotis telefonais, tai bendras dienos laikas prie ekranų tampa dar ilgesnis nei tėvai galvoja, o pradinukams daugiau nei 2 val. per dieną jau daro žalą psichinei ir fizinei sveikatai, be to, patys vaikai patvirtina, kad besaikis interneto naudojimas ir obsesijos turi didelį poveikį jų kasdienėms veikloms, įskaitant mokymąsi mokykloje ir laisvalaikį (El Asam A. ir kt. 2018). Tokiais atvejais pedagogai, žinodami apie mokinių pernelyg didelį naudojimąsi IT, galėtų į ugdymo procesą integruoti pratimus, skatinančius dėmesingumą, koncentraciją, savireguliaciją, kas sumažintų neigiamą perteklinio IT naudojimo žalą mokymuisi bei kognityviniams procesams (Kokoc M. 2021).

**Artimųjų palaikymo stoka.** Be to, kad ne visi tėvai gali pasidžiaugti nuosekliai taikomomis IT naudojimo mokyklose ar namuose taisyklėmis, kai kurie informantai neturi palaikymo ir iš artimiausios savo aplinkos. Keletas jų pasidalijo skausmingais patyrimais apie vaikų senelių (jų tėvų) elgesį. Norėdami įtikti anūkam jie nebrėžia jokių ribų dėl ekranų naudojimosi laiko, o tik tenkina vaikų norus: „Aš bandžiau su tuo kovoti, ta prasme, nu kiek galima duoti? Aš sakau, išeikit su tuo vaiku pasivaikščioti kažkur, nu kažkur ten.“ (R7). Labai iškalbingas motinos pasakytas žodis „kovoti“, kuris tik išryškina jų bejėgystę, dar labiau atskleidžia, kokia didelė problema yra vaikų įnikimas į IT ir kaip sudėtinga tėvams su tuo tvarkytis. Atrodo, kad šiuolaikinės technologijos labai paliečia ne tik vaikų sveikatą, bet ir tarpasmeninius santykius tiek šeimoje, tiek už jos ribų, kuomet tėvai konfrontuoja ne tik su savo vaikais, bet ir su tėvais: „Be mano suderinimo, be mano sutikimo pirkdavo, taaaip su seneliais barėmės.“ (R2). Tėvai vietoj palaikymo vėl patiria nusivylimą, vienišumą ir bejėgiškumą, kuomet reikia susitaikyti su pralaimėjimu: „Aš galvoju, nu nu negaliu aš jau čia kovoti, nes vis tiek ta prasme, aš jų neperauklėsiu.“ (R7). Atrodo, kad visas gyvenimas sukasi apie vaikų naudojimąsi IT, kuomet šeimos dienotvarkei ir planams didžiulę įtaką daro kompulsyvus vaikų potraukis ekranams. Tokios aplinkybės dažnai provokuoja konfliktus – nesutarimus tarp priklausomo vartotojo ir jį supančių trečiųjų šalių (Wan Yaacob ir kt. 2021). Tai priskiriama tarpasmeniniams konfliktams šeimose, tačiau tai yra ir intrapsichinis konfliktas (Wan Yaacob ir kt., 2021), kuris vėlgi sietinas su tėvų reflektyviosios funkcijos stoka, o tai daro įtaką vaikų mentalizacijos gebėjimų raiškai, kokybei ir tolesniam vystymuisi (Gervinskaitė-Paulaitienė ir Barkauskienė 2016; Bateman ir Fonagy 2016).

Paskutinis paragrafas parodo vaikų naudojimosi ekranais problemos platumą ir kompleksiškumą, tėvų sutrikimą, žinių ir įgūdžių stygių. Atsižvelgiant į tai būtų labai išmintinga bent jau mokykloms imtis lyderystės ir aktyviai įsitraukti į šių aktualijų sprendimą. Šiuolaikinės mokyklos gali padėti tėvams organizuodamos žinių suteikiančius seminarus, paskaitas, vykdydamos prevencines veiklas ar akcijas (Pontes H.M. 2017), o pedagogai drauge su pagalbos mokiniui specialistais gali tenkinti mokinių poreikius kurdamos saugesnę ir sveikesnę mokymosi ir socializacijos aplinką (Rehbein ir Baier 2013; Wolf ir kt. 2018; Alghamdi ir kt. 2020; Dindar ir Akbulut 2016). Tėvų bejėgiškumo ir pasimetimo tendencijos būdingos visoms šalims, nes vaikų naudojimosi IT fenomenas pasiekęs tokį mastą, kad vien tėvams darosi pernelyg sudėtinga viską sukontroliuoti ir būtinas kuo skubesnis valstybinio sektoriaus įsitraukimas spręsti minėtus iššūkius (Buabbas ir kt. 2021)., pvz., įsteigti lengvai prieinamus sporto ir kitokio aktyvaus laisvalaikio centrus, o gal net ir pasekti Prancūzijos pavyzdžiu, kuomet vyriausybė 2018 m. uždraudė asmeninių IT priemonių naudojimą mokyklose mokiniams iki 15 m.

*Pastaba: šios temos visi patvirtinantys teiginiai (t. y. informantų citatos) yra Priede Nr. 3, [Lentelė Nr. 9](#).*

## IŠVADOS

1. Mokslinės literatūros analizė išryškino, kad šiandieniniame pasaulyje IT priemonės yra prieinamos kone kiekvienai šeimai, nepriklausomai nuo jos socioekonominio statuso, tačiau šeimai, jau susiduriančiai su tam tikrais socialiniais sunkumais, vaikų potraukis ir nesaikingas naudojimas ekranais sukuria papildomus sunkumus ir iššūkius, kurie gali ženkliai pabloginti vaikų psichoemocinę būklę bei daryti kompleksinę žalą fizinei ir psichinei sveikatai, sutrikdyti bendravimą ir tarpusavio santykius šeimoje bei silpninti kitus socialinius įgūdžius ir mokymąsi.

2. Moksliniais tyrimais nustatyta, kad vaikų ir tėvų santykiuose susiformavęs prieraišumo stilius turi reikšmės ir įtakos vaikų naudojimosi IT įpročiams. Svarbus faktorius, lemiantis vaikų naudojimosi ekranais kiekį ir kokybę, yra tėvų reflektvyvosios funkcijos gebėjimai.

3. Analizuojant tėvų supratimą apie vaikų poreikius, šio darbo tyrimas atskleidė, kad visi tėvai atliepia savo vaikų norą leisti kuo daugiau laisvalaikio prie IT ir yra juos aprūpinę tiek interneto prieiga, tiek ir IT priemonėmis, tačiau tarpusavio santykiams ir bendravimui dėmesio beveik neskiriama. Visų informantų vaikai vakarais prie ekranų būna iki tol, kol ateina laikas miegoti ir kai tėvai išjungia internetą.

4. Vertinant tėvų elgesį su IT besinaudojančiais vaikais nustatytas neatsakingas ir nenuoseklus ugdymas, kuris labai padidina riziką formotis ir įsitvirtinti kompulsyviems vaikų įpročiams:

- a) šeimose nėra taisyklių ar aiškių susitarimų dėl vaikų naudojimosi IT;
- b) tėvai nenaudoja jokių apsaugos ir turinio filtravimo programų ar tėvų kontrolės programėlių;
- c) su vaikais neaptaria jų žiūrimo turinio ir laikosi pasyvaus stebėtojo vaidmens;
- d) IT priemones ir internetą tėvai naudoja kaip pagrindines vaikų motyvavimo ir drausminimo priemones („meduolio ir botago“ principas), tačiau tyrimas atskleidė, kad tokia taktika formuoja sąlyginį vaikų paklusnumą, skatina abipusiai manipulytvių santykių formavimąsi, bet neugdo atsakingo elgesio.

5. Tyrimo duomenys atskleidė, kad tėvams sudėtinga kurti pozityvius, emociškai artimus ir palaikančius santykius su savo vaikais dėl tėvystės įgūdžių stokos. Tėvai patiria stiprų bejėgiškumą, jaučiasi neautoritetingais asmenimis savo vaikams, kas stipriai sumažina vaikų saugumo ir pasitikėjimo tėvais jausmą. Todėl vaikams



internetinėje erdvėje leisti laiką yra maloniau nei šeimoje dėl patiriamos sėkmės ir pasitenkinimo jausmo, taip pat saugiau dėl IT erdvėje egzistuojančių aiškių taisyklių ir nuoseklumo.

6. Nagrinėjant tėvų požiūrį į IT daromą įtaką vaikų ir tėvų santykiams atskleista, kad daugumoje informantų šeimų yra itin skurdus tradicijų ar kitų šeimos bendrystę palaikančių veiksnių puoselėjimas, tačiau tėvai, užėmę bejėgės aukos poziciją, taikstosi su vaikų potraukiu leisti laiką prie IT ir nesiima jokių aktyvių veiksmų, kad padėtų savo vaikams formuoti sveikesnius laisvalaikio įpročius, ugdančius bendravimo ir kitus socialinius įgūdžius.

Pastebėta, kad palankesnė situacija kurti pozityvius tarpusavio santykius tose šeimose, kuriose tėvai dalį šeimos biudžeto retkarčiais gali skirti pramogoms mieste ar kažkokioms išvykoms ir šitaip patirti šeimos bendrystę bei tarpusavio santykius už namų ribų, kur nėra naudojamos IT priemonės.

## REKOMENDACIJOS

**Teikti švietimo ir edukacines paslaugas socialiniams darbuotojams, pedagogams ir kitiems specialistams, dirbantiems su vaikais ir šeimomis.** Suteikti minėtiems specialistams specifinių žinių apie tai, kaip jiems dirbti su šeimomis ir tėvais, kurių vaikai galimai susiduria su probleminiu IT vartojimu namuose. Rengti mokymus formalaus ir neformalaus ugdymo įstaigų darbuotojams dėl mokinių naudojimosi IT priemonėmis taisyklių nustatymo ir tvarkos palaikymo.

**Teikti socialines ir edukacines paslaugas tėvams.** Siekiant gerinti vaikų ir tėvų santykius ir mikroklimatą šeimoje, svarbu mažinti tėvų atotrūkį nuo vaikų šiandieninių interesų, suteikti jiems žinių, kaip kalbėtis su savo vaikais apie jų veiklas prie ekranų, apie ten kylančias problemas, aiškintis, su kuo jie susiduria, ką mato, kaip tėvams į tai reaguoti ir panašiai. Šio tikslo galima siekti į tėvystės ugdymo programas integruojant temas, susijusias su vaikų naudojimosi IT priemonėmis, taisyklių kūrimu ir nuosekliu jų laikymusi.

**Teikti švietimo paslaugas vaikams.** Siekiant užkirsti kelią žalingiems IT vartojimo įpročiams ir didinti vaikų skaitmeninę gerovę bei internetinį saugumą, svarbu jau pradinėse klasėse vesti mokiniams prevencinius užsiėmimus apie tinkamą naudojimąsi IT priemonėmis ir suteikti žinių apie nesaikingo naudojimosi ekranais žalą.

**Didinti ir plėsti laisvalaikio užimtumo paslaugas vaikams.** Norint mažinti vaikų iš socialinius sunkumus patiriančių šeimų įsitraukimą į veiklas prie IT, svarbu, kad savivaldybės skirtų dar daugiau dėmesio šių šeimų vaikų užimtumui skatinti, plėstų lengvai prieinamų laisvalaikio veiklų įvairovę, o mokykloms rekomenduoti, kad jos savo mokiniams siūlytų daugiau patrauklių popamokinės veiklos užsiėmimų.

**Teikti psichikos sveikatos priežiūros paslaugas.** Šeimos gydytojams ir psichologams suteikti testavimo įrankius ankstyvajai vaikų kompulsyvaus ekranų vartojimo diagnostikai, kad būtų užkirstas kelias psichinės ir fizinės sveikatos problemų vystymuisi, o tėvams suteiktos žinios, kaip brėžti ir laikytis ribų bei susitarimų su vaikais ir kaip kurti emociškai šiltus tarpusavio ryšius.

**Rekomendacijos tyrėjams ir mokslininkams.** Svarbu tęsti mokslinius tyrimus ir mokslines diskusijas apie vaikų, vartojančių IT, problemas, siekiant rasti efektyvias kompulsyvaus IT vartojimo prevencines priemones ir vaikų skaitmeninę gerovę didinančius faktorius šeimose. Gautais tyrimų rezultatais dalintis ir organizuoti diskusijas su institucijomis, valstybiniu lygmeniu priimančiomis sprendimus, kad būtų

priimami sprendimai padėsiantys užtikrinti vaikų skaitmeninę gerovę ir sveikatą tausojančių IT įpročių ugdymą.

## LITERTŪROS SĄRAŠAS

1. Adler, A. 2003. Žmogaus pažinimas, Vilnius: Vaga.
2. Alghamdi, A., Karpinski, A. C., Lepp, A., Barkley, J. 2020. „Online and face-to-face classroom multitasking and academic performance: Moderated mediation with self-efficacy for self-regulated learning and gender“, *Computers in Human Behavior* 102: 214-222. Prieiga: <https://www.sciencedirect.com/science/article/pii/S074756321930305X?via%3Dihub> [žiūrėta, 2022-02-10].
3. Andrikienė, L., Laurinaitis, E., Milašiūnas, R. 2013. Psichoanalitinė psichoterapija. Vilnius: Vaistų žinios.
4. Aziz, N., Nordin, M. J., Abdulkadir, S. J., Salih, M. M. M. 2021. „Digital Addiction: Systematic Review of Computer Game Addiction Impact on Adolescent Physical Health“, *Basel: Electronics* 10 (9): 996. Prieiga: <file:///C:/Users/Giedre/Downloads/electronics-10-00996-v2.pdf> [žiūrėta 2022-04-25].
5. Barkauskienė, R., Čekuolienė, D., Adler, A., Gervinskaitė-Paulaitienė, L. 2017. „Mentalizacijos paauglystėje raida ir sutrikimai“, *Psichologija* 56. Prieiga: <https://www.zurnalai.vu.lt/psichologija/article/view/11515/10132> [žiūrėta 2022-04-15].
6. Bateman, A., Fonagy, P. 2016. *Mentalization-Based Treatment for Personality Disorders*, Oxford: Oxford University Press.
7. Buabbas, A., Hasan, H., Shehab, A. A. 2021. „Parents’ Attitudes Toward School Students’ Overuse of Smartphones and Its Detrimental Health Impacts: Qualitative Study“, *Kuweit: JMIR Pediatr Parent* 4 (2): e24196. Prieiga: <https://www.ncbi.nlm.nih.gov/pmc/articles/PMC8176337/> [žiūrėta 2021-11-04].
8. Carlson, S. A., Fulton J. E., Lee, S. M., Foley, J. T., Heitzler, C., Huhman, M. 2010. „Influence of Limit-Setting and Participation in Physical Activity on Youth Screen Time“, *Pediatrics* 126(1). Prieiga: <https://publications.aap.org/pediatrics/article-abstract/126/1/e89/68258/Influence-of-Limit-Setting-and-Participation-in?redirectedFrom=fulltext> [žiūrėta 2021-11-02].
9. Caro, C., Popovac, M. 2020. „Gaming When Things Get Tough? Examining How Emotion Regulation and Coping Self-Efficacy Influence Gaming During Difficult

