

*Вне тематики номера
Outside of the theme rooms*

**ПСИХОЛОГИЯ РАЗВИТИЯ
DEVELOPMENTAL PSYCHOLOGY**

Взаимодействие детей с цифровыми устройствами: обзор исследований и рекомендаций

Смирнова С.Ю.

*Московский государственный психолого-педагогический университет (ФГБОУ ВО МГППУ),
г. Москва, Российская Федерация
ORCID: <https://orcid.org/0000-0002-8579-4908>, e-mail: smirnovasy@mgppu.ru*

Клопотова Е.Е.

*Московский государственный психолого-педагогический университет (ФГБОУ ВО МГППУ),
г. Москва, Российская Федерация
ORCID: <https://orcid.org/0000-0002-1975-318X>, e-mail: klopotovae@mgppu.ru*

В статье представлен обзор современных исследований и рекомендаций по организации взаимодействия детей с цифровыми устройствами. Проблемы, связанные с ролью родителей как посредников между детьми и цифровыми устройствами, привели к целому ряду исследований родительских стратегий и вытекающих из них исследований регулирования экранного времени, вопросов цифрового воспитания, влияния на поведение детей в процессе взаимодействия с цифровым контентом. Основные результаты этих исследований положены в основу рекомендаций национальных организаций, ответственных за здоровье и развитие детей. В представленных рекомендациях подчеркивается ограниченный потенциал цифровых технологий для развития детей раннего возраста (до двух лет) и опасность перераспределения свободного времени детей в пользу взаимодействия с гаджетами по сравнению с другими видами деятельности, важность родителей как посредников в использовании технологий детьми и необходимость разработки семейных правил использования цифровых устройств. На основании полученных данных делается вывод о том, что в связи с интенсивным развитием цифровых технологий и быстро меняющейся ситуацией доступа детей к ним сегодня, в первую очередь, происходит процесс накопления эмпирических данных и выявления наиболее эффективных форм и способов организации взаимодействия детей раннего и дошкольного возраста с цифровыми устройствами.

Ключевые слова: цифровые устройства, цифровые технологии, рекомендации для родителей, ранний и дошкольный возраст, дети, родительские посреднические стратегии, экранное время.

Для цитаты: Смирнова С.Ю., Клопотова Е.Е. Взаимодействие детей с цифровыми устройствами: обзор исследований и рекомендаций [Электронный ресурс] // Современная зарубежная психология. 2023. Том 12. № 4. С. 91—100. DOI: <https://doi.org/10.17759/jmfp.2023120408>

Children's Interaction with Digital Devices: an Overview of Research and Recommendations

Svetlana Yu. Smirnova

*Moscow State University of Psychology & Education, Moscow, Russia
ORCID: <https://orcid.org/0000-0002-8579-4908>, e-mail: smirnovasy@mgppu.ru*

Ekaterina E. Klopotova

*Moscow State University of Psychology & Education, Moscow, Russia
ORCID: <https://orcid.org/0000-0002-1975-318X>, e-mail: klopotovae@mgppu.ru*

The article presents an overview of current research and recommendations on the organization of children's interaction with digital devices. The problems associated with the role of parents as intermediaries between children

and digital devices have led to a number of studies of parental strategies and, resulting from them, studies of the regulation of screen time, issues of digital education, the impact on children's behavior in the process of interacting with digital content. The main results of these studies are the basis for the recommendations of national organizations responsible for the health and development of children. The presented recommendations emphasize the limited potential of digital technologies for the development of young children (up to two years old) and the danger of redistributing children's free time in favor of interacting with gadgets compared to other activities, the importance of parents as intermediaries in the use of technology by children and the need to develop family rules for the use of digital devices. Based on the data obtained, it is concluded that due to the intensive development of digital technologies and the rapidly changing situation of children's access to them, today, first of all, there is a process of accumulation of empirical data and identification of the most effective forms and ways of organizing the interaction of children of early and preschool age with digital devices.

Keywords: digital devices, digital technologies, recommendations for parents, early and preschool age, children, parental mediation strategies, screen time.

For citation: Smirnova S.Yu., Klopotova E.E. Children's Interaction with Digital Devices: an Overview of Research and Recommendations. *Sovremennaya zarubezhnaya psikhologiya = Journal of Modern Foreign Psychology*, 2023. Vol. 12, no. 4, pp. 91—100. DOI: <https://doi.org/10.17759/jmfp.2023120408> (In Russ.).

Введение

Современные дети растут в цифровом обществе и цифровые устройства — неотъемлемая составляющая их жизни. Уже в раннем и дошкольном возрасте они активно используют сенсорные устройства, игрушки, подключенные к Интернету, голосовые помощники [13]. Цифровые технологии дают им возможность учиться, общаться, играть, но также являются источником дезинформации, злоупотреблений, беспокойства и напряженности. Для взрослых эта ситуация стала вызовом, требующим принятия решений: они понимают, что, с одной стороны, цифровизация открывает большие возможности, которые могут быть использованы для обучения, развития и воспитания детей, с другой стороны, именно в отношении детей существуют риски, часто еще не выявленные.

Цифровые устройства рассматриваются в качестве культурного средства [4], а между культурным средством и ребенком всегда находится взрослый. Его задача, как «культурного взрослого», сделать так, чтобы ребенок максимально эффективно мог использовать возможности цифровых устройств, и оградить его от возможных опасностей [37]. Но развитие цифровых технологий происходит настолько стремительно, что взрослые не успевают сформировать какую-либо обоснованную позицию, выбрать эффективные стратегии и придерживаться их. Они часто сталкиваются с неоднозначной информацией о том, что в большей степени отвечает интересам маленьких детей в цифровом обществе [32]. Результаты проводимых исследований говорят о том, что большинство родителей дошкольников испытывают трудности в организации взаимодействия детей с различными видами цифрового контента и нуждаются в информации, которая могла бы помочь им в этом вопросе [3; 12]. В сложившейся ситуации они вынуждены принимать решения относительно использования детьми цифровых устройств, выбора контента во многом интуитив-

но, опираясь на доступный им опыт, часто ведя себя непоследовательно [3].

