

Živjeti zajedno u svijetu koji ne poznajemo: Roditeljstvo i odrastanje uz suvremene tehnologije u predškolskoj dobi

poliklinika-djeca.hr/publikacije/zivjeti-zajedno-u-svijetu-koji-ne-poznajemo-roditeljstvo-i-odrastanje-uz-suvremene-tehnologije-u-predskolskoj-dobi/

October 20, 2018



Ovaj tekst je izvorno objavljen u zborniku međunarodnog stručnog Skupa Sretna djeca: Umjetnost igra, mašta, spoznaja, vježba i terapija, čiji su suorganizatori Učilište za likovno obrazovanje, kreativnost i dizajn – Studio Tanay, Udruga hrvatskih učitelja likovne izobrazbe UHULI, Agencija za odgoj i obrazovanje i Gradski ured za socijalnu zaštitu i osobe s invaliditetom grada Zagreba.

Predložena referenca: Buljan Flander, G. i Brezinščak, T. (2018). Živjeti zajedno u svijetu koji ne poznajemo: Roditeljstvo i odrastanje uz suvremene tehnologije u predškolskoj dobi. U: Zaninović, T. i Tanay, R. (Ur.), Sretna djeca: Umjetnost igra, mašta, spoznaja, vježba i terapija (str. 8-20). Zagreb: Udruga hrvatskih učitelja likovne kulture.

ŽIVJETI ZAJEDNO U SVIJETU KOJI NE POZNAJEMO: RODITELJSTVO I ODRASTANJE UZ SUVREMENE TEHNOLOGIJE U PREDŠKOLSKOJ DOBI

Prof.dr.sc. Gordana Buljan Flander i Tea Brezinščak, mag.psih.

SAŽETAK

Suvremene tehnologije promijenile su način na koji komuniciramo, ispunjavamo radne zadatke i provodimo slobodno vrijeme te to nastavljaju činiti i danas. Ove su promjene najizraženije među najmlađim generacijama, čije je odrastanje danas obilježeno uronjenošću u svijet medija i interneta od najranije dobi. Promjene okoline u kojoj djeca odrastaju vezane uz digitalne tehnologije značajan su izazov roditeljima, odgajateljima, nastavnicima i stručnjacima mentalnog zdravlja, pred kojima je zadatak da usmjeravaju i štite djecu u virtualnom svijetu. Istovremeno, znanstvene spoznaje o ulozi i utjecaju digitalnih medija na razvoj i dobrobit djece predškolske dobi tek su u začetku. Dostupna istraživanja ukazuju na potencijalne dobrobiti suvremenih tehnologija vezane uz učenje i razvoj vještina, ali i na brojne opasnosti, povezujući rano i prekomjerno korištenje suvremenih tehnologija te izloženost određenim vrstama sadržaja s negativnim razvojnim ishodima. U ovom izlaganju biti će prikazani podaci o navikama upotrebe digitalnih medija među djecom predškolske dobi, koji proizlaze iz prvog nacionalnog istraživanja navika korištenja suvremenih tehnologija u predškolskoj dobi, provedenog od strane Poliklinike za zaštitu djece i mladih Grada Zagreba i Hrabrog telefona. Također će biti pružen pregled istraživanja koja identificiraju zaštitne i rizične čimbenike u korištenju suvremenih tehnologija u predškolskoj dobi te smjernica koje iz njih proizlaze.

UVOD

Djeca se sa digitalnim medijima danas susreću u sve ranijoj dobi. Strana istraživanja pokazuju da do trećeg mjeseca života 40% djece redovito gleda televiziju ili druge video sadržaje, a do dobi od 2 godine nekom od digitalnih medija izloženo je 90% djece (Zimmerman, Christakis i Meltzoff, 2007). Mali ekrani dio su svakodnevice za 83% djece između 6 mjeseci i 6 godina (Rideout i Hamel, 2006), a gotovo polovica djece u dobi između 3 i 6 godina redovito koristi Internet (Jungwirth, 2013). Rezultati prvog nacionalnog istraživanja o upotrebi digitalnih medija među djecom predškolske dobi, pokazuju da Hrvatska ne zaostaje u ovim trendovima (Poliklinika za zaštitu djece i mladih Grada Zagreba i Hrabri telefon, 2017).