- Life Situations“, *SAGE Journals* 16(5): 611–631. Prieiga:  
<https://journals.sagepub.com/doi/10.1177/1555412020944622> [žiūrėta 2021-11-05].
10. Cheng, Y.-C., Yang, T.-A., Lee, J.-C 2021. *The Relationship between Smartphone Addiction, Parent–Child Relationship, Loneliness and Self-Efficacy among Senior High School Students in Taiwan*, 13 (16), Basel: Sustainability.  
 Prieiga: <<https://www.mdpi.com/2071-1050/13/16/9475>> [žiūrėta 2021-10-10].
11. Christakis, D. A., Zimmerman, F. J., DiGiuseppe, D. L., McCarty, C. A. 2004. „Early Television Exposure and Subsequent Attentional Problems in Children“, *Pediatrics*, 113(4): 708–13. Prieiga:  
<file:///C:/Users/Giedre/Downloads/Christakisetal.2004.pdf> [žiūrėta 2022-03-02].
12. Cingel, D. P., Krcmar, M. 2013. „Predicting Media Use in Very Young Children: The Role of Demographics and Parent Attitudes“, *Communication Studies*, 674 (4): 374–394. Prieiga:  
<https://www.tandfonline.com/doi/abs/10.1080/10510974.2013.770408> [žiūrėta 2022-03-12].
13. Cohen, L., Manion, L., Morrison, K. 2007. *Research Methods in Education*. London: Routledge.
14. Čekuolienė, D. 2008. *Prieraišumas: teoriniai aspektai, tyrimai, intervencija, vadovėlis*, Vilnius: Vilniaus universitetas.
15. Dalbudak, E., Evren, C., Aldemir, S., Evren, B. 2014. „The severity of Internet addiction risk and its relationship with the severity of borderline personality features, childhood traumas, dissociative experiences, depression and anxiety symptoms among Turkish university students“, *Psychiatry Research* 219(3): 577–582. Prieiga:  
<https://www.sciencedirect.com/science/article/pii/S016517811400170X?via%3Diub> [žiūrėta 2022-04-02].
16. D'Arienzo, M. C., Boursier, V., Griffiths, M. D. 2019. „Addiction to social media and attachment styles: A systematic literature review“, *International Journal of Mental Health and Addiction* 17(4): 1094–1118. Prieiga:  
<https://link.springer.com/content/pdf/10.1007/s11469-019-00082-5.pdf> [žiūrėta 2021-11-05].
17. De Decker, E., De Craemer, M., De Bourdeaudhuij, I., Wijndaele, K., Duvinage, K., Koletzko, B., Grammatikaki, E., Iotova, V., Usheva, N., Fernandez-Alvira, J. M., Zych, K., Manios, Y., Gardon, G., ToyBox-study group 2012. „Influencing factors

- of screen time in preschool children: an exploration of parents' perceptions through focus groups in six European countries“, *Obesity reviews*, 13(1): 75–84. Prieiga: <https://onlinelibrary.wiley.com/doi/abs/10.1111/j.1467-789X.2011.00961.x> [žiūrēta 2021-11-12].
18. Dindar, M., Akbulut, Y. 2016. „Effects of multitasking on retention and topic interest“, *Learning and Instruction*, 41: 94–105. Prieiga: <https://www.sciencedirect.com/science/article/pii/S0959475215300372?via%3Dihub> [žiūrēta, 2022-02-10].
19. Domoff, S. E., Harrison, K., Gearhardt, A. N., Gentile, D. A. 2017. „Development and Validation of the Problematic Media Use Measure: A Parent Report Measure of Screen Media “Addiction” in Children“, *Psychology of Popular Media Culture* 8(1): 2–11. Prieiga <https://psycnet.apa.org/record/2017-51599-001> [žiūrēta 2021-09-19].
20. Durkee, T., Kaess, M., Carli, V., Parzer, P., Wasserman, C., Floderus, B., Apter, A., Balazs, J., Barzilay, S., Bobes, J., Brunner, R., Corcoran, P., Cosman, D., Cotter, P., Despalins, R., Graber, N., Guillemin, F., Haring, C., Kahn, J. P., Wasserman, D. 2012. „Prevalence of pathological internet use among adolescents in Europe: demographic and social factors“, *Addiction* 107(12): 2210–2222. Prieiga <https://onlinelibrary.wiley.com/doi/10.1111/j.1360-0443.2012.03946.x> [žiūrēta 2022-04-02].
21. El Asam, A., Samara, M., Terry, Ph. 2018. „Problematic Internet Use and Mental Health among British Children and Adolescents“, Department of Psychology, Kingston University London. Prieiga: <https://eprints.kingston.ac.uk/id/eprint/41965/1/Samara-M-41965-AAM.pdf> [žiūrēta 2022-04-02].
22. Elo, S., Kääriäinen, M., Kanste, O., Pölkki, T., Utriainen, K., Kyngäs H. 2014. „Qualitative Content Analysis: A Focus on Trustworthiness“, *SAGE Open* 4(1), Oulu University. Prieiga: <https://journals.sagepub.com/doi/full/10.1177/2158244014522633> [žiūrēta 2022-03-18].
23. Fairclough, S. J., Boddy, L. M., Hackett, A. F., Stratton, G. 2009. „Associations between children’s socioeconomic status, weight status, and sex, with screen-based sedentary behaviours and sport participation“, *International Journal of Pediatric Obesity* 4(4): 299–305. Prieiga <<https://europepmc.org/article/MED/19922045>> [žiūrēta 2021-10-19].

24. Fonagy, P., Gergely, G., Jurist, E. L., Target, M. 2002. *Affect Regulation, Mentalization, and the Development of the Self*, New York: Other Press.
25. Fonagy, P., Target, M. 1998. „Mentalization and the changing aims of child psychoanalysis“, *Psychoanalytic Dialogues* 8(1): 87–114. Prieiga: <https://www.tandfonline.com/doi/pdf/10.1080/10481889809539235?needAccess=true> [žiūrėta 2022-04-15].
26. Gao, W., Liu, Z., Guo, Q., Li, X. 2018. „The dark side of ubiquitous connectivity in smartphone-based SNS: An integrated model from information perspective“, *Computers in Human Behavior* 84: 185–193. Prieiga: <https://www.sciencedirect.com/science/article/pii/S0747563218300815?via%3Dihub> [žiūrėta 2022-04-02].
27. Gervinskaitė-Paulaitienė, L., Barkauskienė, R. 2016. „Mentalizacijos raidos veiksnių vaikystėje ir paauglystėje apžvalga“, *Psichologija* 54. Prieiga: <https://www.journals.vu.lt/psichologija/article/view/10343/8333> [žiūrėta 2022-04-15].
28. Griffioen, N., Scholten, H., Lichtwarck-Aschoff, A., Van Rooij, M., Granic, I., 2020. „Everyone does it—differently: A window into emerging adults’ smartphone use“, *Humanities & Social Sciences Communications* 8(1): 1-11. Prieiga: <https://doaj.org/article/0c3870ff004d435b8ff3325c6900b78b> [žiūrėta 2021-11-05].
29. Hutton, J. S., Dudley, J., Horowitz-Kraus, T., DeWitt, T., Holland, S. K., 2019. „Associations Between Screen-Based Media Use and Brain White Matter Integrity in Preschool-Aged Children“, *JAMA Pediatr*, 2020, 174(1):e193869. Prieiga: <https://jamanetwork.com/journals/jamapediatrics/article-abstract/2754101> [žiūrėta 2021-09-30].
30. Ivanauskienė, V. (2012). Tapimas socialinės rizikos šeima: moters patirtis. *Socialinis darbas: patirtis ir metodai*, 10(2), 83-97.
31. Jusienė, R., Būdienė, V., Gintilienė, G., Girdzijauskienė, S., Stonkuvienė, I. 2021 *Nuotolinis vaikų ugdymas pandemijos dėl COVID-19 metu: grėsmės ir galimybės ekosisteminiu požiūriu*. Vilnius: Vilniaus universiteto leidykla. Prieiga: [https://1a25a355-a578-4749-8fc5-d5df368163ad.filesusr.com/ugd/d3b129\\_8bb7f49c518a4c14af1832604db46bb6.pdf](https://1a25a355-a578-4749-8fc5-d5df368163ad.filesusr.com/ugd/d3b129_8bb7f49c518a4c14af1832604db46bb6.pdf) [žiūrėta 2021-10-15].
32. Jusienė, R., Praninskienė, R., Petronytė, L., Breidokienė, R., Laurinaitytė, I., Rakickienė, L., Urbonas, V., Babkovskienė, E., Vitkė, L. 2019. „Fizinės ir psichikos

- sveikatos veiksniai ankstyvojoje vaikystėje: naudojimosi informacinėmis technologijomis vaidmuo“, *Visuomenės sveikata* (84): 56–67. Prieiga: [https://1a25a355-a578-4749-8fc5-d5df368163ad.filesusr.com/ugd/d3b129\\_e5a826ad4f024285bc1b7a2e77fcb509.pdf](https://1a25a355-a578-4749-8fc5-d5df368163ad.filesusr.com/ugd/d3b129_e5a826ad4f024285bc1b7a2e77fcb509.pdf) [žiūrėta 2021-09-19].
33. Kerig, P. K. 2005. „Revisiting the construct of boundary dissolution: A multidimensional perspective“, *Journal of Emotional Abuse* 5(2-3): 5–42. Prieiga: <https://web.p.ebscohost.com/ehost/pdfviewer/pdfviewer?vid=0&sid=e242bf21-1f1b-4d12-b040-453ad0720eb0%40redis> [žiūrėta 2022-01-20].
34. Kimball, H., Cohen, Y. 2019. *Children’s Mental Health Report Social Media, Gaming and Mental Health*. New York: Child Mind Institute. Prieiga: <https://childmind.org/awareness-campaigns/childrens-mental-health-report/2019-childrens-mental-health-report/> [žiūrėta 2022-04-25].
35. King, D. L., Delfabbro, P. H. 2020. „Adolescent Addiction“, 2nd ed. Academic Press: Elsevier.
36. King, D. L., Delfabbro, P. H., Griffiths, M. D. 2013. „Video Game Addiction“. The University of Adelaide (Australija), Nottingham Trent University (JK), ch. 82: 819–825. Prieiga: <https://reader.elsevier.com/reader/sd/pii/B9780123983367000826?token=7DF6B828A0E5237B201E785195A8CCDB6B6C144D4A5A2BB472A7516EAC97EAA972F50244DA0FDCF5DC060AB72117CF6B&originRegion=eu-west-1&originCreation=20220531143540> [žiūrėta 2021-09-25].
37. Kircaburun, K., Demetrovics, Z., Király, O., Griffiths, M. D. 2020. „Childhood emotional trauma and cyberbullying perpetration among emerging adults: A multiple mediation model of the role of problematic social media use and psychopathology“, *International Journal of Mental Health and Addiction* 18(3): 548–566. Prieiga: <https://web.p.ebscohost.com/ehost/pdfviewer/pdfviewer?vid=0&sid=6f6c254d-2fff-438f-bb8e-cc6c9582f8a1%40redis> [žiūrėta 2022-01-20].
38. Kokoc, M., 2021. „The mediating role of attention control in the link between multitasking with social media and academic performances among adolescents“, *Scandinavian Journal of Psychology* 62 (4): 493-501. Prieiga <https://onlinelibrary.wiley.com/doi/abs/10.1111/sjop.12731> [žiūrėta 2021-11-07].



39. Kondrotaitė, G. (2006). Socialinės rizikos šeimos Lietuvoje: Atvejo studija. *Filosofija, Sociologija*, 2006(4), 55-61. Prieiga: [http://elibrary.lt/resursai/LMA/Filosofija/Fil64/Fil64\\_09.pdf](http://elibrary.lt/resursai/LMA/Filosofija/Fil64/Fil64_09.pdf) [žiūrėta 2022-02-10]
40. Kvieskienė, G. 2005. *Pozityvioji socializacija*. Vilnius: Vilniaus pedagoginis universitetas. Prieiga: <https://talpykla.elaba.lt/elaba-fedora/objects/elaba:4203473/datastreams/MAIN/content> [žiūrėta 2021-10-20].
41. Lee, J. W., Cho, H. G., Moon, B.-Y., Kim, S.-Y., Yu, D.-S. 2019. „Effects of prolonged continuous computer gaming on physical and ocular symptoms and binocular vision functions in young healthy individuals“. *PeerJ*, 10 (7717), 7050. Prieiga: <file:///C:/Users/Giedre/Downloads/peerj-7050.pdf> [žiūrėta 2022-04-25].
42. Leliūgienė, I. (2003). *Socialinio pedagogo (darbuotojo) žinynas*. Kaunas: Technologija.
43. Lietuvos Respublikos Konstitucija (1992). Valstybės Žinios, 33-1014.
44. Lietuvos Respublikos socialinių paslaugų įstatymas Nr. X-493. (2006). Prieiga: <https://www.e-tar.lt/portal/lt/legalAct/TAR.91609F53E29E/asr> [žiūrėta 2022-02-10]
45. Lietuvos Respublikos šeimos stiprinimo įstatymas Nr. XIII-700. (2017). Prieiga: <https://www.e-tar.lt/portal/lt/legalAct/a92aa040c2bd11e79122ea2db7aeb5f0/asr> [žiūrėta]
46. Lietuvos Respublikos vaiko teisių apsaugos pagrindų įstatymas Nr. I-1234. (1996). Prieiga: <https://www.e-tar.lt/portal/lt/legalAct/TAR.C8205E261830/asr> [žiūrėta 2022-02-10]
47. Monacis, L., De Palo, V., Griffiths, M. D., Sinatra, M. 2017. „Exploring Individual Differences in Online Addictions: the Role of Identity and Attachment“, *International Journal of Mental Health Addiction*, 15:853–868. Prieiga: <https://link.springer.com/article/10.1007/s11469-017-9768-5> [žiūrėta 2021-11-05].
48. Morosan, L., Fonseca-Pedrero, E., Debbané, M. 2020. „Network Analysis of Reflective Functioning and Conduct Problems During Adolescence“. *Psychology of Violence*, 10(3): 300–311. Prieiga: [https://discovery.ucl.ac.uk/id/eprint/10086745/3/Debbane\\_Network%20Analysis%20of%20Reflective%20Functioning%20and%20Conduct%20Problems%20During%20Adolescence\\_AAM.pdf](https://discovery.ucl.ac.uk/id/eprint/10086745/3/Debbane_Network%20Analysis%20of%20Reflective%20Functioning%20and%20Conduct%20Problems%20During%20Adolescence_AAM.pdf) [žiūrėta 2022-04-15].
49. Mussetti A., Starcevic, V., Boursier, V., Corsano, P., Billieux, J., Schimmenti, A. 2021 „Childhood emotional abuse and problematic social networking sites use in a sample of Italian adolescents: The mediating role of deficiencies in self-other

- differentiation and uncertain reflective functioning“, *Journal of Clinical Psychology* 77(7): 1666–1684. Prieiga:  
<https://onlinelibrary.wiley.com/doi/full/10.1002/jclp.23138> [žiūrėta 2021-11-04].
50. Okada, S., Doi, S., Isumi, A., Fujiwara, T., 2021. „The association between mobile devices use and behavior problems among fourth grade children in Japan“, *PCN Psychiatry and Clinical Neurosciences* 75(9): 286–293. Prieiga:  
<https://onlinelibrary.wiley.com/doi/epdf/10.1111/pcn.13283> [žiūrėta 2021-11-07].
51. Pagani, L. S., Fitzpatrick, C., Barnett, T. A., Dubow, E. 2010. „Prospective Associations Between Early Childhood Television Exposure and Academic, Psychosocial, and Physical Well-being by Middle Childhood“, *Arch. Pediatr Adolesc Med*, 164, 425–431 Prieiga:  
<https://jamanetwork.com/journals/jamapediatrics/fullarticle/383160> [žiūrėta 2021-12-02].
52. Pakalniškienė, V., Jusienė, R., Laurinaitytė, I. 2020. „Pradinio mokyklinio amžiaus vaikų kompulsyvaus interneto naudojimo psichosocialiniai veiksniai vaikų ir tėvų vertinimu“, *Psichologija* 61: 51–67. Prieiga:  
<https://www.zurnalai.vu.lt/psichologija/article/view/20200/19323> [žiūrėta 2021-09-20].
53. Patton, M. Q. 2005. *Qualitative Research and Evaluation Methods*, Thousand Oaks: Sage.
54. Paudel, S., Jancey, J., Subedi, N., Leavy, J. 2017. „Correlates of mobile screen media use among children aged 0–8: a systematic review“, *BMJ Open*, 7:e014585. doi:10.1136. Prieiga:  
<https://bmjopen.bmj.com/content/bmjopen/7/10/e014585.full.pdf> [žiūrėta 2022-04-12].
55. Pileckaitė-Markovienė, M., Lazdauskas, T. 2007. *Šeima ir tėvų globos netekusio vaiko raida*, Vilnius: Vaga.
56. Pontes, H. M. 2017. „Investigating the differential effects of social networking site addiction and Internet gaming disorder on psychological health“, *Journal of Behavioral Addictions*, 6(4): 601–610.
57. Rao, G., Madan, A. 2012. „A study exploring the link between attachment styles and social networking habits of adolescents in urban Bangalore“, *International Journal of Scientific and Research Publications* 3(1): 1–12. Prieiga:  
<http://www.ijsrp.org/research-paper-1301/ijsrp-p1342.pdf> [žiūrėta 2021-11-05].