Исследования организации взаимодействия детей с цифровыми устройствами

Проблемы, связанные с ролью родителей как посредников между детьми и цифровыми устройствами, привели к целому ряду исследований родительских стратегий [7; 11; 21; 30] и вытекающих из них исследований регулирования экранного времени [12; 17; 19; 23], контроля над контентом [8; 24], вопросов цифрового воспитания [18; 22] и влияния на поведение детей в процессе взаимодействия с цифровым контентом [17; 36].

Виды родительского посредничества в дошкольном возрасте

Исследования роли родителей в организации взаимодействия детей с цифровыми устройствами [29] привели к появлению такого термина, как «родительское посредничество». Как правило, под родительским посредничеством понимается «набор стратегий, которые родители используют для максимизации выгод и минимизации рисков, которые могут спровоцировать современные цифровые медиа» [5].

В настоящее время определены различные классификации родительского посредничества (медиации), в зависимости от роли (позиции) родителя в организации взаимодействия детей с цифровыми устройствами; с появлением новых результатов исследований они уточняются [11].

Так, в рамках исследования, проведенного в 2016 г. по проекту EU Kids Online и Global Kids Online, были выделены следующие категории родительского посредничества: активное посредничество; ограничи-

тельное посредничество с правилами, ограничивающими время в Интернете, регулирующими контент; технические ограничения с помощью инструментов родительского контроля и мониторинга действий детей в Интернете [28].

В рамках того же проекта в исследовании 2020 г. концепция активного посредничества переосмысливается и заменяется концепцией поддерживающего посредничества, способствующего общению с детьми и их поддержке, демонстрирующего способы безопасного использования цифровых технологий [21].

Родительское посредничество в процессе использовании цифровых медиа имеет решающее значение для дошкольного детства [11], так как в этот период развитие определяется, в первую очередь, практическим опытом, который получает ребенок. В обзоре зарубежных исследований Денисенкова Н.С., Тарунтаев П.И. выделяют следующие основные стратегии медиации: ограничительная стратегия, активная стратегия, стратегия совместного использования, стратегия супервизии [2]. Пиотровски (Piotrowski J. T.) было установлено, что активные и ограничительные родительские стратегии посредничества широко используются в возрасте 3—8 лет [30]. Эти данные подтвердились и в исследовании Бейнс и др. (Beuens et. al), где, на основании анализа траектории родительского посредничества на протяжении всего детства, было показано, что усилия родителей в качестве посредников между детьми и цифровыми технологиями наиболее высоки в дошкольном детстве, достигая пика примерно в возрасте 8 лет, и впоследствии снижаются [7].

Семейные правила использования цифровых устройств

Исследования стратегий родительского посредничества показали важность воспитательных действий, направленных на разумный контроль и помощь по сравнению с неэффективным и контрпродуктивным ограничительным посредничеством [21; 30]. На основании этих данных были проведены исследования семейных правил использования цифровых устройств и их эффективности.

Эти исследования позволили выявить, что семейные правила — правила использования детьми цифровых устройств, которые регламентируют, что ребенок может смотреть, во что играть, сколько времени, в каких местах и ситуациях и др., — существуют во многих семьях. По данным многих исследований [18; 22; 33], обычно правила в семьях складываются стихийно, в ответ на проблемные ситуации. Исследование Чаудрон и др. (Chaudron et al.), проведенное в 2015 г. в Бельгии, Чехии, Финляндии, Германии, Италии, России и Соединенном Королевстве, показало, что правила относительно времени, проводимого детьми с цифровыми устройствами, распространены во всех этих странах. Во многих семьях это время ограничено

либо определенным периодом в течение дня (например, до или после ужина), либо определенной продолжительностью времени (одни час, полчаса), которое ребенок может использовать по своему усмотрению. Часто доступ к устройствам используется в качестве награды или наказания. Разные правила существуют внутри семьи для детей разного возраста, со старшими правила часто являются предметом переговоров. Правила использования цифровых устройств могут быть разными дома и в гостях. Бабушки и дедушки, как правило, более снисходительны в отношении использования детьми цифровых устройств, чем родители. Разведенные родители достаточно часто устанавливают разные правила использования одних и тех же цифровых устройств [33].

Проведенные в последние годы исследования позволили выявить особенности правил организации взаимодействия детей с цифровыми устройствами, направленных на максимальное использование возможностей и минимизацию рисков [18; 22]. Так Лимоне, Симоне (Limone & Simone) говорят о том, что для детей должны быть сформулированы четкие и не подлежащие обсуждению правила пользования цифровыми устройствами, которые действуют везде, где у ребенка есть доступ к такого рода устройствам (дом, дом бабушки и дедушки и т. д.). Соблюдение правил позволяет удерживать режимные моменты, не пренебрегать другими видами деятельности в свободное время, а также предотвращает возможное ежедневное «запойное» использование гаджетов [22].

Коран и др. (Koran et al.) отмечают, что помимо организации взаимодействия правила должны затрагивать и содержание контента, описывать тип контента, к которому ребенок может получать доступ. Контент должен соответствовать возрасту ребенка, быть качественным и проверенным самими родителями [18].

Основная задача правил использования детьми контента и цифровых устройств состоит в том, чтобы дать им информацию о безопасности при использовании цифровых устройств. Для этого в процессе создания и соблюдения правил взрослые члены семьи должны помочь детям приобрести навыки цифровой грамотности и безопасного цифрового поведения, а не занимать сугубо запретительную позицию в отношении использования цифровых устройств. Важно создавать условия для развития у детей навыков самоконтроля во время использования гаджетов. В ряде исследований подчеркивается, что для эффективного внедрения семейных правил использования цифровых устройств родителям и другим членам семьи следует самим регулировать свое цифровое поведение и быть положительным примером для детей [18].

Проведенные в последние годы исследования, говорят о неоднозначной роли очень популярных среди родителей программ «Родительский контроль», которые должны помогать отслеживать использование Интернета детьми. Эти программы предлагают множество функций, в том числе позволяют блокировать

определенный контент и устанавливать допустимый лимит времени использования. С одной стороны, это является достаточно простым способом, позволяющим обезопасить ребенка от нежелательного содержания и злоупотребления гаджетами, но, с другой стороны, такие методы ведут к тому, что, находясь все время под внешним контролем, дети не учатся сами выявлять небезопасные приложения, контент, регулировать время, затрачиваемое на цифровые устройства. Соответственно, дети не учатся осознанному избеганию рисков, не приобретают навыки цифровой грамотности [6].