Sve raniji doticaj sa svijetom digitalnih medija i njihova rastuća prisutnost u odrastanju djece, donose brojne izazove za odrasle koji djeci pružaju brigu i usmjeravanje kroz odrastanje. Pred roditeljima, odgajateljima, nastavnicima i drugim odraslima koji brinu o djeci, složen je zadatak da usmjeravaju i štite djecu u svijetu kojeg i sami tek upoznaju.

Svrha je ovog rada pružiti odraslima koji brinu o djeci razumijevanje navika korištenja suvremenih tehnologija djece predškolske dobi te spoznaje koje su potrebne da bismo im mogli pružiti potrebno vodstvo. S tim ciljem u ovom radu biti će prikazani neki od rezultata prvog nacionalnog istraživanja upotrebe suvremenih tehnologija u predškolskoj dobi,

provedenog od strane Poliklinike za zaštitu djece i mladih Grada Zagreba i Hrabrog telefona, kao i dostupne spoznaje o potencijalima i rizicima izloženosti elektroničkim medijima u predškolskoj dobi te smjernice koje iz njih proizlaze.

POTENCIJALI I RIZICI MALIH EKRANA

Većina istraživanja usmjerenih na ulogu suvremenih tehnologija u odrastanju djece usmjerena je na djecu školske dobi, adolescente i osobe u ranoj odrasloj dobi, dok je upotreba suvremenih tehnologija u predškolskoj dobi područje istraživanja koje je tek u začetku. Dostupna istraživanja nude spoznaje koje nam pomažu razumjeti ulogu i potencijalni utjecaj digitalnih medija u predškolskoj dobi, no kako će se njihova prisutnost na njih dugoročno odraziti još nam nije u potpunosti poznato. Postojeće spoznaje o ulozi suvremenih tehnologija u ranom djetinjstvu ukazuju na njihove potencijale za podršku u razvoju djece, ali i upozoravaju na značajne rizike povezane s njihovom ranom i prekomjernom upotrebom te pojedinim načinima korištenja i vrstama sadržaja.

Učenje i usvajanje vještina

Istraživanja pokazuju da izloženost medijima u predškolskoj dobi može doprijeti razvoju dječjih vještina i znanja, ali je pritom ključan sadržaj kojem su djeca izložena. Istraživanje Wrighta i suradnika (2001) koje je pratilo 182 djece iz obitelji niskih do umjerenih prihoda, povezalo je gledanje djeci namijenjenih informativnih programa u dobi od dvije do tri godine s bržim usvajanjem vještina vezanih uz razvoj čitanja i računanja, većim receptivnim rječnikom i većom spremnošću za školu tri godine poslije. S druge strane, djeca koja su češće gledala programe koji nisu bili namijenjeni djeci bila su manje uspješna na istim zadacima od svojih vršnjaka.

Iako je danas dostupan niz medijskih sadržaja za koje se tvrdi da djeluju poticajno na rani dječji razvoj, dječje mogućnosti praćenja i razumijevanja sadržaja razinu koja je potrebna da bi video sadržaji mogli imati edukativnu ulogu dosežu tek u dobi od 1,5 do 2,5 godine (Anderson i Hanson, 2013). Suočeni sa znanstvenom provjerom njihove učinkovitosti, edukativni programi namijenjeni djeci ispod te dobi pokazuju se nedjelotvornima u poticanju jezičnog razvoja (Robb, Richert i Wartella, 2009). Istraživanja pokazuju i da kod djece mlađe od tri godine sama izloženost video sadržajima nije dovoljna za učenje, već je potrebna i podrška u vidu interakcije uživo (Roseberry, Hirsh-Pasek, Parish-Morris i Golinkoff, 2009). Drugim riječima, djeca u ranoj dobi prvenstveno uče iz stvarnih situacija i interakcija s drugima.

Novija istraživanja usmjeravaju se na potencijal interaktivnih sadržaja u podržavanju dječjeg razvoja. Nedavna studija provedena na manjem uzorku dvogodišnjaka pokazuje da bi interaktivni mediji, odnosno socijalne interakcije koje se odvijaju u stvarnom vremenu putem ekrana, mogle biti korištene za poticanje jezičnog razvoja djece (Roseberry, Hirsh-Pasek i Golinkoff, 2014).