58. Rehbein, F., Baier, D. 2013. „Family-, Media-, and School-Related Risk Factors of Video Game Addiction“, *Journal of Media Psychology* 25(3):118–128. Prieiga: <https://psycnet.apa.org/record/2013-25928-002> [žiūrėta 2021-09-18].
59. Ryškus, J. 2002. Negalės fenomenas, Šiauliai: Šiaulių universiteto leidykla.
60. Starosta, J. A., Izydorczyk, B. 2020. „Understanding the Phenomenon of Binge-Watching—A Systematic Review“, *International Journal of Environmental Research and Public Health* 17 (12). Prieiga: <https://www.mdpi.com/1660-4601/17/12/4469> [žiūrėta 2021-10-10].
61. Twenge, J. M., Campbell, W. K. 2019. „Media Use Is Linked to Lower Psychological Well-Being: Evidence from Three Datasets“, *Psychiatr Quarterly*, 90:311-331. Prieiga: <https://link.springer.com/article/10.1007/s11126-019-09630-7> [žiūrėta 2022-02-02].
62. Valickas, G. 2003. „Ankstyvosios neadaptivaus elgesio ištakos: socialinis kognityvinis požiūris“, *Socialinis darbas* 1(3): 5–13. Prieiga: <https://repository.mruni.eu/bitstream/handle/007/13329/2201-4698-1-SM.pdf?sequence=1&isAllowed=y> [žiūrėta 2021-10-14].
63. Wan Yaacob, W. M. Y., Zakaria, N. H., Mat Aj, Z., 2021. „Identification of Factors Contributing to Online Game Addiction among Adolescents“, *Journal of Information and Communication Technology* 20(4): 565–597. Prieiga: <https://doaj.org/article/6343ee22d4174501820e5a2ef9ff3734> [žiūrėta 2021-11-08].
64. Wolf, C., Wolf, S., Weiss, M., Nino, G. 2018. „Children’s Environmental Health in the Digital Era: Understanding Early Screen Exposure as a Preventable Risk Factor for Obesity and Sleep Disorders“, Basel: *Children* 5(2), 31. Prieiga: <https://www.mdpi.com/2227-9067/5/2/31> [žiūrėta 2021-09-18].
65. Worsley, J. D., McIntyre, J. C., Bentall, R. P., Corcoran, R. 2018. „Childhood maltreatment and problematic social media use: The role of attachment and depression“, *Psychiatry Research* 267: 88–93. Prieiga: <https://eprints.whiterose.ac.uk/141784/3/Worsley%202018%20Childhood%20maltreatment%20and%20problematic%20social%20media%20use.pdf> [žiūrėta 2021-11-05].
66. Zhou, M., Zhu, W., Sun, X., Huang, L. 2022. „Internet addiction and child physical and mental health: Evidence from panel dataset in China“, *Journal of Affective Disorders* 309: 52–62. Prieiga:

<https://www.sciencedirect.com/science/article/pii/S0165032722004530?via%3Dihub>

[b](#) [žiūrėta 2022-05-02].

67. Žydžiūnaitė, V., Sabaliauskas, S. 2017. *Kokybiniai tyrimai. Principai ir metodai*, Vilnius: Vaga.

## PRIEDAI

### Priedas Nr. 1. Mokslinio darbo tyrimo instrumentas

#### Pusiau struktūruoto interviu su tėvais klausimynas

\***ekranai** – siekiant supaprastinti terminologiją informantams, interviu metu vietoj *šiuolaikinės informacinės technologijos*, vartojamas žodis *ekranai*, kuris apima kompiuterius, planšetes, išmaniuosius telefonus, išmaniąją televiziją, išmaniuosius laikrodžius ir kt.

Informantai iš anksto supažindinami su minėtais terminais.

Interviu klausimas	Ką noriu sužinoti?	Kurį uždavinį sprendžiu
<p><b>1. Papasakokite apie save: kas esate, kuo užsiimate.</b></p>	Suprasti, koks tai pašnekovas.	Apšilimo klausimai – tikslas, kad asmuo atsipalaiduotų, nurimtų ir pradėtų laisviau kalbėti ir pasakoti.
<p><b>2. Papasakokite apie savo šeimą?</b></p> <p><i>Tikslinantys klausimai:</i> Ką veikiate laisvalaikiu ar savaitgaliais? Kas vyksta šiokiadieniais jūsų namuose? Kokie jūsų šeimos narių pomėgiai?</p>	Suprasti, kokia pašnekovo šeima. Sužinoti šeimos tradicijas, veiklas, įpročius ir kt. Išgirsti pašnekovo požiūrį į savo šeimą ir jos narius, kokie vaikų - tėvų santykiai šeimoje.	Apšilimo klausimai – tikslas, kad asmuo atsipalaiduotų, nurimtų ir pradėtų laisviau kalbėti ir pasakoti. (3) Atskleisti, socialinius sunkumus patiriančių šeimų, tėvų-vaikų santykių ypatumus naudojantis namuose informacinėmis technologijomis.
<p><b>3. Papasakokite, kaip Jums sekasi bendrauti su savo vaiku(-ais)?</b></p> <p><i>Tikslinantys klausimai:</i> Kas Jums smagu būnant su vaiku(-ais)? Kas jums sunku būnant su vaiku(-ais)? Ką vaikas(-ai) jums pasakoja apie save, apie mokyklą/ apie būrelius/ apie savo draugus?</p>	Sužinoti apie vaikų - tėvų santykius šeimoje, apie bendravimo stilių ir auklėjimo būdus.	(3) Atskleisti, socialinius sunkumus patiriančių šeimų, tėvų-vaikų santykių ypatumus naudojantis namuose informacinėmis technologijomis.
<p><b>4. Papasakokite kokiais ekranais* naudojasi jūsų šeima?</b></p> <p><i>Tikslinantys klausimai :</i> Kokiu tikslu įsigijote šiuos ekranus? Kaip ekranai naudojami jūsų šeimoje? Kokią naudą ekranai teikia jūsų šeimai?</p>	Sužinoti tėvų supratimą apie IT turėjimo prasmę namuose, kokie ekranų įsigijimo motyvai. Suprasti, koku tikslu ir kaip šeimoje naudojamos šiuolaikinės informacinės technologijos.	(1) Analizuoti tėvų supratimą apie vaikų (6-11 m.) poreikius ir jų potraukį naudotis šiuolaikinėmis informacinėmis technologijomis. (2) Analizuoti tėvų elgseną namuose, vaikams naudojantis šiuolaikinėmis informacinėmis technologijomis. (4) Atskleisti tėvų požiūrį, kokią įtaką šiuolaikinių informacinių technologijų naudojimas daro jų santykiams su vaikais ir įpročiams šeimoje.
<p><b>5. Papasakokite apie jūsų šeimos susitarimus ar taisykles dėl naudojimosi ekranais?</b></p> <p><i>Tikslinantys klausimai :</i></p>	Sužinoti naudojimosi ekranais šeimoje ypatumus. Suprasti vaikų auklėjimo ir ribų nustatymo dėl naudojimosi ekranais principus. Sužioti kaip sprendžiami	(1) Analizuoti tėvų supratimą apie vaikų (6-11 m.) poreikius ir jų potraukį naudotis šiuolaikinėmis informacinėmis technologijomis. (2) Analizuoti tėvų elgseną namuose, vaikams naudojantis šiuolaikinėmis

<p>Kaip sekasi laikytis jūsų šeimoje susitarimų ar taisyklių?  <b>Jei taisyklių ir susitarimų nėra, tuomet, papasakokite, kaip jūsų vaikai naudojasi ekranais namuose?</b>  Kaip sprendžiate šeimoje kylančius ginčus, nesutarimus, susijusius su ekranų naudojimu?  Ką ir kaip norėtumėte keisti?</p>	<p>kylantys ginčai ar konfliktai, susiję su ekranų naudojimu šeimoje.</p>	<p>informacinėmis technologijomis.  (3) Atskleisti, socialinius sunkumus patiriančių šeimų, tėvų-vaikų santykių ypatumus naudojantis namuose informacinėmis technologijomis.</p>
<p><b>6. Kokią naudą matote vaikui(-ams) naudojantis ekranais ir internetu?</b></p> <p><i>Tikslinantys klausimai:</i>  Ką jis/ji išmoksta leisdamas laiką prie ekranų?  Kokie vaizdai ar įvykiai ekranuose labiausiai džiugina Jūsų vaiką(-us)?  Kokia būna vaiko(-ų) savijauta ar elgesys pabuvus prie ekranų?</p>	<p>Sužinoti, kokią naudą išvelgia tėvai savo vaikui(-ams) iš veiklos prie ekranų?  Kokias tėvai pastebi vaiko fiziologines ir/ ar psichologines reakcijas, susijusias su naudojimu ekranais ir kaip jie į tai reaguoja.</p>	<p>(1) Analizuoti tėvų supratimą apie vaikų (6-11 m.) poreikius ir jų potraukį naudotis šiuolaikinėmis informacinėmis technologijomis.  (2) Analizuoti tėvų elgseną namuose, vaikams naudojantis šiuolaikinėmis informacinėmis technologijomis.  (3) Atskleisti, socialinius sunkumus patiriančių šeimų, tėvų-vaikų santykių ypatumus naudojantis namuose informacinėmis technologijomis.</p>
<p><b>7. Kokius pavojus išvelgiate savo vaikui(-ams) naudojantis ekranais ir internetu?</b></p> <p><i>Tikslinantys klausimai:</i>  Kokie vaizdai ar įvykiai ekranuose labiausiai liūdina ar suerzina Jūsų vaiką(-us)?  Kaip Jūs reaguojate į pasikeitusią vaiko(-ų) savijautą ir elgesį, jam užsibuvus prie ekranų?  Kaip manote, kokią žalą jis/ji patiria leisdamas laiką prie ekranų?</p>	<p>Sužinoti, kaip tėvai suvokia per ilgo buvimo prie ekranų žalą/ neigiamą poveikį vaikui.  Suprasti tėvų monitoringo būdus, jų vaikams aktyviai naudojantis ekranais ir internetu.  Išgirsti, kokias tėvai pastebi vaiko fiziologines ir/ ar psichologines reakcijas susijusias su naudojimu ekranais ir kaip jie į tai reaguoja.</p>	<p>(1) Analizuoti tėvų supratimą apie vaikų (6-11 m.) poreikius ir jų potraukį naudotis šiuolaikinėmis informacinėmis technologijomis.  (2) Analizuoti tėvų elgseną namuose, vaikams naudojantis šiuolaikinėmis informacinėmis technologijomis.  (3) Atskleisti, socialinius sunkumus patiriančių šeimų, tėvų-vaikų santykių ypatumus naudojantis namuose informacinėmis technologijomis.</p>
<p><b>8. Kaip manote, ką veiktų jūsų vaikas(-ai), jeigu pasaulyje dingtų internetas ir elektra?</b></p> <p><i>Tikslinantys klausimai:</i>  Ką veiktumėte Jūs pats/ pati? Ką veiktų jūsų šeima?</p>	<p>Išgirsti kiek tėvai pažįsta ir supranta savo vaikus, jų pomėgius, jų poreikius.  Sužinoti apie neįvardintus naudojimosi ekranais šeimoje įpročius ar nuostatas?  Sužinoti apie iki šiol neįvardintus tėvų-vaikų santykius?</p>	<p>(4) Atskleisti tėvų požiūrį, kokią įtaką šiuolaikinių informacinių technologijų naudojimas daro jų santykiams su vaikais ir įpročiams šeimoje</p>

## Priedas Nr. 2. Papildanti apklausa tyrime dalyvaujantiems tėvams

(Priedas tėvams prie pusiau struktūruoto ekspertų interviu klausimyno)

Tai yra konfidenciali anketinė apklausa, siekiant patikslinti ir / ar papildyti interviu metu gautus duomenis.

**\*\*ekranai** – siekiant supaprastinti terminologiją informantams, anketinėje apklausoje vietoj *šiuolaikinės informacinės technologijos*, bus vartojamas žodis *ekranai*, kuris apima kompiuterius, planšetes, išmaniuosius telefonus, išmaniąją televiziją, išmaniuosius laikrodžius ir kt. Informantai bus iš anksto supažindinti su terminais.

Eil. Nr.	Prie kiekvieno teiginio pažymėkite labiausiai tinkantį atsakymo variantą „X“ ženklu.	Visiškai sutinku	Labiau sutinku	Nežinau	Labiau nesutinku	Visiškai nesutinku
1	Mano vaikui gerai sekasi susirasti draugų mokykloje / darželyje					
2	Mano vaikas turi mėgstamus būrelius ir / ar užsiėmimus po pamokų / po darželio					
3	Mano vaikas nepajėgia savarankiškai mokytis ir atlikti paskirtų užduočių be suaugusiųjų pagalbos					
4	Mano vaikas(-ai) lanko vaikų dienos centrą					
5	Vaiko mokykloje yra aiškios taisyklės, kurios draudžia naudotis asmeniniais telefonais					
6	Mano vaikas(-ai) naudoja ekranais** prieš miegą					
7	Mano vaikas(-ai) valgo ar užkandžiauja būdamas prie ekranų					
8	Vaikas(-ai) namuose gali pats kada nori prisijungti prie interneto					
9	Namuose turime aiškias taisykles kaip, kada ir kiek laiko vaikai naudoja internetu					
10	Mano vaikas(-ai) miegoti eina laiku: 6-8 m. vaikas gulasi apie 20.30 – 21 val.; 9-11 m. vaikas, gulasi ne vėliau kaip 21.30 val.					
11	Rūpiniuosi vaiko(-ų) internetiniu saugumu ir naudoju tėvų kontrolės programėlę (įrašykite programėlės pavadinimą:.....)					
12	Nemanau, jog nutiks kažkas blogo, kad mano vaikas(-ai) po kelias valandas per dieną leidžia laiką prie ekranų					
13	Aš kontroliuoju savo vaiko(-ų) laiką prie ekranų					
14	Aš padedu vaikui(-ams) susirasti žaidimus, video įrašus, ir kitą turinį, kad jis būtų saugus					
15	Kasdien bendrauju su savo vaiku(-ais) ir skiriu jam / jiems bent 20–30 min. savo asmeninio laiko					

**Žemiau esančiuose klausimuose, pažymėkite „x“ ženklu visus tinkančius atsakymo variantus.**

- Kiek jūsų šeimai per mėnesį kainuoja ekranų išlaikymas: išmanieji telefonai, internetas, kompiuteriniai žaidimai ir kt.?
  - Iki 20 Eur / mėn.
  - 20-30 Eur / mėn.
  - 40-50 Eur / mėn.
  - 50 ir daugiau Eur / mėn.
- Vaiko(-ų) amžius:
  - 6 – 7 m.
  - 8 – 9