Многие исследователи семейных правил использования цифровых устройств подчеркивают, что родителям необходимо привлекать детей к процессу их формулирования и объяснять причины появления тех или иных правил [18; 22].

Экранное время

Именно ограничение времени, проводимого детьми с гаджетами, в большинстве исследований выделяется в качестве основной проблемы, которую пытаются решить взрослые, организовывая взаимодействие детей с цифровыми устройствами. Экранное время — это время, затрачиваемое ребенком или взрослым на использование устройств с экраном (телевизор, планшет, компьютер, смартфон, ноутбук, настольный компьютер и др.). И именно его продолжительность, в первую очередь, вызывает озабоченность у родителей [17]. Ограничение экранного времени является наиболее распространенной родительской стратегией регулирования взаимодействия детей с цифровыми устройствами.

Но последние исследования показывают, что риски, связанные с вредным влиянием экранного времени оправданы только относительно детей, у которых очень высокий уровень просмотра видеоконтента. В большинстве же случаев попытки контролировать экранное время детей могут быть контрпродуктивными, так как в подавляющем большинстве случаев приводят к конфликту [12; 19; 23].

Влияние на поведение детей

Проводимые исследования позволили выявить влияние цифровых технологий на поведение детей [16; 17; 31; 36]. Причем это влияние в зависимости от разных факторов может быть как отрицательным, так и положительным.

Довольно часто в исследованиях отмечается наличие у детей чрезмерного влечения к использованию цифровых технологий [16] в ущерб другим деятельности и обязанностям. Это связано с тем, что разработчики цифровых игр и приложений стремятся создать максимально привлекательный контент, который

может включать в себя систему вознаграждений. Когда дети играют в игры со встроенными наградами, они могут испытывать те же нейронные реакции, что и взрослые, которые играют в азартные игры [17]. В таких ситуациях дети испытывают сильный положительный аффект в случае выигрыша и обиду, разочарование или даже раздражение, агрессию в случае неудачи. Увлекаясь игрой, ребенок не осознает, что устал и не может отложить гаджет и заняться чем-то другим. Часто ребенок, проводя долгое время с цифровыми устройствами, устает, начинает капризничать. В этих ситуациях родители пытаются переключить ребенка на другие действия, но сталкиваются с истериками, отказом и нежеланием участвовать в других занятиях. Это вызывающее поведение ребенка связывают с влиянием цифровых технологий на нервную систему, появлением зависимости. В таких ситуациях очень важны грамотное использование взрослыми стратегий управления временем использования цифровых устройств и эмоциональная поддержка [36].

Часто взрослые сами используют цифровые технологии, чтобы отвлечь детей от каких-то переживаний. Несмотря на то, что это может быть полезной стратегией в определенных ситуациях (в кабинете врача, в транспорте и др.), систематическое отвлечение ребенка от переживаемых эмоций, в том числе и негативных, лишает его возможности полноценного опыта проживания собственных чувств. Детям более полезна поддержка со стороны взрослых, чтобы справиться со своими чувствами, чем переключение внимания на гаджеты [31].

В то же время физическая активность ребенка, к которой он побуждается с помощью технологий (танцы, подвижные игры и др.) положительно влияет на эмоциональный фон и позволяет создать хорошее настроение [25].

Исследования, посвященные семейным правилам использования цифровых устройств, говорят о том, что наличие временных рамок для использования технологий детьми, информирование их о том, сколько времени осталось для использования гаджетов, помощь в планировании того, когда они смогут вернуться к интересному цифровому занятию, помогает детям научиться самостоятельно регулировать использование цифровых технологий и избегать негативных эмоций, связанных с ограничениями и злоупотреблением гаджетами.

Рекомендации от национальных организаций здравоохранения

Осознание значимости проблемы взаимодействия современных детей с цифровыми устройствами привело к тому, что в рамках национальных организаций, ответственных за здоровье и развитие детей, появились рекомендации по данному вопросу. Прежде всего они адресованы родителям. В их основу положены возрастные закономерности физического и психического раз-

вития детей и результаты имеющихся исследований. Анализ этих рекомендаций позволяет выявить общие тенденции в стратегиях взаимодействия детей с цифровыми устройствами.

Большинство национальных организаций, таких как Всемирная организация здравоохранения (World Health Organization), Канадское педиатрическое общество (Canadian Paediatric Society), Австралийский департамент здоровья (Australian Government: Department of Health), Совет по здравоохранению Шотландии (NHS) не рекомендуют использовать «экраны» детям младше двух лет. Утверждая, что такие маленькие дети получают гораздо больше пользы с точки зрения развития, когда они «проводят свое «сидячее время» (время, которое они не тратят на движение), слушая чтение или взаимодействуя с другими детьми» [9; 14; 34; 35]. По сравнению с другими упомянутыми организациями, все три французские академии — Французская Национальная Медицинская академия (Académie nationale de médecine), Академия наук (Académie des sciences), Академия технологий (Académie des technologies) — в своих рекомендациях занимают более строгую позицию. Они предлагают полностью избегать использования технологий детьми в возрасте до трех лет [20].

Американская академия педиатрии (AAP) допускает исключения для детей в возрасте от 15 до 24 месяцев, в случае если используется качественный контент для данной возрастной категории, и родители активно комментируют происходящее на экране, чтобы содержание было максимально понятно ребенку. С точки зрения AAP, видеозвонки с близкими родственниками не попадают под ограничения для использования детьми любых возрастов, так как это может способствовать их вербальному и социально-эмоциональному развитию [27].

Согласно остальным проанализированным рекомендациям, детям в возрасте от двух до четырех лет рекомендуется проводить перед экраном не более 60 минут в день. Должен использоваться качественный контент, направленный на обучение детей; персонажи и социальное взаимодействие должны носить положительный характер, так как дети склонны подражать тому, что они видят [9; 14; 27; 34; 35].