Kognitivni i jezično-govorni razvoj

Istraživanja u kojima su sudjelovala djeca predškolske dobi pokazuju da djeca koja provode više vremena uz ekrane u odnosu na svoje vršnjake sporije razvijaju jezik (Byeon i Hong, 2015; Duch i sur., 2013; Tomopoulos, Dreyer, Berkule, Fierman, Brockmeyer i Mendelsohn, 2010; Zimmerman, Christakis i Meltzoff, 2007) i postižu niže rezultate na zadacima kognitivnog razvoja (Tomopoulos i sur., 2010). Rizičnim se pokazuje i izloženost ekranima u ranoj dobi (Chonchaiya i Pruksananonda, 2008; Tomopoulos i sur., 2010), pa su djeca koja su počela gledati televiziju prije dobi od 12 mjeseci i koja su uz nju provodila više od 2 sata dnevno u čak 6 puta većem riziku od kašnjenja u jezičnom razvoju (Chonchaiya i Pruksananonda, 2008).

Pažnja i koncentracija

Dostupna istraživanja povezuju upotrebu medija u predškolskoj dobi s kasnijim teškoćama pažnje, pri čemu se kao važni čimbenici ističu rana dob djeteta i vrsta sadržaja kojima su djeca tim putem izložena. U opsežnom longitudinalnom istraživanju Christakisa, Zimmermana, DiGiuseppa i McCarty (2004) koje je pratilo 1278 jednogodišnjaka i 1345 trogodišnjaka, djeca koja su u toj dobi provodila više vremena uz televiziju bila su sklonija teškoćama pažnje u dobi od 7 godina. Longitudinalno istraživanje Zimmermana i Christakisa (2007), koje je uzelo u obzir podatke 933 djece, pokazalo je da djeca koja prije treće godine vrijeme provodila uz ekrane, gledajući zabavne sadržaje nasilne ili nenasilne prirode, češće pet godina poslije pokazivala znakove teškoća pažnje. Gledanje edukativnih sadržaja nije se pokazalo rizičnim.

Duljina i kvaliteta spavanja

Brojna istraživanja povezuju korištenje digitalnih medija u predškolskoj dobi s teškoćama u navikama spavanja (Garrison, Liekweg i Christakis, 2011; Paavonen, Pennonen, Roine, Valkonen i Lahikainen, 2006; Thompson i Christakis, 2005). Istraživanje Thompsona i Christakisa (2005) provedeno na uzorku od više od 2000 djece u dobi od 4 do 35 mjeseci pokazalo je da je broj sati proveden uz televiziju povećava rizik za nepravilan raspored spavanja tijekom dana i noći. Starija djeca predškolske dobi koja provode više vremena uz ekrane također su sklonija teškoćama spavanja, kao što su kasnije usnivanje, noćna buđenja, noćne more i dnevni umor (Garrison i sur., 2011).

Teškoće u navikama spavanja najčešće su kod djece koja vrijeme uz medije provode uvečer (Garrison i sur., 2011; Paavonen i sur., 2006) i onima koji su izloženi nasilnim sadržajima (Garrison i sur., 2011) ili sadržajima namijenjenim odraslima (Paavonen i sur., 2006), a kao rizičan čimbenik ističe se i prisutnost televizije u spavaćoj sobi djeteta

(Garrison i sur., 2011). Istraživanje Paavonen i sur. (2006) ukazalo je da za kvalitetu i trajanje spavanja nije važno samo aktivno gledanje televizije, već i pasivna izloženost, odnosno rad televizije u pozadini dok je pažnja djeteta posvećena drugim sadržajima.

Pregledom dostupnih istraživanja Zimmerman (2008) zaključuje da se u pozadini povezanosti količine i različitih navika upotrebe medija te količine i kvalitete spavanja nalaze:

- odgađanje sna zbog vremena provedenog uz ekrane,
- pobuđenost zbog uzbudljivih, zastrašujućih ili nasilnih sadržaja, posebno ako su im djeca izložena neposredno prije spavanja
- izloženost svjetlu koja potiskuje izlučivanje melatonina i na taj način odgađa san
- izostanak tjelesne aktivnosti tijekom dana, koja doprinosi zdravim navikama spavanja, zbog vremena provedenog uz ekrane

Tjelesna težina

Dostupna istraživanja već u ranom djetinjstvu povezuju vrijeme provedeno uz ekrane s višom tjelesnom težinom djece (Janz, Levy, Burns, Torner, Willing i Warren, 2002; Kimbro, Brooks-Gun i McLanahan, 2011). U navedenoj povezanosti značajnu ulogu nosi količina vremena koju djeca provode uz ekrane i manjak vremena u igri na otvorenom koje to podrazumijeva (Kimbro i sur., 2011), ali i izloženost reklamama koje utječu na dječje stavove o hrani i navike hranjenja (Halford, Boyland, Hughes, Stacey, McKean i Dovey, 2008; Halford, Gillespie, Brown, Pontin i Dovey, 2004; Zimmerman i Bell, 2010).