- 10 – 11 m.
3. Kiek laiko per dieną Jūsų vaikas naudojasi ekranais?
- Iki 1 val./d.
  - 1-2 val. / d.
  - 3-4 val. / d.
  - 5 ir daugiau val. / d.
  - Kita:.....
4. Mano vaikui yra tipiški tokie negalavimai ar požymiai:
- Galvos skausmas
  - Pilvo skausmas ar kitos virškinimo problemos
  - Sprando skausmas
  - Netaisyklinga laikysena
  - Nerimastingumas
  - Hiperaktyvumas
  - Prasta nuotaika, liūdesys
  - Užsisklendimas savyje
  - Miego stygius ir nuovargis
  - Nusilpęs regėjimas
  - Išsausėjusios ir dirglios akys
  - Dėmesio sukaupimo ir išlaikymo sunkumai
  - Kita: .....
5. Pabuvęs prie ekranų mano vaikas dažniausiai:
- Laikosi susitarimų ir nesipriešina ekranų laikui pasibaigus
  - Labai sunkiai atsitraukia nuo ekranų
  - Būna irzlus
  - Stipriai pyksta
  - Kartais elgiasi agresyviai (mėto daiktus, puola ką nors mušti ar pan.)
  - Zyzia tol, kol gauna dar laiko prie ekranų
  - Atsiriboja nuo kitų ir užsisklendžia savyje / užsidaro savo kambaryje
  - Nuėjęs nuo vieno ekrano eina prie kito ekrano
  - Būna nuliūdęs ir nelaimingas
  - Greitai susiranda kitą veiklą
  - Kita: .....
6. Kokias socialines paslaugas šiuo metu gauna Jūsų šeima?  
 .....  
 .....  
 .....
7. Kokias socialines išmokas ar paramą šiuo metu gauna Jūsų šeima?  
 .....  
 .....  
 .....
8. Jūsų šeimos mėnesinės vidutinė pajamos (apytiksliai) ..... eur.
9. Jūsų amžius: ..... metai



**Priedas Nr. 3. Empirinių duomenų kategorijų ir subkategorijų lentelės**

**TEMA: Informantų ir jų šeimų įvairovės charakteristika**

KATEGORIJA	SUBKATEGORIJA	PATVIRTINANTYS TEIGINIAI
INFORMANTŲ ŠEIMYNINIŲ SITUACIJŲ ĮVAIROVĖ	Apie informantą ir šeimos sudėtį	<p><i>Su vaikų tėčiu esame daugiavaikė šeima. Šeimoj yra keturi vaikai, vienas iš jų saulės vaikas. &lt;...&gt; Vyriausiam yra dešimt, tada antram devyvyyni, mažyliai – penkiii ir trys. (R1)</i></p> <p><i>Esu mama dviejų vaikų, sūnus 3 metukai ir dukra 8 metai jau/, o tėtis kartais atvažiuoja, aplanko. Esu vadybininkė lombarduose, kol kas darbas pristabdytas, nes du vaikai ir nėra kam žiūrėti, močiučių ir senelių neturim kaip ir, kad priežiūrai ir šiandiena mes Centre &lt;Krizių centre&gt;. (R2)</i></p> <p><i>Auginu dukrą ir sūnų. Dukra yra dešimt metų. Sūnui yra keturiolika. Dabar šiuo metu jau išėjau iš darbo pailsėti, susitvarkyti smulkias problemas, daugiau galiu vaikams padėti. Turiu naminius buitinius darbus, atlieku namuose, nu kol susitvarkysiu visas smulkias &lt;sveikatos problemas&gt;. (R3)</i></p> <p><i>Esu darboholikas gal (juokiasi) / , pas mane kai išeiginių būna mažai, tai diena iš dienos dirbu. Stengiamės su vaiku daryti pamokas vakarais, taip va, taip ir gyvenam. Vaikui 7 metai, pirmokas. (R4)</i></p> <p><i>Esu trijų berniukų mama, nedirbanti, stoviu biržoje, jau kurį laiką. Esu išsiskyrusi, su vyru jau ketvirtį metaiiii, jisai beveik nepadeda, nu visiškai nepadada nei dėl vaikų, nei dėl nieko. (R5)</i></p> <p><i>Man 47 metai o aš esu troleibuso vairuotoja. Jau dirbu šešiolikti metai. Turiu, reiškias, sūnų 9 metai, trečiokas. Gyvename kartu su mano tėvais, jau garbaus amžiaus tėvai, bet gyvename draugiškai. Reiškias, sūnų aš augino be tėvo. (R6)</i></p> <p><i>Aš mėgstu sportuoti. Esu aktyvaus aktyvaus būdo ir vaikas mano aktyvus labai yra. &lt;...&gt;</i></p>

		<p><i>mokausi, reiškias, pirmo kurso esu Vilniaus kolegijos studentė, ryšiai su visuomene vadinasi modelis ir reiškias, Verslo ir vadybos fakultetas. Ir tiesą sakant nuėjau dar mokytis, kad irgi iš dalies suprasti vaiką, kaip iš tikrųjų yra nelengva mokytis, ta prasme, kad vis tiek čia užima mokslai užima ir laiką, ir energiją. &lt;...&gt; Sekmadieniais einu į bažnyčią, einu į bažnyčią. Aš jau nemažai metų giedu chore. (R6)</i></p> <p><i>Esu trijų vaikų mama, trijų berniukų, jų amžius 7, 9 ir 12 metų. Ir / esu ikonografė, &lt;...&gt; su vyru, mes kartu labai norėjome kurti šeimą ir iš tiesų, kaip ir kiekvienai tėvai tikrai tikisi, nu tos tokios nuostabios šeimos ar panašiai, bet mes susidūrėme su tokiais didžiuliais didžiuliais iššūkiais, kad mano du vaikai turi dislekciją, vienas dar ir emocijų sutrikimą. &lt;...&gt; Ir trečiasis vaikas, pats jauniausias, yra labai labai sunkus autizmas. (R7)</i></p>
	<p><b>Sudėtingos šeimų situacijos</b></p>	<p><i>Mergaitė su specialiaisiais poreikiais / didelių specialių poreikių nėra, bet kaip ir vaikas su Dauno sindromais vis tiek atneša &lt;...&gt; savo tokių dalykelių, &lt;...&gt; vyriausias sūnus turi disleksiją, jau ketvirtokas, bet neskaito ir nerašo pats. Antrokas mūsų prie tinginio, irgi dar neskaito, nerašo. (R1)</i></p> <p><i>„A jam pas tėti patinka, jam gerai. // Jam pas mamą nepatinka, nenori jis ten būti. Yra ten kažkokių tai problemų // Mamai tai rūpi tik pinigai, o taip taip, tai vaikas jai nerūpi, jis ten pas ją nei pamokas daro, nei nei mokosi /, ooo tik telefone sėdi. // Tai planuoju paimti jį pas save...“(R2)</i></p> <p><i>Nuuu, kreipiausi dėl alimentų, moka valstybė už vaikus. (įkvepia) Aaaa, o jeigu šiaip reikia daiktų kažkokių tai, važiuoju į Caritą, aaa ten rūbų kažkokių tai iš pašalpos kai gaunu pinigus už vaikus tai perku kažkokių ten būtiniausių kažkokių tai dalykų. (R5)</i></p> <p><i>Reikia darbą kažkokį surasti puse etato, kol vaikai mokykloj, nes jau analizavau, kaip sakant, tas savo, kad nedirbau, nieko neveikiau ir vėl kažkaip tai tas potraukis atsirado, kaip</i></p>

		<p><i>sakant, ne narkotikam, bet alkoholiui. Vaikštau pas psichologus, pas vieną, pas kitą psichologę, su kuria nuo labai senų laikų pažįstamos dar, tai vat morališkai, taip sakant, padeda man žmonės. (R5)</i></p> <p><i>&lt;...&gt; bet kada žmonės tiesiog duoda šansą, kaip sakant, turėt viltį, tikrai nenoriu, kad vaikai gyventų globos namuose, nes pati gyvenau tenai. (R5)</i></p> <p><i>Bet tiesiog suvoki, kad Dievas davė tokią šeimą, tai tiesiog turi priimti. Tai tiesiog, bet šeima tai yra ir džiaugsmas ir džiaugsmas ir... ir pilnatvė, ir aišku tas nuolatinis klausimas, kodėl taip tavo šeimoje vyksta... Bet aišku su vyru tiesiog išėjome kaip kumštis ir padedame vienas kitam. (R7)</i></p> <p><i>Mano šeimai yra, suprantat, kaip čia pasakyti geriau, gal šeima / labiau / visi skirtingi, kiekvienas sau. Vyras yra žvejys tai jo nuolatinis, žvejo tie savaitgaliniai išvažiavimai būna... Sūnus tai daugiau/ kaip sako mėgsta šiuolaikinius žaidimus, futbolas kieme su draugais. Dukra tai nelabai, sakyčiau, kad viena eity kažkur baisiai, ooo daugiausia užimtumas pas ją kompiuteris, telefonas... Mano pomėgis visada buvo siūti, kažką pataisyti kažką perdaryti. Knygų skaitymas buvo, bet šiek tiek dabar atsiribojusi, daugiau liko būtiniai darbai. (R3)</i></p>
	<p><b>Sunkumai ir problemos dėl priklausomybės ligų</b></p>	<p><i>Su tėčiu pas mus nelabai// jis tuoj nebegyvens čia, turi išsikraustyti // turi problemų su alkoholiu ir namuose jis kaip ponas nori gyventi.(R1)</i></p> <p><i>O kas čia kaltas, kad mes čia &lt;križių centre&gt;? Tada jo, kyla labai daug klausimų, į kuriuos nu / lygtai atrodo paprasta atsakyt, bet nėra taip paprasta. Nes aštuonmetė kaltų labiau ieško negu // tuo momentu vat kada „aš noriu likt su tėčiu, o kodėl aš negaliu?“, tai kas čia kaltas? Čia vaikų teisės kaltos? Čia, mama, tu kalta? Čia tėtis kaltas? Nu kas čia kaltas? (R2)</i></p> <p><i>Turiu problemų aaa dėl priklausomybių. / Su vyru pragyvenome ilgą laiką ir jis turėjo</i></p>

		<p>problemų su alkoholiu, po to buvo pas mane to toksai krizių laikas, toksai mmm aaaa vartojau kitas medžiagas, dėl to buvo reabilitacijoj pusei metų, vaikai gyveno su buvusiu vyru. vėl buvau išgėrusi alkoholio ir mane vėl pagavo vaikų teisė ir todėl mes dabar gyvenam čia, Krizių centre (R5)</p> <p>Tėtis būna irgi, kad užgeria ir &lt;...&gt; nu, pasirodė, ir vėl vat prapuolė, ir net vaikui vakar nepaskambino, su gimtadieniu nepasveikino. Nu tai vat jisai pažada pažada, bet vėl prapuolė. &lt;...&gt; Vaikai laba nusivylęs yra juo, tikrai. (R5)</p>
--	--	--

Lentelė Nr. 2

**TEMA: Tradicijų ir bendro laisvalaikio stygius šeimose**

KATEGORIJA	SUBKATEGORIJA	PATVIRTINANTYS TEIGINIAI
BENDRYSTĖS ŠEIMOJE APRAIŠKOS	Susėdimas prie bendro stalo	<p>Namuose &lt;vakarais&gt; tai būna kakava, arbata, pyragas kažkoks / jo ir tada kalbam kaip kas jautėsi, kaip praėjo diena, ką išgyvenom. (R2)</p> <p>Bendrai prie stalo siedam labai retai tai yra švenčių, šventės, vat tada taip, susėdam visi, aptariam... (R1)</p> <p>Retai kada mes susėdame prie vieno stalo, nes vienas mažylis dar miega, kiti jau jau į mokyklą ruošiasi, vyras jau nuo 6 ryto dirba, aš čia vakare dirbu, tai manęs jau vakare nebūna, namie vienas vyras su vaikais. (R7)</p>
	Filmų vakarai	<p>Kažkada buvo ritualas surandi kažkokį gerą filmą nu tą tokį gyvenimišką, tai dar kažkada žiūrėdavom filmus. Dabar atitraukė &lt;kompiuteriai&gt;, sakykim, tuos filmus. (R3)</p> <p>Pas mus būdavo penktadienio vakarą darom, nuperkam čipsų ar popkornų, ar dar kažką tais ir žiūrim filmus arba per kompą kokį filmą. Vyresnėliui buvau tokią užduotį, sakau, šiandien sakau, šią savaitę tau užduotis surasti kokį gerą filmą iki penktadienio. (R5)</p> <p>Savaitgaliais ilgiau mes žiūrim//, renkamės</p>

		<p><i>kokį šeimos filmą, kaip „Vienas namuose“ arba dar kažką tai // čipsai, vaisiai. (R2)</i></p> <p><i>Mes mėgstame žiūrėti kasinėjimus, kai landžioja tenai po rūsius, balas, kasinėja ten visokius ginklus taip toliau ir panašiai.</i></p> <p><i>Namuose mes su juo daugiausiai žiūrim filmus. (R4)</i></p>
	Tėvų ir vaikų žaidimai	<p><i>Jeigu jau aš motyvuojusi pati kartu jau pažaisti, tada jau jiem įdomiau kažkaip tai.</i></p> <p><i>Žaidžiam žaidimus, turime tokius // nu kaip, stalo, yra toksai „Cirkas“ vienas žaidimas ir praeitais metais padovanojo ten, nežinau kaip vadinasi kažkaip tai ten „twist“. (R5)</i></p> <p><i>Mes randam užsiėmimų, nu kortom pažaisti, Uno, dar kažką. (R2)</i></p>
	Bendros veiklos ir tradicijų neturėjimas	<p><i>Toj šeimoj &lt;iki skyrybų&gt; nebuvo nieko ten, jokių pomėgių ten nu, laisvalaikis ten, jeigu buvo laisvalaikis, tai nuvažiuodavom į žvejybą /, o taip kažkokių tai tradicijų tai nebuvo tokių dalykų. (R4)</i></p> <p><i>Mano šeimai yra, suprantat, kaip čia pasakyti geriau, gal šeima / labiau / visi skirtingi, kiekvienas sau. &lt;...&gt; Tai ir vaikams dabar nemoku duoti dėmesio, neturiu ką pasiūlyti ir nemoku, nežinau ką, tai va. (R3)</i></p>
LAISVALAIKIO ĮVAIROVĖ SAVAITGALIAIS	Poilsis gamtoje	<p><i>Mes stengiamės daug keliauti. &lt;...&gt; tai mes žinokite, keliaujame po parkus, po miškus keliaujame. (R7)</i></p> <p><i>Turim sodą, kuris tinka visiems, tai jie ten susigalvoja veiklos, tai ten laisto, tai ten kasa kažką tai ten grėblioja. Ten yra batutas ir sūpuoklės, ir baseinas vasarą. (R7)</i></p> <p><i>Kažkur tai prie ežero nuvažiuojam vasarą, nu arba su tėvais (seneliais) išsiunčiu prie jūros nuvažiuoja, kadangi pas mane ten, sakau, išėiginė viena dvi per visą mėnesį. (R4)</i></p>
	Pasivaikščiojimas po parką arba kiemą	<p><i>Nuu / į kiemą išeinammm, į parką, vaikai kartais savarankiškai žaidžia, eee, lauke stato sniego senius dabar vas..., žiemą, o vasarą prie upės einam. (R1)</i></p> <p><i>Atitraukė kažkur tuos išėjimus, kad ir paprastai kažkur išeiti nu tiesiog grynu oru pakvėpuot. Vaikai randa kažkaip daugiau kompiutery va tuos dalykus. (R3)</i></p>