Дети не должны использовать экраны самостоятельно без присмотра, во время еды и за 60 минут до сна, чтобы синий свет не мог негативно повлиять на продолжительность и качество сна. Имеются убедительные доказательства того, что наличие цифровых экранов в спальнях помещений связано с ухудшением качества и сокращением продолжительности сна у маленьких детей. Телевизор и другие устройства следует выключить, если ими никто активно не пользуется. Использование гаджетов и медиаконтента не должны служить средством успокоения ребенка, так как это может иметь негативные последствия для развития социально-эмоциональных навыков [27]. Результаты исследований, положенные в основу рекомендаций, показывают, что контент, содержащий насилие, кон-

фронтацию или иным образом возбуждающий детей, оказывает негативное влияние на качество и количество сна [10]. Использование интерактивных цифровых технологий (таких как игры или приложения) непосредственно перед сном может нарушить сон детей в большей степени, чем просмотр видео [15].

В своих рекомендациях Американская академия педиатрии (AAP) неоднократно подчеркивает важность реальной практической деятельности для детей, активного физического изучения окружающей среды и социального взаимодействия с родителями и сверстниками без медиаконтента и цифровых технологий. Было показано, что эти виды деятельности способствуют здоровому развитию когнитивных, речевых, двигательных и социально-эмоциональных навыков у детей [27].

Австралийский департамент здоровья (Australian Government: Department of Health) в рекомендациях указывает, что время, проведенное перед экраном, всегда должно быть сбалансировано дополнительной физической активностью. Экранное время детей от двух лет и старше должно составлять не более одного часа в день. Малыши и дети дошкольного возраста должны ежедневно тратить не менее 180 минут в день на физическую активность — прыжки, подкакивание, танцы, погоню, плавание, катание на велосипеде. Создание условий, побуждающих детей вести менее «сидячий» образ жизни и быть более активными помогает выработать привычки, способствующие укреплению здоровья на протяжении всей жизни [9].

Национальные организации, ответственные за сохранение здоровья населения, призывают родителей обучать детей саморегуляции, последовательно следовать установленным правилам и не использовать экраны при взаимодействии с ребенком [9; 14; 27; 34; 35].

В 2020 г. в России опубликованы «Гигиенические нормативы и специальные требования к устройству, содержанию и режимам работы в условиях цифровой образовательной среды в сфере общего образования». Данный документ устанавливает гигиенические нормативы и специальные требования к цифровой образовательной среде школы и онлайн-обучению детей в домашних условиях. Гигиенические нормативы времени, которое дети могут провести с гаджетами в школе и дома, опираются на результаты научных исследований Отделений медицинских наук РАН. В соответствии с данным руководством детям до 5 лет не рекомендуется использовать цифровые устройства для учебы и развлечения [1].

Представленные материалы, предложенные различными зарубежными организациями, совпадают по основным пунктам. Все они отмечают ограниченный потенциал технологий для развития детей младшего возраста (до двух лет) по сравнению с другими видами деятельности, все подчеркивают важность родителей как активных регуляторов и посредников использования технологий детьми и рекомендуют разрабатывать план использования семейных технологий. Представленные российские рекомендации регламен-

тируют использование цифровых устройств в школе, не рекомендуя их использование детьми раннего и дошкольного возраста до 5 лет.

Выводы

Проблемы, связанные с ролью родителей как посредников между детьми и цифровыми устройствами, вызвали ряд исследований, посвященных родительским стратегиям, в том числе вопросам регулирования экранного времени, цифрового воспитания, влияния на поведение детей в процессе взаимодействия с цифровым контентом. Основные результаты этих исследований положены в основу рекомендаций национальных организаций, ответственных за здоровье и развитие детей. В представленных рекомендациях подчеркивается ограниченный потенциал цифровых технологий для развития детей раннего возраста (до двух лет) и опасность перераспределения свободного времени детей в пользу взаимодействия с гаджетами по сравнению с другими видами деятельности, важность родителей как посредников в использовании технологий детьми и необходимость разработки семейных правил использования цифровых устройств.

Заключение

Взаимодействие детей с цифровыми устройствами — один из основных вопросов современного воспитания. К нему приковано внимание в научных исследованиях, в практике образования и воспитания, на уровне организаций, ответственных за здоровье и развитие детей.

Сегодня можно говорить о том, что появляется все больше эмпирических данных, позволяющих выявлять способы и стратегии организации взаимодействия детей с цифровыми устройствами таким образом, чтобы использовать их развивающий и образовательный потенциал и минимизировать риски для развития. Но нет механизма переноса этих данных в практику образования и воспитания. Родители и педагоги все еще мало информированы в данном вопросе, нет инструмента, который ориентирует их в организации взаимодействия детей с цифровыми технологиями. Связано это, в первую очередь, со стремительными изменениями, происходящими в сфере цифровых тех-

нологий, которые не дают времени для того, чтобы полученные научные данные использовать в практической деятельности. Наиболее принципиальные моменты относительно взаимодействия детей с цифровыми технологиями зафиксированы в рекомендациях национальных организаций, ответственных за здоровье населения. Но они имеют общий характер и опираются, прежде всего, на возрастные особенности детей, и не учитывают специфику складывающейся ситуации.

В рамках существующих рекомендаций все больше делается акцент на включении детей в цифровой контекст как некоторую среду, в которой им нужно научиться существовать, и это возможно только вместе со взрослым, при его непосредственном включении в процесс. Исследователи пришли к выводу о том, что образовательные возможности цифровой среды могут быть расширены, когда дети используют или просматривают контент, соответствующий их возрасту и учитывающий особенности развития, в сопровождении взрослых, которые помогают его понять [8; 24].

Ряд авторов считают, что необходимые ориентиры для семей — это не стабильные или объективные системы, а широкие и изменяющиеся рекомендации, которые зависят от ситуационного контекста. В семейном цифровом посредничестве должен учитываться актуальный контекст, это динамический процесс, в который включены и дети, и взрослые. А ответы на возникающие вопросы родителям и педагогам нужно искать сегодня, по всей видимости, в научных исследованиях [26].

Ограничения и рекомендации

Анализ исследований позволил сделать вывод о том, что в связи с интенсивным развитием цифровых технологий и быстро меняющейся ситуацией, связанной с возможностями доступа к ним детей, сегодня происходит процесс накопления эмпирических данных, которые позволили бы сформировать представление о происходящих изменениях. В рамках большого объема разрозненных эмпирических исследований часто появляются противоречивые данные относительно позиций в отношении наиболее эффективных форм, способов организации взаимодействия детей раннего и дошкольного возраста с цифровыми устройствами. В этом контексте важной задачей становятся систематизация и обобщение эмпирических данных.

