

**Взаимосвязь способа использования гаджетов и саморегуляции у младших школьников**

**Научный руководитель – Веракса Александр Николаевич**

***Шатская Арина Николаевна***

*Студент (специалист)*

Московский государственный университет имени М.В.Ломоносова, Факультет психологии, Кафедра психологии образования и педагогики, Москва, Россия

*E-mail: arina.shatskaya@mail.ru*

Интенсивная интеграция цифровых технологий в детское развитие с самого раннего возраста ставит вопрос об их влиянии на развитие детей. В качестве цели для текущего исследования было предложено изучение особенностей развития саморегуляции у детей с различным цифровым опытом. Актуальность изучения именно саморегуляции объясняется тем, что она является важнейшим предиктором академической и социальной успешности ребенка. В то время как в большинстве исследований на тему влияния гаджетов на детское развитие цифровой опыт изучается через призму вариативности экранного времени, которое дети проводят с гаджетами, в текущей работе было предложено иное решение. Было решено проверить связь между уровнем развития саморегуляции у детей с типом использования ими гаджетов. Таким образом, был исследован не только общепринятый фактор экранного времени - время, которое ребенок тратит на взаимодействие с гаджетами, но и то, как именно ребенок взаимодействует с ними.

В соответствии с культурно-исторической теорией Л. С. Выготского можно выделить два типа использования гаджетов. С одной стороны, гаджет может выступать в роли психологического средства для регуляции собственного или чужого поведения. Например, ребенок ставит себе напоминание в приложении «Заметки» (гаджет как средство регуляции памяти) или общается с родственниками через WhatsApp (гаджет как средство коммуникации для воздействия на собеседников). С культурно-исторической точки зрения это проявления произвольной регуляции собственного или чужого поведения, поскольку ребенок сознательно воспользовался культурным средством (в данном случае гаджетом), с некоторой целью. А овладение своей внешней и внутренней деятельностью при помощи культурно заданных средств организации поведения является основным признаком произвольности (Выготский, 1983). С другой стороны, гаджет может использоваться просто для развлечения ради получения удовольствия. Например, ребенок играет в цифровые игры или смотрит мультки. Цели произвольной регуляции собственного или чужого поведения в таких случаях перед ребенком не стоит.

В текущем исследовании была выдвинута гипотеза о том, что использование гаджетов в качестве психологических средств связано с более развитыми навыками саморегуляции, чем при использовании гаджетов в качестве развлечения. Выборку исследования составили учащиеся третьих классов общеобразовательных школ г. Москвы 9-10 лет ( $n = 101$ ). Уровень развития саморегуляции оценивался через развитие компонентов регуляторных функций: зрительной и слуховой рабочей памяти, сдерживающего контроля и когнитивной гибкости (Мияке, 2000). Указанные компоненты были продиагностированы при помощи субтестов диагностических комплексов NEPSY-II (Korkman, 2007) и DCCS (Zelazo, 2006). В то же время для определения особенностей цифровой активности участникам исследования было предложено полу-структурированное интервью, в рамках которого они отвечали на два блока вопросов: а) насколько часто ребенок использует гаджеты; б)

что именно ребенок делает с помощью гаджетов (играет, деоает домашние задания, ищет информацию, и т.д.). Ответы детей по второму блоку вопросов интервью относились к двум категориям: а) *гаджет как психологическое средство* (ребенок чаще использует гаджеты для коммуникации/поиска информации/подготовки домашних заданий/самоорганизации (будильник, карты, планнер, напоминания и т. д.)/ прослушивание музыки/ рисование/ создания фото или видео); б) *гаджет как развлечение* (ребенок чаще использует гаджеты для игр, просмотра мультфильмов, развлекательных видео).