	Bažnyčios lankymas su vaikais	<p><i>Sekmadieniais vyksta tokia kaip bažnyčia Šeškinėse, trečią valandą, tai su vaikais kartais važiuojame mes, ten jie padūksta, ten yra kambariukas toks...(R5)</i></p> <p><i>Reikia lavinti ir dvasinę dalį savyje ir vertybes šitas, kaip sakant, maitinti ir perduoti tuo pačiu vaikui šitą pavyzdį ir ir būna einame kartu į bažnyčią. (R6)</i></p>
	Pramogos mieste	<p><i>...su vaiku užsiimu būna ten vaikštome į parką vingis, į Vilnių, nemažai yra gražių vietų tai tikrai susitinkame, pavyzdžiui šį savaitgalį planuojame irgi eiti susitikti su su drauge, nu jinai turi irgi vaiką, nueisim į Ozo centrą Adventica ten.(R6)</i></p> <p><i>Yra tas paskutinis mėnesio sekmadieniais, tai pereiname visus tuos muziejus, iš tiesų, einame į tas edukacijas. (R7)</i></p> <p><i>Savaitgaliai šeimos, tiktai šeimos: arba kinas, arba vichy parkas, vandens parkas, kažką susigalvojam savaitgaliais.(R2)</i></p> <p><i>Savaitgaliais jeigu turime pinigėlių, tai važiuojame į Skyparką, aš manau, kad už tuos pingius, kur aš gaunu už vaikus, aš galiu jiems nupirkti, &lt;...&gt; arba į McDonaldą duodu pinigų ir jie važiuoja. (R5)</i></p>

[Lentelė Nr. 3](#)

**TEMA: Vaikų ir tėvų santykių ypatumai**

KATEGORIJA	SUBKATEGORIJA	PATVIRTINANTYS TEIGINIAI
POZITYVIOS TĖVYSTĖS PATIRTYS	Šilti ir artimi vaikų ir tėvų ryšiai	<p><i>Vaikus labai myliu, aišku, padariau tą klaidą, bet stengiuosi vėl eiti į priekį &lt;...&gt; gyvenam kaip ir draugiškai, aaa, vyresnėlis iki mano vėl dabar atkritimo dabartinio, a geri su juo buvo labai geri santykiai ir visi vaikai tikrai mane labai myli ir, o mažiukas tai &lt;...&gt; jisai, gali į dieną šimtą kartų pasakyti mama aš tave myliu ir jam neatsibos, niekada nenueis miegot nedavęs bučiuką ir apkabink mane. (R5)</i></p> <p><i>Pas mus labai stiprus tas ryšys namuose, nu vis tiek labai labai, nepaisant to, stiprus jisai ir pabučiuoja mane, ir paglosto, ir ir prieina, ir apkabina. Ir su tėčiu labai stiprus ryšys</i></p>

		<p>(R7)</p> <p><i>Tai su vyresniąja pas mus labai geri santykiai, labai atviri, mes apie viską šnekamės ir apie berniukus, ir apie mokyklą, ir ji nu tikrai nieko neslepia nuo manęs.(R2)</i></p> <p><i>Lankiau tėvystės įgūdžių kursus. Dėka specialistų pagalbos turiu žinių kaip galiu susitart su vaiku, statyti nuoširdžius santykius ir daugiau skirti laiko vaikui. R6)</i></p>
	Draugiški ir pagarbūs tarpusavio santykiai	<p><i>Aš nesu tik mama, aš labiau noriu būt draugė negu mama. (R2)</i></p> <p><i>Aš pagarbiai stengiuosi kalbėti ir jis pagarbiai. Aš stengiuosi jam nemeluoti. Toks bendravimas pagrįstas sąžiningumu, susitarimu, bendradarbiavimu netgi. (R6)</i></p>
	Mamos pasididžiavimas savo vaiku	<p><i>Jinai labai protinga mergaitė yra, iš tikrųjų, jinai ir mokykloj vos ne pirmūnė tenai, ir jinai imli labai, laibai visko imasi, labai viskuom domisi (R2)</i></p> <p><i>... turiu namie nu // ne nuotraukom statyt, o jos darbeliam tuos rėmelius visus pasidarius, tai jos darbeliai įrėminti.(R2)</i></p>
	Tėčio autoritetas vaikams	<p><i>Tėtis Olandijoje/, atvažiuoja ten, daleiskim, į pusmetį kartą, tai jų santykiai tokie: išvažiuoti, apsipirkti, pabūti, pa... linksmybės... (R2)</i></p> <p><i>Jo, tėtis kartais turi tą vyrišką žodį, kad jeigu aš pasakiau taip ir turi būti, jie jo klauso net ir per atstumą. Turi pagarbą tėčiui, klauso. (R2)</i></p> <p><i>Pas jį yra tėtis kaip autoritetas: tėtis pasakė, kad vakare atvažiuosiu iš darbo i darysim pamokas, vadinasi jisai su niekuo daugiau ir nedarys, jisai lauks tėčio, jisai pasitiki manimi. (R4)</i></p>
TĖVYSTĖS SUNKUMAI IR IŠŠŪKIAI	Konfliktiški tėčio ir sūnaus santykiai	<p><i>... mano vaikas irgi vaikšto pas vaiku psichologą, todėl, kad mes kada likome be tėvelio, kada vot jau pradėjome gyventi atskirai, nu buvo ten savotiškų tokių problemų bendravime tarp tarp tėvo ir sūnaus ir ir tarp manęs, tai tai reikėjo kreiptis pagalbos į specialistus. (R6)</i></p> <p><i>Nu tai tai sakau, eik tu ir pats išmok savim pasirūpinti, nes nu nieko daryti nenori, su vaikais irgi nieko...(R1)</i></p>
	Vaikai su SUP –	<p><i>Pas jį būdavo tas toksai, kad anksčiau jis</i></p>

	tėvams „kaip kryžiaus kelias“	<p><i>duris ten daužydavo, rėkdavo, šaukdavo. O dabar jau trupučiuką išmoko tas emocijas valdyti, nes pas psichologą vedžiojom. (R7)</i></p> <p><i>Antrokas mūsų gal prie tinginio, nes irgi dar neskaito, nerašo.(R1)</i></p> <p><i>Kaip Kryžiaus kelias ir skausmas &lt;...&gt; didžiulis tas skausmas atsiranda tuomet, kai tu matai kitų vaikų, kai matai kitų šeimų vaikus ir jų galimybes. (R7)</i></p>
--	-------------------------------	---

[Lentelė Nr. 4](#)

**TEMA: Subalansuotas vaikų užimtumas po pamokų ir laisvalaikio įvairovės stygius namuose**

KATEGORIJA	SUBKATEGORIJA	PATVIRTINANTYS TEIGINIAI
MĖGIAMOS VAIKŲ VEIKLOS IR UŽIMTUMAS PO PAMOKŲ	Vaikų pasitenkinimas veikla būreliuose	<p><i>Jis pats atrado mokykloje Minecraft būrelį, jis pradėjo tą Minecraft lankyti ir jam tai yra be galo didžiulis džiaugsmas. Kaip jisai džiaugėsi, koks yra laimingas tame. (R7)</i></p> <p><i>Vyresnėlis labai sportuoja futbolą, &lt;...&gt; jis labai motyvavęsis yra vat dalyvauti ir vaikšto į treniruotes ir niekada jų nepraleidžia. O šitie du berniukai tai karate lanko ketvirtadieniais ir vidurinis dar futbolą lanko irgi socialinis klubas ten šeštadieniais treniruotės. (R5)</i></p> <p><i>...jinai į gatvės šokius vaikšto po pamokų – jai labai patinka. (R2)</i></p> <p><i>Pirmadienį, trečiadienį jis lanko futbolą, pusę septynių reikia būti treniruotėje, gerai, kad netoli šitas sporto angaras šitas, nu jam ten patinka.(R6)</i></p>
	Tėvystės palengvinimas – Vaikų dienos centrai ir VDM grupės	<p><i>Stengiamės tą vaiką nukreipti du kartus į savaitę į dienos centrą, tomis dienomis kai aš dirbu. Tas dienos centras bent tas, kad kažkiek namų darbus padaro, ten vis tiek kažkokia veikla. (R7)</i></p> <p><i>Jis ten, prailgintoj lieka, reiškiats ir jis maždaug pusę penkių, ten apie penktą jis jau būna namie.(R6)</i></p> <p><i>&lt;...&gt; jie eina į būrelius prailgintoj grupėj, dar jie eina, nuvažiuoja į dienos centrą.</i></p>



		<p>(R1)  <i>Mokykloje, tiesa, lanko keramiką ir eina į prailgintą grupę, tai ten kažką dar veikia, pamokas daro. (R3)</i></p>
<b>VAIKŲ          LAISVALAIKIS          VAKARAIŠ</b>	Vaikai vengia aktyvių veiklų	<p><i>Dabar tas oras geresnis, tai irgi norisi ir į kiemą išmesti, bet tada jis sako: "mama, aš be tavęs neisiu, man nuobodu". (R7)</i>  <i>Dukra tai nelabai, sakyčiau, kad viena eitų kažkur baisiai, ooo daugiausia užimtumas pas ją kompiuteris, telefonas. (R3)</i>  <i>Šiaip kasdienybėje bute, tai iš tiesų labai sudėtinga &lt;...&gt; Jie renkasi gulėti, va ten kažką kažką ten burbuliuoja, kažką ten su savim kalba. (R7)</i></p>
	Vaikams trūksta draugų	<p><i>Labai gaila, kad mūsų name nu vat nėra tokio draugo, kad jis galėtų susidraugauti, tiesiog pažaisti ir panašiai. (R7)</i>  <i>Vat draugių ji kieme. sakyčiau, neturi, tai gal susirastų draugių jei dingtų tas internetas. (R3)</i></p>
	Vakaraiš vaikai prie ekranų	<p><i>Nu arba ilgiau, arba trumpiau - vakaraiš ekranai. &lt;...&gt; vyresni vaikai, kaip ir daugumoj šeimų, jie pasirenka savo veiklą prie išmaniųjų įrenginių, prie telefono, ten youtubai, tiktokai yra (nusijuokia) ir ten visi kiti reikalai. (R1)</i>  <i>Faktiškai tai daugiau laiko jis jis praleido praleidžia telefone negu negu be telefono, taip galiu pasakyti. Pavyzdžiui, pamokas padaro, pamokas padaro ir jis jau vėl nori nori, reiškiąs prie telefono, ten kur šitie žaidimai. (R6)</i>  <i>Tada tylu ramu namie, nieks nerėkia, nelaksto pirmyn atgal, galima pailsėti. (R4)</i></p>
	Vaikų pomėgiai ir žaidimai	<p><i>Laivai! Jo // ir ypač senoviniai laivai, piratų. Pas jį jau ten pilna, visa kolekcija jau ten tų laivų visokių, tai jam vis dar maža, dar jam reikia, yra ir mediniai ir visokių. (R4)</i>  <i>Jinai labai gražiai piešia, jinai lipdo, jinai darbelius daro. &lt;...&gt; jinai viską dovanos man savo rankom padaryta, tai va. (R2)</i>  <i>Be ekranų tai nuuu retai, bet vyresni</i></p>

		<p>berniukai kartais lego dėlioja, dėliones dėlioja, su robotais kariaujaaa / arba kartais, aišku, būna labai labai daug betvarkės ir labai labai daug bardako, bet pagalvių mūšį daro tokį. (R1)</p> <p>Lego labai mėgsta, tai pradeda dar konstruoti dar kažką, &lt;...&gt; jie ten irgi prisiziūri visokiausius ten per telefonus, kaip jisai vadinasi tas // mainkraftas jo, tai irgi vat iš to konstruoja labai ten, stato visokiausius namus.(R5)</p> <p>Būna, kad paima kamuolį ir eina ten prie mokyklos į stadioną ir tada jau gali visą vakarą prabūti ten, kol nesutemsta. (R5)</p>
--	--	--

Lentelė Nr. 5

**TEMA: Vaikų ugdymas šeimoje pasitelkiant IT kaip poveikio priemones**

KATEGORIJA	SUBKATEGORIJA	PATVIRTINANTYS TEIGINIAI
GYVENIMISKŲ ĮGŪDŽIŲ UGDYMO PRINCIPAI	Vaikų įtraukimas į buitines darbus	<p>Savaitgaliais pasiskirstėme, sakykim, šeimoje, kas dulkes valo, kas siurbia kambarį nuo ryto, kas išneša šiukšles, kada į parduotuvę eisim (R3)</p> <p>Dabar padeda irgi tvarkytis ir indus už save plauna, pavalgo, nu kažkaip tai yra tokios taisyklės... (R5)</p> <p>Jie trupučiuką padeda, jie ten tas ir šiukšles išneša, čia jau jų jų darbas visada skalbinius iš tos skalbyklės atneš jau ten ar vonią išplauti, ar koridorių sutvarkyti, ar tuos batukus sudėti, ar ten kambarį (R7)</p> <p>Šiaip tai reikėtų mokintis galbūt jį labiau nukreipinėti į buitines darbus, nes vidurinysis toksai mėgsta valgyti padaryti &lt;...&gt; reikėtų labiau spausti per per virtuvę gal, per gaminimą kažkaip tai įtraukti į šeimos tokius kasdieninius procesus.(R7)</p> <p>Vaikus aš visada mokau tos ir švaros ir, kad drabužius nemėtyti, sudėlioti visada į spintą ir visą laiką tvarka, kad būtų. (R5)</p>
	Pirma pareigos, tada pramogos	<p>Grįžus iš mokyklos reikia apsižiūrėti ar neužduota kas, ar pabaigti nereikia, nusipraust, pavalgyt, ar kažką nereikia padėti, nunešt, atnešt, o tik tada leidžiam kažkiek</p>

		<p>valandų pasėdėti. (R3)</p> <p>Atėjus iš mokyklos, kai ji susitvarko savo pamokas, ir panašiai, savo reikalus, tada jau jai leidžiu &lt;žaisti telefonu&gt;. (R2)</p>
<b>VAIKŲ UGDYMAS MANIPULIUOJ ANT IT PRIEMONĖMIS</b>	<b>IT kaip vaikų drausminimo priemonė</b>	<p>Sakau &lt;rytais&gt;, kol nepavalgot, neišsivalot dantų - jokių telefonų. (R5)</p> <p>Būna net paimu jo telefoną, sakau "aš priversta taip padaryti, paimti tavo telefoną ir nunešti į vonią, kad tu nueitum tenai praustis". (R6)</p> <p>Sakau, kad lova būtų užklota, neužklojo lovos ten, sakau, tak baida jau, i taip kažkaip taip, sakau negausi telefono pora valandų ten. Tai iš karto pykčiai, nu ir sakau pyk ant savęs, kodėl aš turiu, aš už save lovą kloju, kodėl už tave aš turiu kloti. (R5)</p> <p>Dar paaugs, tai vis tiek reikės užsitarnauti tą viską &lt;žaidimus&gt;, gerai mokysis, tada ir gaus. (R4)</p>
	<b>Vaikų paklusnumo ugdymas manipuliuojant IT priemonėmis</b>	<p>Jeigu telefone taip jau, taip aišku sakau, kad atimu telefoną arba atjungiu internetą ir po dešimt kart nekartosiu / tai kažkaip tai klauso. (R5)</p> <p>Kartais pradeda per daug ten klykti, bartis, tai aišku būna išjungiamas tas internetas kokiai valandai, kad apsiramintų tiesiog. (R1)</p> <p>Atimu telefoną, o jeigu jau ateina iki to, kad išjungiu &lt;internetą&gt;, tada jau pradeda pykti kiti ir tada jam nėra ką daryti &lt;...&gt; tada jis kažkaip tai, nori nenori, ima padaro visas piktas, kad tiktai neatjungčiau to interneto (R5)</p> <p>Kartais būna pyksta, „kodėl aš čia turiu nueiti?“, bet pasakai, kad turi nueiti, nes turi pajudėti, turi galų gale pavalgyti, turi kojas pramankštinti (R1)</p>
	<b>Mamos vengia susidūrimo su vaikų pykčiu</b>	<p>Tenka imtis gudrybių, sakau, kad baigėsi internetas, sumokėti reikia, nes nu kitaip jie pyks, aš žinau. Tai vat kartais tenka taip suktis, kad išvengčiau pykčio. (R2)</p> <p>Kad būtų jinai prie manęs pririšta ir aš kontroliuočiau aplamai jos youtubą – ne, tikrai to ne, nėra, nes aš manau, kad tai vaikui irgi keltų pyktį. (R2)</p> <p>...tėvams toks klausimas tada kyla: vėl neduos, vėl kažkaip, chaosas bus, vaikai tada supyksta tada dar kažkas. (R3)</p>