Литература

1. Гигиенические нормативы и специальные требования к устройству, содержанию и режимам работы в условиях цифровой образовательной среды в сфере общего образования [Электронный ресурс] / В.Р. Кучма, А.С. Седова, М.И. Степанова [и др.]. М.: НМИЦ здоровья детей Минздрава России, 2020. 20 с. URL: https://mosmetod.ru/files/Doshkolniki/ZOS_21.07.2020.pdf (дата обращения: 09.11.2023).
2. Денисенкова Н.С., Тарунтаев П.И. Роль взрослого в использовании ребенком цифровых устройств // Современная зарубежная психология. 2022. Том 11. № 2. С. 59—67. DOI:10.17759/jmfp.2022110205

3. Доступность цифровых устройств детям дошкольного возраста: различия в родительских позициях / Е.Е. Клопотова, С.Ю. Смирнова, О.В. Рубцова, М.Г. Сорокова // Консультативная психология и психотерапия. 2022. Том 30. № 2. С. 109—125. DOI:10.17759/cpp.2022300207
4. Рубцова О.В. Цифровые технологии как новое средство опосредования (Часть первая) // Культурно-историческая психология. 2019. Том 15. № 3. С. 117—124. DOI:10.17759/chp.2019150312
5. Смирнова Е.О., Смирнова С.Ю., Шеина Е.Г. Родительские стратегии в использовании детьми цифровых технологий // Современная зарубежная психология. 2019. Том 8. № 4. С. 79—87. DOI:10.17759/jmfp.2019080408
6. Benedetto L., Ingrassia M. Digital parenting: Raising and protecting children in media world // Parenting: Studies by an Ecocultural and Transactional Perspective / Eds. L. Benedetto, M. Ingrassia. Norderstedt: BoD — Books on Demand, 2021. P. 127—144. DOI:10.5772/intechopen.92579
7. Beyens I., Valkenburg P., Piotrowski J. Developmental Trajectories of Parental Mediation across Early and Middle Childhood // Human Communication Research. 2019. Vol. 45. № 2. P. 226—250. DOI:10.1093/hcr/hgy016
8. Colvert A. The Kaleidoscope of Play in a Digital World: A Literature Review [Электронный ресурс]. [London]: 5Rights Foundation, 2021. 69 p. // Digital Futures Commission: Information in the interests of children and young people. URL: <https://digitalfuturescommission.org.uk/wp-content/uploads/2021/06/DFC-Digital-Play-Literature-Review.pdf> (дата обращения: 09.11.2023).
9. For infants, toddlers and preschoolers (birth to 5 years) [Электронный ресурс] // Physical activity and exercise guidelines for all Australians / Australian Government: Department of Health. Canberra, 2021. URL: https://www.health.gov.au/topics/physical-activity-and-exercise/physical-activity-and-exercise-guidelines-for-all-australians/for-infants-toddlers-and-preschoolers-birth-to-5-years?utm_source=health.gov.au&utm_medium=callout-auto-custom&utm_campaign=digital_transformation (дата обращения: 15.11.2023).
10. Garrison M., Christakis D. The impact of a healthy media use intervention on sleep in preschool children // Pediatric. 2012. Vol. 130. № 3. P. 492—499. DOI:10.1542/peds.2011-3153
11. Gözüm A. C., Kandır A. Developing a parental mediation scale of digital games for children [Электронный ресурс] // International Journal of Curriculum and Instruction. 2020. Vol. 12. № 2. P. 336—358. URL: <https://ijci.globets.org/index.php/IJCI/article/view/420/196> (дата обращения: 03.11.2023).
12. Grané M. Mediación digital parental. ¿Es necesaria una educación digital en la primera infancia? // Edutec: Revista Electrónica De Tecnología Educativa. 2021. Vol. 76. P. 7—21. DOI:10.21556/edutec.2021.76.2037
13. Gray C., Palaologou I. Early Learning in the Digital Age. London: Sage Publications Ltd, 2019. 248 p.
14. Guidelines on physical activity, sedentary behaviour, and sleep for children under 5 years of age [Электронный ресурс] / World Health Organization. Geneva: World Health Organization, 2019. 36 p. URL: <http://www.ncbi.nlm.nih.gov/books/NBK541170/> (дата обращения: 09.11.2023).
15. Hale L., Guan S. Screen time and sleep among school-aged children and adolescents: A systematic literature review // Sleep Medicine Reviews. 2015. Vol. 21. P. 50—58. DOI:10.1016/j.smrv.2014.07.007
16. Internet gaming disorder in children and adolescents / D.A. Gentile, K. Bailey, D. Bavelier [et al.] // Pediatrics. 2017. Vol. 140. Suppl. 2. P. S81—S85. DOI:10.1542/peds.2016-1758H
17. Konca A. Digital Technology Usage of Young Children: Screen Time and Families // Early Childhood Education Journal. 2022. Vol. 50. № 7. P. 1097—1108. DOI:10.1007/s10643-021-01245-7
18. Koran N., Berkmen B., Adalier A. Mobile technology usage in early childhood: PreCOVID-19 and the national lockdown period in North Cyprus // Education and Information Technologies. 2022. Vol. 27. P. 321—346. DOI:10.1007/s10639-021-10658-1
19. Kumpulainen K., Sairanen H., Nordström A. Young children's digital literacy practices in the sociocultural contexts of their homes // Journal of Early Childhood Literacy. 2020. Vol. 20. № 3. P. 472—499. DOI:10.1177/1468798420925116
20. L'enfant, l'adolescent, la famille et les écrans. Appel a une vigilance raisonnée sur les technologies numériques: Rapport 19-04 / J. Adès, Y. Agid, J.-F. Bach [et al.] // Bulletin de l'Académie Nationale de Médecine. 2019. Vol. 203. № 6. P. 381—393. DOI:10.1016/j.banm.2019.06.004
21. Las madres y los padres en la convergencia mediática: competencias, mediación, oportunidades y riesgos online / M. Garmendia, G. Martínez, N. Larrañaga, E. Jiménez, I. Karrera, M.A. Casado, C. Garitaonandia. Bilbao: Universidad del País Vasco (UPV/EHU), 2020. 91 p.
22. Limone P., Simone M. Childhood, Education and Digital Media Mediation Strategies // International Journal of Education. 2020. Vol. 12. № 2. P. 86—94. DOI:10.5296/ije.v12i2.17302
23. Livingstone S., Blum-Ross A. Parenting for a digital future: How hopes and fears about technology shape children's lives. Oxford: Oxford University Press, 2020. 274 p. DOI:10.1093/oso/9780190874698.001.0001
24. Livingstone S., Pothong K. Beyond screen time: rethinking children's play in a digital world // Journal of Health Visiting. 2022. Vol. 10. № 1. P. 32—38. DOI:10.12968/johv.2022.10.1.32
25. Ludwig K., Rauch W.A. Associations between physical activity, positive affect, and self-regulation during preschoolers' everyday lives // Mental Health and Physical Activity. 2018. Vol. 15. P. 63—70. DOI:10.1016/j.mhpa.2018.07.002