В ходе анализа полученных данных были произведены сравнения средних значений по всем компонентам саморегуляции между указанными группами. В результате было показано, доля детей, использующих гаджеты как средство, значительно возрастает от старшей группы детского сада (7,4%) к третьему классу (38%). Во-вторых, была обнаружена тенденция на уровне средних значений к тому, что дети, использующие гаджеты в качестве психологического средства, обладают более развитой саморегуляцией, чем дети, использующие гаджеты для развлекательных целей. Однако, при построении моделей множественной линейной регрессии, которые учитывали вклад не только типа и частоты использования гаджетов, но также и индивидуальные характеристики участников (пол, возраст, невербальный интеллект), статистически значимые различия были найдены только для сдерживающего контроля.

Таким образом, гипотеза о том, что использование гаджетов в качестве психологического средства связано с более развитой саморегуляцией, подтвердилась только на уровне тенденции в средних значениях, однако обнаружила статистическую значимость лишь для сдерживающего контроля в возрасте 9-10 лет. Полученные данные при учете результатов дальнейших исследований по данной теме могут быть использованы для составления рекомендаций по грамотному использованию цифровых устройств детьми, не оказывающему негативного влияния на такой важнейший предиктор академической успешности, как саморегуляция.

### Источники и литература

- 1) DataReportal (2020). Digital: 2020 Global Digital Overview. <https://datareportal.com/reports/digital-2020-global-digital-overview>. [Accessed September 15, 2022]
- 2) Konca A. S. Digital technology usage of young children: Screen time and families //Early Childhood Education Journal. – 2022. – Т. 50. – №. 7. – С. 1097-1108.
- 3) Korkman M., Kirk U., Kemp S. Nepsy-(nepsy-ii). – 2007.
- 4) Rideout V., Robb M. B. The Common Sense census: Media use by kids age zero to eight //San Francisco, CA: Common Sense Media. – 2017. – Т. 263. – С. 283.
- 5) Sapardi V. S. Hubungan penggunaan gadget dengan perkembangan anak usia prasekolah di PAUD/TK Islam Budi Mulia //Menara Ilmu. – 2018. – Т. 12. – №. 80.
- 6) Scott F. L. Family mediation of preschool children's digital media practices at home //Learning, Media and Technology. – 2022. – Т. 47. – №. 2. – С. 235-250.
- 7) Sowmya A. S. L., Manjuvani E. Usage of electronic gadgets among preschool children //International Journal of Home Science. – 2019. – Т. 5. – №. 2. – С. 01-05.
- 8) Suhana M. Influence of Gadget Usage on Children's Social-Emotional Development //International Conference of Early Childhood Education (ICECE 2017). – Atlantis Press, 2017. – С. 224-227.

- 9) Veraksa N. et al. Use of Digital Devices and Child Development: Digital Tools or Digital Environment? A Cultural–Historical Perspective //Child Development in Russia: Perspectives from an international longitudinal study. – Cham : Springer International Publishing, 2022. – С. 159-180.
- 10) Zelazo P. D. The Dimensional Change Card Sort (DCCS): A method of assessing executive function in children //Nature protocols. – 2006. – Т. 1. – №. 1. – С. 297-301.
- 11) Выготский Л. С. Игра и ее роль в психическом развитии ребенка. Вопросы психологии № 6 1966 Стр. 62–68
- 12) Выготский Л. С. Собрание сочинений. – Рипол Классик, 1983.
- 13) Никитина А. А., Рытова К. Э. К вопросу о влиянии электронных гаджетов на интеллектуально-волевою готовность к школе старших дошкольников //Нижегородский психологический альманах. – 2019. – Т. 1. – №. 1. – С. 64-72.
- 14) Смирнова С. Ю. и др. Особенности использования цифровых устройств детьми дошкольного возраста: новый социокультурный контекст //Социальная психология и общество. – 2022. – Т. 13. – №. 2. – С. 177-193.
- 15) Эльконин Д. Б. Психология игры. 2-е издание //М: Туманит, изд. Центр, Владос. – 1999.