MOKYMOŠI NAMUOSE SUNKUMAI	Vaikai vengia mokytis namuose	<p><i>Vaikai dažniausiai vengias šito &lt;mokytis&gt;, tingi paprasčiausiai, labai retai būna, kad EMA padaro ir viskas. (R1)</i></p> <p><i>Jau ten labai stengiasi, ten jau vaidina, kad jau pavargo, jau čia reikia pertraukėlės, jau čia krenta negyvas ir reikia vėl eit pailsėti jam... (R7)</i></p> <p><i>...tai vaikas tikrai labai, aaaa kaip nenoriai prieina prie šito Eduten. (R6)</i></p> <p><i>Dabar visi vaikai tokie, kad labai sunku priversti paskaityti, nors turim knygų (R5) Yra pasakyta arba tu pamokas darai mokykloje jeigu ne, tai ateini ir iškart pamokos, o po to gali eiti į lauką ar kažkur tai, ar paimti telefoną. (R5)</i></p>
	Derybos dėl užduočių atlikimo	<p><i>Jis jau nori naują telefoną &lt;...&gt;, bet aš irgi sakau, čia kaip vistiek telefonas yra, kaip ir laisvalaikio praleidimas ir sakau, ir tokia dovana man tikrai yra labai brangi &lt;...&gt; tai gal tada susitariame, sakau, jei jeigu reiški, tu pavyzdžiui, trečių klasių Playground Eduten šitam kompiutery padarysi, o ten nemažai yra užduočių, tai... (R6)</i></p> <p><i>Aš jiems duodu pusę valandos pasižiūrėti &lt;planšetes&gt;, sakau einam tada daryti pusę valandos namų darbus. (R7)</i></p> <p><i>...telefono nori iš karto, iš karto atėjęs po mokyklos. jis būna taip: "Mama, aš turiu, aš turiu pailsėti. Aš pavargau, turiu pailsėti". O pailsėti, reiškia, jis nori žaisti telefonu, va. Sakau, nu gerai, sakau ten pusvalandį, ten kiek ten 40 minučių ten... (R6)</i></p>
	IT kaip motyvacinė priemonė	<p><i>Aišku, tai yra gera motyvacija ir panašiai, bet aišku kai jisai daro tuos namų darbus, bet jis yra tuose atsiminimuose apie ten tą žaidimą... (R7)</i></p> <p><i>Pasakau vat reikia tris lapus perskaityti, kol neperskaitysi neleisiu žiūrėti.(R7)</i></p>

	Sunkus SUP vaikų ir mamų darbas mokantis	<p><i>Vaikas, kuris //, kuriam knygą pasiūlyti tai reikia / reikia sėdėti su juo / jam knyga / ne tai, kad priešas, bet knyga jam, kol kas ne draugas. (R1)</i></p> <p><i>Tai mes ten skaitome, jis ten verkia, ten su manim kartu, ten visa kita, ten raitosi. Nuuu, bet perskaito, bet vistiek kažkaip tai, nes jis labai sunkiai skaito. Jam labai labai reikia pagalbos skaityti. (R7)</i></p> <p><i>Pas jį ir su atmintimi labai labai sudėtinga, atminties sutrikimas pas jį yra, "mama, sako aš tų žodžių neišmokau nu iš keturiolikos tik šešis, niekaip negaliu įsiminti" R7)</i></p> <p><i>Sakyčiau internetas dislektikams būtų pagalba, nes ten yra įgarsintos knygos, tai vat aš net tą patį ekraną galėčiau vaikui duot, ausinukus...(R1)</i></p>
--	--	---

Lentelė Nr. 6

**TEMA: Chaotiškas naudojimas IT priemonėmis šeimose ir žalingi vaikų įpročiai**

KATEGORIJA	SUBKATEGORIJA	PATVIRTINANTYS TEIGINIAI
IT ATSIKADIMO NAMUOSE APLINKYBĖS	Nuotolinis mokymasis	<p><i>Ekranus prieš porą metų padiktavo tas nuotolinis mokymasis kai, kai namuose atsirado ir kompiuteris, ir planšetas. (R1)</i></p> <p><i>Teko pirkti &lt;kompiuterius&gt;, nes buvo nuotolinis, o kai nuotolinis ateina tai, vaikam reikia atskirai, mokytojai atskiri, tai vienas vienam, kitas kitam. (R3)</i></p> <p><i>...kompiuteris, kurį dienos centras padovanojo vaikams mokyti (R5)</i></p> <p><i>Aš manau taip, kad vaikas pradėjo lankyti mokyklą ir namuose turi būti bent jau Wi-Fi stotelė. (R1)</i></p>
	Ekranus vaikams dovanojo artimieji	<p><i>...vyresnėlis turi telefoną, kurį tėvas padovanojo kažkada tai, mažiukui padovanojo jisai ant švenčių planšetę ir vidurinis irgi telefoną turi. (R5)</i></p> <p><i>Jis dabar yra trečiokas, telefoną jis, aš aš jam nu kaip jam, jam padovanojo telefoną mano, reiškiasi, vyresnioji sesuo. (R6)</i></p> <p><i>Jisai turi planšetę, aš jam nupirkau ir jisai pasižiūri tuos filmukus, ką ten nori toj youtubej kažkaip tai ir viskas. (R4)</i></p>

		<p><i>Seneliai aišku, nu anūikai, viską, tai labai dovanoti buvo įpratę va tokius dalykus. (R2)</i></p> <p><i>Aišku, niekas neperka vaikui tam naujo telefono ten, bet jisai vis tiek jau liečiamas, jisai androidas, jis jau turi funkcijų daugiau, nors tėtis vat, pats neturi, bet kartais nuperka vaikams. (R1)</i></p>
<p>NAUDOJIMOSI TVARKOS IT PRIEMONĖMIS STYGIUS</p>	<p>Taisyklių dėl naudojimosi IT namuose stoka</p>	<p><i>Tokių griežtų &lt;taisyklių&gt; kaip ir nėra. (R2)</i></p> <p><i>Yra vienintelis susitarimas, kad vakare devintą valandą internetas eina miegoti kartu su visais. Ir ryte jis yra įjungiamas nu įvairiai. (R1)</i></p> <p><i>...ir psichologė patarė ir, reiškiams, kad nu riboti, kad būtų taisyklės. Taisyklės galėtų būti tikrai, bet kol kas aš konkrečių taisyklių neturiu. (R6)</i></p> <p><i>Nedraudžiu aš jam kažkaip. Jeigu jau vėlus laikas, pasakyta einam miegot, vat ir jis eina miegot ir viskas kažkaip. Nėra pas mus nei tų pykčių, nei kaprizų. Pasakyta ir padaryta, ir viskas. (R4)</i></p>
	<p>IT kontrolė – tėvams sunkus darbas</p>	<p><i>Aš jau juos namuose pareguliuoja. Tai dažniausiai, žinokite vyksta labai labai sunkus darbas.(R7)</i></p> <p><i>Vyras ten irgi duoda jiems ir pažaisti, dėl to, kad vėlgi vyrui tenka visa buitis, kaip sakyti, ir vakarienė, ir namų darbai, ir panašiai. (R7)</i></p> <p><i>Kartais aš jau ir nustoju kovoti, nes nu truputį pati turiu tas problemas su spaudimu, su sveikata, tai, žinokite, aš galvoju, negaliu tiek dirbti ir tiek resursų dėti, nes tada irgi pati be sveikatos būnu. (R7)</i></p> <p><i>Deja, sunku nukrapštyti nuo / nuo ekranų, bet čia yra, kaip aš kartais juokauju – užaugo 2000-ųjų karta išmanių, kompiuterizuotų. (R1)</i></p> <p><i>Jeigu jinai nori kažkokį multiką pažiūrėt, kur reikia suaugusio sutikimo, jai keltų pyktį ir aš žinau, kad ji tada nepasitikėtų manim. / Mes sugriautume tą savo bendravimą / , taip, kad aš leidžiu jai žiūrėti, ką ji nori, bet // bet tuo pačiu ir girdžiu ir patikrinu.(R2)</i></p>
	<p>Interneto išjungimas kaip kontrolės įrankis</p>	<p><i>Aš dažniausia 23 valandą išjungiu vienu mygtuku internetą ir būna išjungtas televizorius. (R1)</i></p> <p><i>Aš waifaijų prieš devynias visada išjungiu ir interneto nebėra, tai ir naudojimas tas toksai baigiasi po devynių penkios, jau pas mus viskas, interneto nebėra.(R2)</i></p>

		<i>Dešimtą valandą reikia eiti miegot, nes ryte į mokyklą reikia keltis anksti ir po to neišsimiega ir visi suirzę yra, tai tai jeigu neklauso, tai tiesiog atjungiu tą &lt;Wi-Fi stotelę&gt;, išimu tą ir viskas, ir jokių problemų – pykit nepykit jūs ką norit darykit (R5)</i>
ŽALINGI VAIKŲ NAUDOJIMOSI IT ĮPROČIAI	Populiariausi ekranai vaikų tarpe	<i>Dažniausiai būna, kad jie visi į kompiuterį žiūri kažką tai arba kiekvienas savo žaidimus žaidžia, tai televizorių mes labai mažai žiūrime iš tikrųjų, dažniausiai kompiuteris ir telefonas (R5) Planšetėm naudojasi ir televizorių pagrinde naudojasi. (R7)</i>
	Ilga naudojimosi ekranais trukmė	<i>Į dieną gaunasi dvi– trys valandos. (R2) Ateina iš mokyklos arba dienos centro ir tada gali 3-4 valandas. O savaitgaliais jo, man atrodo, kad ilgiau jie naudojasi nei 3 val. (R5) Kad valandas ribot, ne valandos tai neribuju, bet greičiausiai nu, jau čia daugiausia tai dvi valandos, tai yra didesnis vaikas, bet dukra lygiai taip.(R3) Jeigu jam nėra ką veikti, jisai gali ten valandą, dvi, nu tris pasėdėti prie to kompiuterio, o paskui viskas, jam atsibosta, tada „aš noriu į lauką“, nu eik, prašom, į lauką, pasivaikščiok arba sūnėnas ateina, tai dūksta su sūnėnu (R4)</i>
	Ydingi vaikų įpročiai valgant	<i>Jo valgyti jis ateina į virtuvę su telefonu irgi &lt;...&gt; sakau, tu ką nors įjunk telefone kokį nors tokį multiką, kuris visiems būtų įdomu, pavyzdžiui ir man ir tau. Nu ir jam patiko šita idėja, kad mes valgome ir šitą multiką lygtai žiūrim.( R6) Tas vat magnetas tiesiog vaat, tas vat pripratimas yra, kad pavalgyt tiesiog pastato ir žiūri, vat. (R5)</i>
	Vietoj mamos pasakos vaikai prieš miegą žiūri į ekranus	<i>O prieš miegą tai taip, yra įjungiamas multikas, kokį jie pasirenka, o po devynių jisai išsijungia ir viskas.(R2) Jo, būna, kad prieš miegą žiūri. Mažasis tai visada žiūri /, nes jis taip užmiega pas mus (R2) Tai va, tai jo prie prieš miegą irgi jis žiūri. (R6)</i>
	Rytinis kėlimasis su telefonu	<i>Iš pradžių būdavo taip, kad aš galiu dar miegoti ryte ir nepastebiu, ir jau visi su telefonais – nespėjo atsimerkt akių ir viskas, jau telefonas. (R5) Aš savo telefone statau multiką, tokie "fixiki" rusiškai ir vaikui patinka šitas multikas ir ten tokia muzika tokia linksma &lt;...&gt; ir jis jau girdėdamas šitą multiką, jis jau po biškį, po</i>

		<p>truputį atsibunda. (R6)</p> <p>Paskui vaikas jau pradeda imti savo telefoną iš ryto ir ten, reiškias, savo žiūrėti, reiškias žiūrėti savo ten kažkokį žaidimą savo, ir taip mes keliamės. (R6)</p>
	<p>Vaikų gudrybės siekiant gauti daugiau ekranų</p>	<p>Kartais naktį, nu ar ten labai jau vėlai būna, netgi įsijungia Wi-Fi'ją pats ir žaidžia su telefonu (R1)</p> <p>Tas vaikas labai ten ir jisai gudrauja jo, nes jau kai aš neleidžiu žiūrėti, tai jau jisai "Aš einu pas babčę, aš eisiu pas ją nakvoti". (R7)</p> <p>Jeigu ten neleisi prie kompiuterio, nu tai va, dabar šiuolaikiniai telefonai ne tik, kad pasiskambint, bet lygiai tas pats kaip kompiuteris. (R3)</p> <p>Kai paėmiau, nu aišku, buvo isterika „čia ne tu pirkai, čia senelis pirko!“, „duok man paskambint seneliui, kad jisai man gražintų planšetę“, sakau ne senelis tave nubaudė, o aš - taip, kad baigsis terminas tada grąžinsiu.(R2)</p>

Lentelė Nr. 7

**TEMA: IT vartojimo poveikis vaikų elgesiui ir sveikatai**

KATEGORIJA	SUBKATEGORIJA	PATVIRTINANTYS TEIGINIAI
<p>TĖVŲ SUPRATIMAS APIE IT NAUDĄ</p>	<p>Nauda užsienio kalbų mokymuisi</p>	<p>Vaikam video per youtubą Papa Rob jisai skatina vaikus taisyklinga rusų kalba šnekėti &lt;...&gt; be jokių ten tų „epitetų“ negražių arba be jokių tų tokio prieskonio, kur moko vaikus kalbos pakankamai gražios &lt;...&gt; Tas pats ir anglų filmukai (R1)</p> <p>...multikai per televizorių tikrai, buvo labai jam ir ir naudinga, galiu pasakyti, kad multikai buvo anglų kalba &lt;...&gt; ir paskatino vaikui vaiką gerai angliškai kalbėti todėl, kad jis angliškai gerai kalba ir labai. (R6)</p> <p>Jinai rusų kalbą labai greitai išmoko iš youtubo, anlgų kalbą greit išmoko iš youtubo ir iš multikų, grynai. (R2)</p> <p>...yra tos programėlės, kur ten skaičiuoja, rašo, abėcėlės. Tai, kai jinai buvo paruošiamojoje, tai mes būtent va šitus ir žiūrėjom &lt;...&gt; va ir išmoko rusų abėcėlę, rusų kalbą / ir labai taisyklingai. (R2)</p>