26. Mazmanian M., Lanette S. “Okay, One More Episode”: An Ethnography of Parenting in the Digital Age // *CSCW 17: Proceedings of the 2017 ACM Conference on Computer Supported Cooperative Work and Social Computing: Portland Oregon, 25 February—1 March 2017* / Eds. C.P. Lee, S. Poltrock. New York: Association for Computing Machinery, 2017. P. 2273—2286. DOI:10.1145/2998181.2998218
27. Media and Young Minds. Council on Communications and Media / American Academy of Pediatrics // *Pediatrics*. 2016. Vol. 138. № 5. Article ID e20162591. P. 2016—2591. DOI:10.1542/peds.2016-2591
28. Net Children Go Mobile: Riesgos y oportunidades en internet y el uso de dispositivos móviles entre menores españoles (2010—2015) [Электронный ресурс] / M. Garmendia, E. Jiménez, M.A. Casado, G. Mascheroni. Madrid, 2016. 111 p. // *NetChildrenGoMobile.eu*. URL: <https://netchildrengomobile.eu/ncgm/wp-content/uploads/2013/07/Net-Children-Go-Mobile-Spain.pdf> (дата обращения: 09.11.2023).
29. Nikken P., Haan J. Guiding young children’s internet use at home: Problems that parents experience in their parental mediation and the need for parenting support // *Cyberpsychology: Journal of Psychosocial Research on Cyberspace*. 2015. Vol. 9. № 1. Article 3. 14 p. DOI:10.5817/CP2015-1-3
30. Piotrowski J.T. The Parental Media Mediation Context of Young Children’s Media Use // *Media Exposure During Infancy and Early Childhood: the Effects of Content and Context on Learning and Development* / Eds. R. Barr, D. Linebarger. New York: Springer International Publishing, 2017. P. 205—219. DOI:10.1007/978-3-319-45102-2_13
31. Radesky J.S., Schumacher J., Zuckerman B. Mobile and interactive media use by young children: The good, the bad, and the unknown // *Pediatrics*. 2015. Vol. 135. № 1. P. 1—3. DOI:10.1542/ped.2014-2251
32. Rationale, Design and Methods Protocol for Participatory Design of an Online Tool to Support Industry Service Provision Regarding Digital Technology Use ‘with, by and for’ Young Children / S. Edwards, A. Nolan, M. Henderson, S. Grieshaber, K. Highfield, A. Salamon, H. Skouteris, L. Straker // *International Journal of Environmental Research and Public Health*. 2020. Vol. 17. № 23. Article ID 8819. 12 p. DOI:10.3390/ijerph17238819
33. Rules of Engagement: Family Rules on Young Children’s Access to and Use of Technologies / S. Chaudron, J. Marsh, V.D. Navarette [et al.] // *Digital Childhoods Technologies and Children’s Everyday Lives* / Eds. S.J. Danby, M. Fleer, C. Davidson, M. Hatzigianni. Luxembourg: Springer, 2018. Vol. 22. P. 131—145. DOI:10.1007/978-981-10-6484-5_9
34. Screen time and young children: Promoting health and development in a digital world / Canadian Paediatric Society, Digital Health Task Force // *Paediatrics & Child Health*. 2017. Vol. 22. № 8. P. 461—468. DOI:10.1093/pch/pxx123
35. Screen Time Leaflet [Электронный ресурс] // NHS Greater Glasgow and Clyde. 2020. URL: <https://www.nhsgg.org.uk/kids/resources/slt-activityinformation-sheets/screen-time-leaflet/> (дата обращения: 09.11.2023).
36. Screen time tantrums: How families manage screen media experiences for toddlers and preschoolers / A. Hiniker, H. Suh, S. Cao, J. Kientz // *Proceedings of the 2016 CHI Conference on Human Factors in Computing Systems (San Jose, May 2016)* / Eds. J. Kaye, A. Druin. New York: Association for Computing Machinery, 2016. P. 648—660. DOI:10.1145/2858036.2858278
37. Young children’s initiation into family literacy practices in the digital age / J. Marsh, P. Hannon, M. Lewis, L. Ritchie // *Journal of Early Childhood Research*. 2017. Vol. 15. P. 47—60. DOI:10.1177/1476718X15582095

References

1. Kuchma V.R., Sedova A.S., Stepanova M.I. et al. Gигиенические нормативы и специальные требования к устройству, содержанию и режимам работы в условиях цифровой образовательной среды в сфере общего образования [Hygienic standards and special requirements for the structure, content and operating modes in the digital educational environment in the field of general education] [Elektronnyi resurs]. Moscow: NMITs Zdorov’ya detei Minzdrava Rossii, 2020. 20 p. URL: https://mosmetod.ru/files/Doshkolniki/ZOS_21.07.2020.pdf (Accessed 09.11.2023). (In Russ.).
2. Denisenkova N.S., Taruntaev P.I. Rol’ vroslogo v ispol’zovanii rebenkom tsifrovyykh ustroystv [The role of an adult in a child’s digital use]. *Sovremennaya zarubezhnaya psikhologiya = Journal of Modern Foreign Psychology*, 2022. Vol. 11, no 2, pp. 59—67. DOI:10.17759/jmfp.2022110205 (In Russ.).
3. Klopotova E.E., Smirnova S.Y., Rubtsova O.V., Sorokova M.G. Dostupnost’ tsifrovyykh ustroystv detyam doshkol’nogo vozrasta: razlichiya v roditel’skikh pozitsiyakh [Accessibility of Digital Devices to Preschool Children: Differences in Parents’ Positions]. *Konsul’tativnaya psikhologiya i psikhoterapiya = Counseling Psychology and Psychotherapy*, 2022. Vol. 30, no 2, pp. 109—125. DOI:10.17759/cpp.2022300207 (In Russ.).
4. Rubtsova O.V. Tsifrovye tekhnologii kak novoe sredstvo oposredovaniya (Chast’ pervaya) [Digital Media as a New Means of Mediation (Part One)]. *Kul’turno-istoricheskaya psikhologiya = Cultural-Historical Psychology*, 2019. Vol. 15, no 3, pp. 117—124. DOI:10.17759/chp.2019150312 (In Russ.).
5. Smirnova E.O., Smirnova S.Y., Sheina E.G. Roditel’skie strategii v ispol’zovanii det’mi tsifrovyykh tekhnologii [Parents’ attitude to use of digital technology by young children]. *Sovremennaya zarubezhnaya psikhologiya = Journal of Modern Foreign Psychology*, 2019. Vol. 8, no 4, pp. 79—87. DOI:10.17759/jmfp.2019080408 (In Russ.).
6. Benedetto L., Ingrassia M. Digital parenting: Raising and protecting children in media world. In Benedetto L., Ingrassia M. (eds.), *Parenting: Studies by an Ecocultural and Transactional Perspective*. Norderstedt: BoD — Books on Demand, 2021, pp. 127—144. DOI:10.5772/intechopen.92579

7. Beyens I., Valkenburg P., Piotrowski J. Developmental Trajectories of Parental Mediation across Early and Middle Childhood. *Human Communication Research*, 2019. Vol. 45, no 2, pp. 226—250. DOI:10.1093/hcr/hgy016
8. Colvert A. The Kaleidoscope of Play in a Digital World: A Literature Review [Elektronnyi resurs]. [London]: 5Rights Foundation, 2021. 69 p. *Digital Futures Commission: Information in the interests of children and young people*. URL: <https://digitalfuturescommission.org.uk/wp-content/uploads/2021/06/DFC-Digital-Play-Literature-Review.pdf> (Accessed 09.11.2023).
9. For infants, toddlers and preschoolers (birth to 5 years) [Elektronnyi resurs]. In Australian Government: Department of Health [ed.], *Physical activity and exercise guidelines for all Australians*. Canberra, 2021. URL: https://www.health.gov.au/topics/physical-activity-and-exercise/physical-activity-and-exercise-guidelines-for-all-australians/for-infants-toddlers-and-preschoolers-birth-to-5-years?utm_source=health.gov.au&utm_medium=callout-auto-custom&utm_campaign=digital_transformation (Accessed 15.11.2023).
10. Garrison M., Christakis D. The impact of a healthy media use intervention on sleep in preschool children. *Pediatric*, 2012. Vol. 130, no 3, pp. 492—499. DOI:10.1542/peds.2011-3153
11. Gözüm A. C., Kandir A. Developing a parental mediation scale of digital games for children [Elektronnyi resurs]. *International Journal of Curriculum and Instruction*, 2020. Vol. 12, no 2, pp. 336—358. URL: <https://ijci.globets.org/index.php/IJCI/article/view/420/196> (Accessed 03.11.2023).
12. Grané M. Mediación digital parental. ¿Es necesaria una educación digital en la primera infancia? *EduTec: Revista Electrónica De Tecnología Educativa*, 2021. Vol. 76, pp. 7—21. DOI:21556/edutec.2021.76.2037
13. Gray C., Palaiologou I. Early Learning in the Digital Age. London: Sage Publications Ltd, 2019. 248 p.
14. World Health Organization. Guidelines on physical activity, sedentary behaviour, and sleep for children under 5 years of age [Elektronnyi resurs]. Geneva: World Health Organization, 2019. 36 p. URL: <http://www.ncbi.nlm.nih.gov/books/NBK541170/> (Accessed 09.11.2023).
15. Hale L., Guan S. Screen time and sleep among school-aged children and adolescents: A systematic literature review. *Sleep Medicine Reviews*, 2015. Vol. 21, pp. 50—58. DOI:10.1016/j.smrv.2014.07.007
16. Gentile D.A., Bailey K., Bavelier D. et al. Internet gaming disorder in children and adolescents. *Pediatrics*, 2017. Vol. 140, suppl. 2, pp. S81—S85. DOI:10.1542/peds.2016-1758H
17. Konca A. Digital Technology Usage of Young Children: Screen Time and Families. *Early Childhood Education Journal*, 2022. Vol. 50, no 7, pp. 1097—1108. DOI:10.1007/s10643-021-01245-7
18. Koran N., Berkmen B., Adalier A. Mobile technology usage in early childhood: PreCOVID-19 and the national lockdown period in North Cyprus. *Education and Information Technologies*, 2022. Vol. 27, pp. 321—346. DOI:10.1007/s10639-021-10658-1
19. Kumpulainen K., Sairanen H., Nordström A. Young children's digital literacy practices in the sociocultural contexts of their homes. *Journal of Early Childhood Literacy*, 2020. Vol. 20, no 3, pp. 472—499. DOI:10.1177/1468798420925116
20. Adès J., Agid Y., Bach J.-F. et al. L'enfant, l'adolescent, la famille et les écrans. Appel a une vigilance raisonnée sur les technologies numériques: Rapport 19-04. *Bulletin de l'Académie Nationale de Médecine*, 2019. Vol. 203, no 6, pp. 381—393. DOI:10.1016/j.banm.2019.06.004
21. Garmendia M., Martínez G., Larrañaga N., Jiménez E., Karrera I., Casado M.A., Garitaonandia C. Las madres y los padres en la convergencia mediática: competencias, mediación, oportunidades y riesgos online. Bilbao: Universidad del País Vasco (UPV/EHU), 2020. 91 p.
22. Limone P., Simone M. Childhood, Education and Digital Media Mediation Strategies. *International Journal of Education*, 2020. Vol. 12, no 2, pp. 86—94. DOI:10.5296/ije.v12i2.17302
23. Livingstone S., Blum-Ross A. Parenting for a digital future: How hopes and fears about technology shape children's lives. Oxford: Oxford University Press, 2020. 274 p. DOI:10.1093/oso/9780190874698.001.0001
24. Livingstone S., Pothong K. Beyond screen time: rethinking children's play in a digital world. *Journal of Health Visiting*, 2022. Vol. 10, no 1, pp. 32—38. DOI:10.12968/johv.2022.10.1.32
25. Ludwig K., Rauch W.A. Associations between physical activity, positive affect, and self-regulation during preschoolers' everyday lives. *Mental Health and Physical Activity*, 2018. Vol. 15, pp. 63—70. DOI:10.1016/j.mhpa.2018.07.002
26. Mazmanian M., Lanette S. "Okay, One More Episode": An Ethnography of Parenting in the Digital Age. In Lee C.P., Poltrock S. (eds.), *CSCW 17: Proceedings of the 2017 ACM Conference on Computer Supported Cooperative Work and Social Computing*: Portland Oregon, 25 February — 1 March 2017. New York: Association for Computing Machinery, 2017, pp. 2273—2286. DOI:10.1145/2998181.2998218
27. American Academy of Pediatrics. Media and Young Minds. Council on Communications and Media. *Pediatrics*, 2016. Vol. 138, no 5, article ID e20162591, pp. 2016—2591. DOI:10.1542/peds.2016-2591
28. Garmendia M., Jiménez E., Casado M.A., Mascheroni G. Net Children Go Mobile: Riesgos y oportunidades en internet y el uso de dispositivos móviles entre menores españoles (2010—2015) [Elektronnyi resurs]. Madrid, 2016. 111 p. *NetChildrenGoMobile.eu*. URL: <https://netchildrengomobile.eu/ncgm/wp-content/uploads/2013/07/Net-Children-Go-Mobile-Spain.pdf> (Accessed 09.11.2023).