	Praktiniai įgūdžiai ir žinios	<i>Kulinarinius triukus bando irgi / nu pagaminti, kodėl gi ne: jeigu įmanoma taip, jeigu ne tai paaiškini, kad deja tai yra neįmanoma. (R1) Ji labiau žiūri rankdarbius, kaip piešti, kaip daryti /, o tą žaidimą, jį tą vieną ir turi (R2) Būna įsijungia žvejybą pasižūrėti, nu jam įdomu, išgyvenimus ten kažkokius žiūri gamtoj nu ir sužino jis ten daug kur kas yra. (R4)</i>
	Nauda iš žaidimų	<i>Minecraftas jis kažkiek atneša vaikams naudos, nes skatina dėmesingumą, skatiną mąstymą. (R1) Džiaugiasi, jis ten renka kažkokių tai, reiškias, bonusu, renka ten kaip lygius, jis jau ten reiškias vat. Tai va toks vat, kad jis ten turi tokių pasiekimų ir tokio vat džiaugsmo ir toks savimi patenkintas.(R6)</i>
	Bendravimo su artimaisiais galimybės	<i>Nu sunku dabar įsivaizduoti tą patį bendravimą kažkur nu su tėčiu, su seneliais, su gimine, su artimaisiais, jeigu nebūtų tų visų skaičių ir panašiai (R2)</i>
	Ekranai, kaip motyvacinė priemonė	<i>Nauda tai yra tas, kad yra labai geras motyvacijos šaltinis, kai kažko jisai nenori, pavyzdžiui, kai nenori skaityti, kai nenori namų darbų daryti, nes tai nėra tie vaikai, kurie patys, pavyzdžiui, skaitytų, prisiversti namų darbus daryti. (R7)</i>
	Tėčiui poilsis, kai vaikas tyliai sėdi prie ekranų	<i>Tylu ramu namie, nieks nerėkia, nelaksto pirmyn atgal, galima pailsėti. (R4)</i>
	Tėvai nemato naudos iš vaikų veiklos prie IT	<i>Aš manau, kad 80 procentų tai nėra gerai. Naudos kompiuteriais, sakykim, šiuolaikiniams vaikams, jeigu tik žaidimai ir dar kažkas, ten nereikšmingo, tai naudos neduoda.(R3) Kartais aš pažiūriu, ką jie žiūri, bet iš naudos, aš naudos iš to nematau kažkokios (R5) Tai žaidimai tie tikrai labai įtraukiantys ir labai tokie nu / netinkami, skaitau, vaikam (R2)</i>
IT POVEIKIS VAIKŲ SOCIALINIAMS ĮGŪDŽIAMS	Įtaka tarpasmeniniams santykiams	<i>Mes, pavyzdžiui, labai dažnai namuose pykstamės, nes į jų visas, ypatingai šitas vaikas, &lt;....&gt; jo visos emocijos mintys nukreiptos į tą vat vat multiką ar į tą planšetę. (R7) Nebūtinai, sakykim, kad turim mes, kaip tėvai, už ausų ten imti ir einame ten dukra, ten einame, ten... Ir kaip pavyzdys yra, iš jų vienas yra sakykim, einame į lauką: "oi ne, nenoriu", "oi ne, tingiu". O jau kai žaidimas staiga kažkur kompiuteriu, tada jau "mama aš prie</i>

	<p><i>kompiuterio, kitą kartą nueisim". (R3)</i></p> <p><i>Tas vat nelabai man patinka, nes jie pradeda pyktis tarpusavyje, pradeda keiktis vienas ant kito &lt;...&gt; tada labai chaosas tiesiog darosi namie. (R5)</i></p> <p><i>Jinai atsisiuntė Roblox žaidimą, ir ji į jį taip įniko, kad jinai negirdėdavo manęs, nematydavo manęs ir su ja kalbi nuuu / visiškai / visiškai be reakcijos. (R2)</i></p> <p><i>Jiems bus be galo sunku. Nes iš tiesų jie nustoja, kaip aš sakau, ir tuos socialinius ryšius megzti, bandyti draugauti, susitarti. (R7)</i></p> <p><i>...nes nu, ką jis &lt;žaidimas&gt; turi padaryti, kad tos pačios arbatos vakarėliai pas mus baigėsi? (R2)</i></p> <p><i>...kad žiūri ten visokiausių gal žiūri nesąmonių ir dėl tų keiksmazodžių, pirmiausia... (R5)</i></p>
Susiaurėjusi veiklų įvairovė	<p><i>Nu//, o mūsų devynmetis tai jau turi problemų dėl tų žaidimų // jam jam /, atrodo, rūpi tik jo telefonas. (R1)</i></p> <p><i>Taip taip, atitraukia bendrauti, jo jo knygos, knygos jo, skaitymas irgi va, skaityti irgi neina, tai čia prie prie prie žalų.(R6)</i></p> <p><i>Aš matau pagal savo sūnų, kas vyksta. Aš dar savo gyvenime taip nemačiau: viskas, akys ten įtemptos, klaviatūra jau klaviatūros nereikia matyt per daug ką ten reikia pirštais maigyti, ten tokiu greičiu kompiuteriniu, kad neduok Dieve, &lt;...&gt; tai man kitąkart siaubą kelia.(R3)</i></p> <p><i>Vaikai nustoja gyventi, jie gyvenimo nemato, suprantate. Jie nemato savo aplinkos, &lt;...&gt; nemato, kad numeta saldainio popieriuką, kad jisai nepadedą lėkštės į kriauklę, kad jisai savo rūbų nesusitvarko.(R7)</i></p>
Vaikai nemoka nuobodžiauti	<p><i>Baisiausia yra kančia, kai jie pastoviai yra dirginami ir jam netgi išeiti į lauką, jam tai yra nuobodu. (R7)</i></p> <p><i>... bet dabar dabar toks ir amžius, kad vaikai ir negali be telefonų, irgi be šitų gadžetų, jam nuobodu.(R6)</i></p> <p><i>Nėra interneto!? Susiraskit veiklos, dėliokit dėliones, skaitykit knygas, pieškit, spalvinkit. (R1)</i></p>
Žalos nėra kol vaikas ramiai elgiasi	<p><i>Jeigu vaikas neisterikuoja nieko ten nu. Normaliai pasakei jam, „viskas išjunk“, jisai išjungė, „eik miegot“, jisai eina miegot, nieko ten neprieštarauja, tai nematau aš tos žalos.</i></p>

		<p>(R4)</p> <p>...kaip aš matau pažįstamų vaikus, kad jie ten iki isterikų, žinot, kada neduodi ten ar neįjungi, ar telefono neduodi, pas mus to nėra. (R2)</p>
IT POVEIKIS VAIKŲ PSICHINEI SVEIKATAI	Vaikų patiriamos emocijos	<p>O psichologinė žala, kad &lt;...&gt; kaip čia vadinasi, jooo, priklausomybė kaip auga. ...nenauda, kad jis būna irzlus ir piktas. (R6)</p> <p>Nu jisai toksai jo, dirglesnis pasidaro, nervuotas... Jie iš tiesų nemoka nuobodžiauti, jie nemoka kažkaip svajoti. (R7)</p> <p>Jis ant visų šaukia, pyksta, susišnekėti su juo neina. (R1)</p> <p>jisai toksai be nuotaikos, visas toksai kaip pavargęs tampa arba pykina tai tiesiog jau pats padeda telefoną ir eina gultis ir jau nieko nenori. Tai vat tokia problemą dar turime su juo jau kelis metus. (R5)</p> <p>Pas mus su dukra buvo, prieš metus gal, tokia situacija, tai nu tiesiog savaitei buvo paimta planšetė ir ir baigėsi tie psichai jos. (R2)</p>
	Vaikų akistata su pornografija	<p>Vvyresni mūsų vaikai jau yra ir pas draugus prisižiūrėję jau tų vaizdų, nu tų porno visokių. (R1)</p>
	Ekranai kaip narkotikas vaikams	<p>Tas kompiuteris, nu kaip narkotikas gaunasi, kad jau nė dienos negali nuo kompiuterio. Tai, manyčiau, kad čia yra žala irgi didelė. (R3)</p> <p>Aš matau pagal savo sūnų, kas vyksta. Aš dar savo gyvenime taip nemačiau: viskas, akys ten įtemptos, klaviatūra jau klaviatūros nereikia matyt per daug ką ten reikia pirštais maigyti, ten tokiu greičiu kompiuteriniu, kad neduok Dieve, &lt;...&gt; tai man kitąkart siaubą kelia. (R3)</p> <p>Vieniem, kaip narkotikas tas telefonas, ta planšete, kad tiktai žiūrėti vo, neatsitrauktų. Jeigu taip tai jo, aš suprantu, kad žala. (R4)</p> <p>Iš tikrųjų tai kelia priklausomybę tam tikrą, nes nu jina iškeliauja į kažkokį Roblox, (R2)</p> <p>Iš tiesų jie yra kaip anoniminiai alkoholikai (juokiais), turi tą priklausomybę, tai jiems reikia faktų, tokių baisių faktų ir, kad tai būtų specialistas. (R7)</p>
Vaikų patiriama psichologinė žala dėl IT priklauso nuo tėvų	<p>Psichologinė žala nu tai priklauso nuo to kaip tėvai, suaugę žmonės žiūri tai ką vaikas jų mato. Nes nu kiekvienas atsakingas, šeima turėtų / turėtų stebėti, kad nebūtų tam pačiam ekrane patyčios, (R1)</p>	

		<p><i>Jeigu suaugęs žmogus nemato ir nestebi arba ai atrodo, ai gražu jeigu čia ne porno, ne sexy, ne šmeksi, tai yra viskas normalu, bet vėlgi nu reikia stebėt. (R1)</i></p> <p><i>...nesuprantu tų tėvų, kada dar yra vaikai mažiukai ir tiesiog, kad vat jisai neverktų ir nezystų, kiša jam tą telefoną, vat imk na žiūrėk . Vat nuo to aš manau, kad tėvai daro klaidą, kada vaikai vat paauga ir tu jo negalėsi atpratinti nuo telefono &lt;...&gt; vaikas užauga ir jis jau tampa priklausomas. (R5)</i></p>
IT POVEIKIS VAIKŲ FIZINEI SVEIKATAI	Poveikis akims ir laikysenai	<p><i>Žinau, kad tai yra nelabai gerai, kad jie sėdi prie kompiuterio ir akys gesta ir ir nepailsina akių. Aišku, vaikai to nesupranta, kažkodėl... (R3)</i></p> <p><i>Vat žalas akim aišku eina, todėl, kad iš tikrųjų per daug// gadžete jis yra. Ir kas liečia jau ir fiziologijos irgi, jau pečiai į priekį daugiau tokie, kaip sakant laikysena jau matosi, kad jis daugiau toksai nu per žiūrėjimą į telefoną jau šitas kaklas jau nulinkęs jau jau į priekį.(R6)</i></p> <p><i>Jau dėl regėjimo tai pastebėjau vienąkart vyresnėlis taip kažkaip va ten vat žiūri prisimerkęs. (R5)</i></p>
	Neurologinės problemos dėl per ilgo laiko prie ekranų	<p><i>Pas vyriausią sūnų yra toksai galvos skausmai ir pykinimas, ir mes buvom pas visus ten gydytojus, ten praėjom dėl visko, dėl skrandžio, dėl visko, ir tabletes gėrėm, ten buvo išrašyta, tai vat kažkaip tai labai / nu tai yra kaip yra, tai dabar nežinau (R5)</i></p>
	Vaikai pervargsta	<p><i>ir pas neurologą vat buvom vėl tai jinai ir aiškino vat dėl tų kompiuterių, dėl telefonų, kad jeigu labai ilgai vat vaikas, tai gali būti dėl to, kad neturi vat smegenys pailsėjimo (R5)</i></p> <p><i>&lt;...&gt; jis tada mokykloje miega per pamokas. Nes nuuu, šiuolaikiniai vaikai jie tokie (R1)</i></p>

[Lentelė Nr. 8](#)

**TEMA: Iracionalaus tėvų elgesio apraiškos rūpinantis internetiniu vaikų saugumu**

KATEGORIJA	SUBKATEGORIJA	PATVIRTINANTYS TEIGINIAI
TĖVŲ SUPRATIMO APIE VAIKŲ	Epizodiškas vaikų veiklos internete stebėjimas ar	<i>Jeigu vaikas ir žiūri ten kažką ir pamatai, kad jau negražu ir taip toliau ten - arba užblokuoji tą kanaliuką, arba perspėji, kad nu tu persijunk, nes ten yra negražu, kad taip šnekėti nedera ir</i>

INTERNETINĮ SAUGUMĄ STOKA	girdėjimas	<p><i>ką iš viso, čia klausaisi?(R1)</i></p> <p><i>Prisižiūri ten visokiausių nesąmonių, kažką išgirstu arba kartais pasižiūriu ką žiūri, nu sakau „ką čia darai, ką žiūri?“; tai vat jeigu ten, kaip sakant, keiksmoždziai visokiausi dar kažką tai, tai sakau išjunk iš karto, kad aš negirdėčiau (R5)</i></p> <p><i>Tai be abejo, visados gi girdi, ką ten šneka, ką jis žiūri, bet kol kas nieko tokio nebuvo. (R4)</i></p>
	Saugiau kai vaikai internetu naudojami namuose	<p><i>Vis dėlto didesnė internetinė žala yra kai vaikas iš namų išeina ir jungias bet kur ir pas bet ką. (R1)</i></p> <p><i>Eina ieško interneto prieigose, prie spaudos kioskų, eina į Šiaurės miestelį, eina į tą patį Topo centrą kur yra internetas ir tada jie ten jau prisižiūri. (R1)</i></p>
	Skirtingas tėvų supratimas apie vaikų internetinės veiklos monitoringą	<p><i>Kiekvienas atsakingas tėvas, kiekvienas atsakingas suaugęs žmogus turėtų nu stebėti, ką vaikas žiūri youtube, &lt;....&gt; turi žinoti, kad ko vaikas klausosi (R1)</i></p> <p><i>Kad &lt;turinio&gt; kontrolė taptų kiek griežtesnė būtų, tai jos nėra, atvirai pasakysiu, beet stengiuosi maždaug pakontroliuoti, kad ilgiau neužsibūtų (R3)</i></p> <p><i>O dėl tos kontrolės, nu kažką tai galvosim, kažkur tai programėles tas gal, bet kol kas nereikia, tai nekvaršinu sau galvos. (R4)</i></p> <p><i>Prakontroliuoju tai labai retai, kai tas telefonas yra kraunamas, ji miega, tai prakontroliuoju tiesiog ką su draugais bendravo ir ką jinai paskutiniu metu žiūrėjo. (R2)</i></p>
	Tarpusavio pasitikėjimas ir dėmesys vaikams kaip apsauginis veiksnys	<p><i>Vat kas liečia internetą, tai jeigu užėina į kokią saitą, ji visada pasisakys, tik pradžiai „mamyte, tu nepyksi?“ tai vat. (R2)</i></p> <p><i>Pasitikėjimo jo, jeigu nėra tarp tėvų ir vaikų tai irgi arba dėmesio stoka vaikam, tai jie labiau ir praleidžia laiką va čia va telefonuose (R2)</i></p> <p><i>...reiškia vaikui trūksta dėmesio, jinai lieka kaip ir viena, nu tai geriausias draugas – telefonas. Kai mama grįžta - yra dėmesys, kažkur išėini, kažkur vaikštai ir to telefono nereikia (R2)</i></p>