29. Nikken P., Haan J. Guiding young children's internet use at home: Problems that parents experience in their parental mediation and the need for parenting support. *Cyberpsychology: Journal of Psychosocial Research on Cyberspace*, 2015. Vol. 9, no 1, article 3. 14 p. DOI:10.5817/CP2015-1-3
30. Piotrowski J.T. The Parental Media Mediation Context of Young Children's Media Use. In Barr R., Line Barger D. (eds.), *Media Exposure During Infancy and Early Childhood: the Effects of Content and Context on Learning and Development*. New York: Springer International Publishing, 2017. P. 205—219. DOI:10.1007/978-3-319-45102-2_13
31. Radesky J.S., Schumacher J., Zuckerman B. Mobile and interactive media use by young children: The good, the bad, and the unknown. *Pediatrics*, 2015. Vol. 135, no 1, pp. 1—3. DOI:10.1542/ped.2014-2251
32. Edwards S., Nolan A., Henderson M., Grieshaber S., Highfield K., Salamon A., Skouteris H., Straker L. Rationale, Design and Methods Protocol for Participatory Design of an Online Tool to Support Industry Service Provision Regarding Digital Technology Use 'with, by and for' Young Children. *International Journal of Environmental Research and Public Health*, 2020. Vol. 17, no 23, article ID 8819. 12 p. DOI:10.3390/ijerph17238819
33. Chaudron S., Marsh J., Navarette V.D. et al. Rules of Engagement: Family Rules on Young Children's Access to and Use of Technologies. In Danby S.J., Fleer M., Davidson C., Hatzigianni M. (eds.), *Digital Childhoods Technologies and Children's Everyday Lives*. Luxembourg: Springer, 2018. Vol. 22, pp. 131—145. DOI:10.1007/978-981-10-6484-5_9
34. Canadian Paediatric Society, Digital Health Task Force. Screen time and young children: Promoting health and development in a digital world. *Paediatrics & Child Health*, 2017. Vol. 22, no 8, pp. 461—468. DOI:10.1093/pch/pxx123
35. Screen Time Leaflet [Elektronnyi resurs]. NHS Greater Glasgow and Clyde. 2020. URL: <https://www.nhsggc.org.uk/kids/resources/slt-activityinformation-sheets/screen-time-leaflet/> (Accessed 09.11.2023).
36. Hiniker A., Suh H., Cao S., Kientz J. Screen time tantrums: How families manage screen media experiences for toddlers and preschoolers. In Kaye J., Druin A. (eds.), *Proceedings of the 2016 CHI Conference on Human Factors in Computing Systems* (San Jose, May 2016). New York: Association for Computing Machinery, 2016, pp. 648—660. DOI:10.1145/2858036.2858278
37. Marsh J., Hannon P., Lewis M., Ritchie L. Young children's initiation into family literacy practices in the digital age. *Journal of Early Childhood Research*, 2017. Vol. 15, pp. 47—60. DOI:10.1177/1476718X15582095

Информация об авторах

Смирнова Светлана Юрьевна, научный сотрудник Центра междисциплинарных исследований современного детства, Московский государственный психолого-педагогический университет (ФГБОУ ВО МГППУ), г. Москва, Российская Федерация, ORCID: <https://orcid.org/0000-0002-8579-4908>, e-mail: smirnovasy@mgppu.ru

Клопотова Екатерина Евгеньевна, кандидат психологических наук, доцент кафедры дошкольной педагогики и психологии факультета «Психология образования»; старший научный сотрудник Центра междисциплинарных исследований современного детства, Московский государственный психолого-педагогический университет (ФГБОУ ВО МГППУ), г. Москва, Российская Федерация, ORCID: <https://orcid.org/0000-0002-1975-318X>, e-mail: klopotovaee@mgppu.ru

Information about the authors

Svetlana Yu. Smirnova, Researcher of Center for Interdisciplinary Research on Contemporary Childhood, Moscow State University of Psychology & Education, Moscow, Russia, ORCID: <https://orcid.org/0000-0002-8579-4908>, e-mail: smirnovasy@mgppu.ru

Ekaterina E. Klopotova, PhD in Psychology, Assistant professor of the Preschool Pedagogy and Psychology Chair, Faculty of Educational Psychology, Senior Researcher of Center for Interdisciplinary Research on Contemporary Childhood, Moscow State University of Psychology & Education, Moscow, Russia, ORCID: <https://orcid.org/0000-0002-1975-318X>, e-mail: klopotovaee@mgppu.ru

Получена 17.07.2023

Принята в печать 27.10.2023

Received 17.07.2023

Accepted 27.10.2023