## TEMA: Tėvų patirtys ir iššūkiai ugdant vaikus IT apsuptyje

KATEGORIJA	SUBKATEGORIJA	PATVIRTINANTYS TEIGINIAI
TĖVŲ PAGALBOS POREIKIS	Tėvų žinių stoka	<i>Aš manau, kad turėtų šviesti daug kas tokius dalykus. Ir visur šviesti. Ar televizijoje, ar mokykloje, kad ir pagaliau tėv.. tėvams tokius dalykus mmm nu daugiau, daugiau tokios medžiagos va tokios būtų. (R3)</i> <i>Mums patiems tėvams reikia mokintis nu kaip juos išvaduoti iš tų kompiuterių ir panašiai. (R7)</i>
	Lūkesčiai mokykloms	<i>Kažkaip manau, kad jeigu dažniau šnekėtų jau nuo antrų klasių ar nuo trečios klasės, kad //, kokį poveikį daro tie visi kompiuteriai. Nu arba turėtų kažką specialistai, sakykim, kitaip kažkaip suformuluot tuos sakinius. (R3)</i> <i>Tai yra problema, kad mokyklose, man atrodo, nekalbama tokių dalykų apie kompiuterius dažnai. Patikėkite, taip trūksta žinių. Mūsų laikais buvo kitaip, jų laikais dabar, dabartiniams vėl kitaip. (R3)</i>
	Tėvų nepasitikėjimas savimi kaip autoritetingais asmenimis	<i>Aš tai tik taip paprastai šneku, nes tos patirties neturiu, bet žinau, kad tai ne į naudą nei tie žaidimai, nei... (R3)</i> <i>Vaikui tėvai tai nėra autoritetai... Norėčiau kad tikrai specialistas, kad būtų tokia specialistų komanda, nu pasikviestu, pavyzdžiui, vaiką ir jam vat išaiškintų, kokią žalą daro kompiuteris.(R7)</i> <i>Aš jam bandau sakyti, nu tai va sakau, tu žinai, kad tas žiūrėjimas filmukų ir tas prie ekranų sėdėjimas jisai tavo atmintį ta prasme, tavo atmintį silpnina. O jisai ai, tu čia nesąmones sakai, bet jeigu kažkas iš specialistų pasakytų, iš šalies, tai jisai nu tikrai ta prasme, jisai žinotų kaip yra. (R7)</i>
	Įgūdžių taikyti žinias trūkumas	<i>Žinių galima rasti daug, bet jas reikia mokėti taikyti... (R1)</i> <i>Nu, kad reikia riboti (ekranus), aišku. / Ne visada sekasi riboti, bet nu tas kaip reiktų riboti, nes nuuu. (R1)</i> <i>Tai vat irgi, žinau, kad čia yra negerai, kad jis valgo su telefonu, bet... (R6)</i>
	Bejėgiškumas pakeisti situaciją	<i>Psichologė patarė ir, reiškias, kad nu riboti, kad būtų taisyklės &lt;...&gt; nu dėl to aš kaip save biškį kaltinu, kad taip ne, vis vis neprieinu.(R6)</i>

		<p>Valgyti ir nežiūrėti, jooo, man atrodo šitai &lt;taisyklei&gt;, labai sunkiai kažkaip tai pasiduoda. Valgydami jie irgi kartais žiūri, tai labai ilgai valgo arba visai nevalgo.(R5)</p> <p>Žinau, kad porą ar valandą, vieną valandą prieš miegą tikrai nerekomenduotina. Tai šitas mums dalykas dar neišeina.(R6)</p>
MOKYKLŲ ĮSITRAUKIMO Į VAIKŲ IT NAUDOJIMO KONTROLE STOKA	Telefonas į mokyklą dėl susisieki mo su tėvais po pamokų	<p>Jis ima telefoną su savim &lt;į mokyklą&gt;, kad reiški as, aš jam paskambinčiau arba jis man paskambintų. (R6)</p> <p>Turi savo asmeninį telefoną, bet naudojimas pas ją irgi, pavyzdžiui, į mokyklą aš jai įdedu telefoną, tai po pamokų ji tiktai gali paskambinti man, aš jai. (R2)</p> <p>Išmanieji, nu tie telefonai, atsirado, nes vaikai eina į mokyklą ir, kad kur vaikas dingo sužinoti. (R1)</p>
	Bejėgiškumas dėl nekontroliuojamų vaikų žaidimų telefonais mokyklose	<p>Per pertraukas kiti žiūri ten tuos filmukus, o jisai sėdi šalia ir žiūri, ta prasme, nu aš mačiau, kas ten vyksta prailgintoj grupėj, kažkas įsijungia, o ten dešimt vaikų ratu apstoja ten tą vaiką, tai tėvai gali iš kailio nertis, bet tai kas iš to. (R7)</p> <p>Per pamoką tai jiems telefono negalima tai čia aišku, bet kada jie jau draugai ten visi jau pradeda ten per pertraukas žaisti telefonuose (R6)</p> <p>Nu, aišku, nuo to niekur nepabėgsi ir mokykloj ten vyksta visokiausių dalykų ir ten nu nelabai sureguliuosi ir kažkaip tai pastebėsi ką ten žiūri. (R5)</p> <p>Nepratina aš dar jo prie telefono, kad jisai ten nešiotų telefoną su savimi ir taip toliau. &lt;...&gt; pas mamą turi, pas mane neturi, kažkaip aš nepratinu prie šito dalyko. &lt;...&gt;kažkaip tai nereikia jam ten skambinti ar kažką tokio (R4)</p>
	Telefoniniai žaidimai trukdo susikaupti per pamokas	<p>Kad daugiau sėdėsi telefone negu ruoši ten pamokas ten ir, kaip sakant, mintys ir galva būsi, kaip sakant, prie prieš pamokas toksai nepasiruošęs. (R6)</p>
SENELIŲ IR TĖVŲ BENDRADARBIAVIMO TRŪKUMAS	Seneliai pasiduoda vaikų norams	<p>Kaimynystėje gyvena močiutė, per kelis namus. Ir močiutė, žinokite, kiek tas vaikas yra, tikrai, tikrai leidžia žiūrėti multikus ir visa kitą. Nu, močiutės tokia nuostata, kad čia yra tėvų darbas, o jie nori būti labai geri seneliai. (R7)</p> <p>Nu, jeigu anūkė paskambino pasakė, pas mane paėmė planšetę, tai senelis reiškia, tai suderina ir nu senelis atveža telefoną padovanoja. (R2)</p>

		<p><i>Savaitgaliai tai mmm reiškas, tai irgi atsikelia jis ir ir iš karto, reiškas, irgi žiūri telefoną. Ir // , kada pavyzdžiui manęs nėra namie, tai tikrai mano tėvams, jau garbaus amžiaus, nėra jėgų, kaip sakant tokių vidinių jėgų, energijos nėra jį kontroliuoti. (R6)</i></p>
	<p>Tėvų konfrontacija su seneliais</p>	<p><i>Aš bandžiau su tuo kovoti, ta prasme, nu kiek galima duoti? Aš sakau, išeikit su tuo vaiku pasivaikščioti kažkur, nu kažkur ten. (R7)</i></p> <p><i>Aš galvoju, nu nu negaliu aš jau čia kovoti, nes vis tiek ta prasme, aš jų neperauklėsiu (R7)</i></p> <p><i>Be mano suderinimo, be mano sutikimo pirkdavo, taaaip su seneliais barėmės.(R2)</i></p>



## Priedas Nr. 4. Konfidencialios apklausos rezultatai

Diagrama Nr. 1

### Vaiko mokymasis ir socializacija

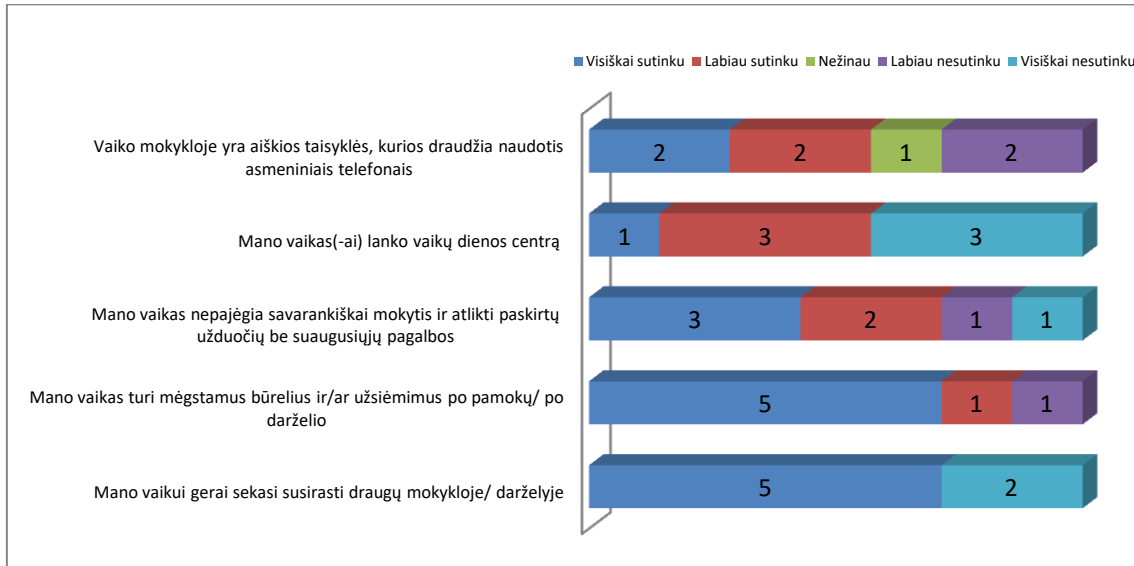
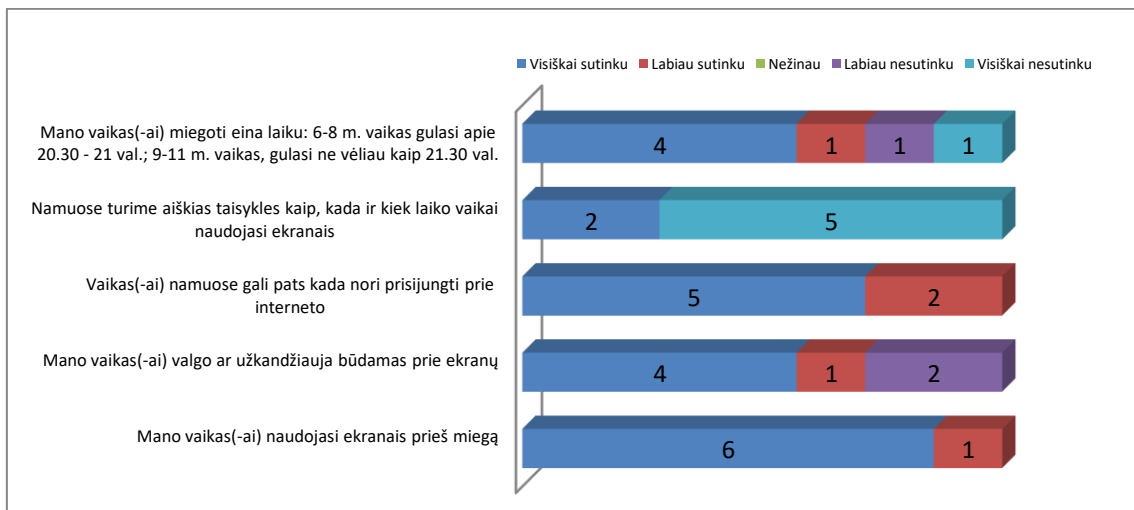
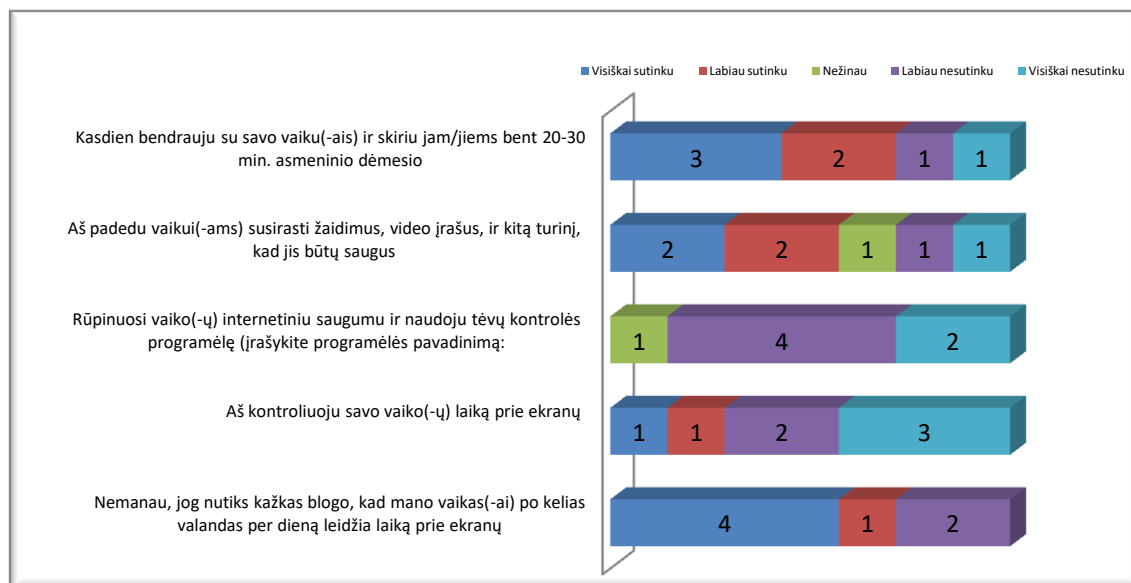


Diagrama Nr. 2

### Vaikų naudojimosi IT įpročiai



### Tėvų elgsena vaikams namuose naudojantis IT



#### 1.Kiek jūsų šeimai per mėnesį kainuoja ekranų išlaikymas: išmanieji telefonai, internetas, kompiuteriniai žaidimai ir kt.?



#### 2.Vaiko(-ų) amžius:



#### 3.Kiek laiko per dieną Jūsų vaikas naudojasi ekranais?



#### 4. Mano vaikui yra tipiški tokie negalavimai ar požymiai: (daug galimų variantų)

Galvos skausmas	2		12.5%
Pilvo skausmas ar kitos virškinimo problemos	1		6.3%
Sprando skausmas	0		0%
Netaisyklinga laikysena	1		6.3%
Nerimastingumas	2		12.5%
Hiperaktyvumas	1		6.3%
Prasta nuotaika, liūdesys	2		12.5%
Užsisklendimas savyje	2		12.5%
Miego stygius ir nuovargis	0		0%
Nusilpęs regėjimas	0		0%
Išsausėjusios ir dirglios akys	0		0%
Dėmesio sukauptimo ir išlaikymo sunkumai	3		18.8%
Kita: pykinimas	2		12.5%

#### 5. Pabuvęs prie ekranų mano vaikas dažniausiai: (daug galimų variantų)

Laikosi susitarimų ir nesipriešina ekranų laikui pasibaigus	2		11.8%
Labai sunkiai atsitraukia nuo ekranų	4		23.5%
Būna irzlus	2		11.8%
Stipriai pyksta	3		17.6%
Kartais elgiasi agresyviai (mėto daiktus, puola ką nors mušti ar pan.)	0		0%
Zyžia tol, kol gauna dar laiko prie ekranų	1		5.9%
Atsiriboja nuo kitų ir užsisklendžia savyje/ užsidaro savo kambaryje	1		5.9%
Nuėjęs nuo vieno ekrano eina prie kito ekrano	1		5.9%
Būna nuliūdęs ir nelaimingas	1		5.9%
Greitai susiranda kitą veiklą	2		11.8%

#### 6. Kokias socialines paslaugas šiuo metu gauna Jūsų šeima?

- Socialinio darbuotojo dėl vyro priklausomybės
- Šeimos asistentė, socialinė darbuotoja
- Atvejo vadyba, vaikų dienos centras, psichologinės sveikatos stiprinimas, maisto bankas
- Laikinoji priežiūra krizių centre dėl priklausomybės
- Buvusiai žmonai yra atvejo vadyba
- Šiuo metu gaunu psichologinę ir socialinę pagalbą šeimos centre
- Vaikų dienos centras ir psichologas

#### 7. Kokias socialines išmokas ar paramą šiuo metu gauna Jūsų šeima?

- Negaunu, tik bedarbio pašalpą
- Vaiko pinigai, vaiko neįgalumas, mano pašalpa, tikslinė pašalpa,
- Socialinė pašalpa, vaikų pinigai
- bedarbio pašalpa

- -
- -
- Vaiko neįgalumas

**8. Jūsų šeimos mėnesinės vidutinės pajamos (apytiksliai):**

- **Nedirbančių respondentų vidutinių mėnesinių pajamų vidurkis: 570 eurų.**
- **Dirbančių respondentų vidutinių mėnesinių pajamų vidurkis: 1500 eurų.**

**9. Jūsų amžius:**

- 41
- 40
- 40
- 38
- 33
- 47
- 42

Informantų amžiaus vidurkis: **40,1 metų.**