Ponašanje djece

Djeca putem elektroničkih medija mogu biti izložena različitim vrstama sadržaja, čiji utjecaj je predmet interesa brojnih istraživača niz godina te je jasno uspostavljena njihova veza s dječjim ponašanjem. Metaanaliza 34 studija usmjerenih na ispitivanje povezanosti izloženosti televiziji i dječjeg ponašanja (Mares i Woodard, 2005), kojima je obuhvaćeno gotovo 5473 djece, pokazala je da su djeca koja su bila izloženi prosocijalnim sadržajima bila sklonija pozitivnijim stavovima i ponašanjima, dok se veća izloženost agresivnim sadržajima pokazala povezanom s pojavom agresivnih ponašanja kod djece.

Istraživanja koja su se bavila odnosom izloženosti elektroničkim medijima i ponašanja među djecom predškolske dobi, posebice ona recentnijeg datuma, malobrojna su. Jedno takvo istraživanje ukazuje na potencijal edukativnih sadržaja u poticanju prosocijalnih ponašanja djece (Ostrov, Gentile i Crick, 2006), ali i na povezanost većeg vremena provedenog uz televizijske ekrane s agresivnim ponašanjima djece, čak i kada je većina programa kojoj su djeca izložena edukativnog tipa (Ostrov i sur., 2006).

NAVIKE KORIŠTENJA SUVREMENIH TEHNOLOGIJA DJECE PREDŠKOLSKE DOBI U HRVATSKOJ

Poliklinika za zaštitu djece i mladih Grada Zagreba i Hrabri telefon (2017) proveli su prvo istraživanje o predškolskoj djeci pred malim ekranima na nacionalnoj razini. Istraživanjem je obuhvaćen prigodan uzorak od 655 skrbnika djece predškolske dobi koja pohađaju vrtić, iz ruralnih i urbanih sredina na području različitih dijelova Republike Hrvatske. 80% sudionika činile su majke, 19% očevi, a 1% druge djetetu bliske osobe. Dob djece uključene u istraživanje kretala se od 18 mjeseci do 7 godina, uz podjednaku zastupljenost djevojčica (47%) i dječaka (53%). Istraživačkim projektom je obuhvaćen niz podataka, od kojih ćemo se u ovom radu usmjeriti na one koji pružaju prikaz navika i potreba djece predškolske dobi u korištenju suvremenih tehnologija.

Prisutnost malih ekrana u životu predškolske djece

Provedeno istraživanje pokazalo je su da su digitalni mediji prisutni u domovima svih ispitanih obitelji. Prosječno dijete predškolske dobi odrasta uz 6.35 elektroničkih uređaja, a čak 80% njih živi u kućanstvu s pet ili više primjeraka elektroničkih uređaja. Gotovo sve ispitane obitelji posjeduju televizor (99.8%), mobitel (99.8%) i računalo (98%), a čak 4 od 5 njih posjeduje tablet. Najmanji broj djece predškolske dobi odrasta uz igraće konzole, koji su ipak prisutni u 2 od 5 obitelji. Broj djece koja su izravno izložena ekranima manji je u odnosu na njihovo prisustvo u našim domovima, ali su navedeni podaci vrlo važni u svjetlu prikazanih istraživanja o pasivnoj izloženosti ekranima.

Kada govorimo o aktivnom korištenju elektroničkih uređaja, prvo mjesto u životima djece predškolske dobi i dalje zauzima televizija, koju gledaju gotovo sva (97%) djece predškolske dobi. 2 od 3 djece koristi mobitel i tablet, 3 od 5 računalo ili laptop, a svako četvrto dijete igra igraće konzole. Neočekivan je rezultat da čak 6% djece predškolske dobi posjeduje vlastiti mobitel.

Prvi susret s malim ekranima

Djeca se s ekranima u prosjeku susreću već u drugoj godini života ($M = 1.69$; $SD = 1.01$). Vrijeme uz ekrane provodi 58.4% djece u dobi od jedne godine, 87.6% dvogodišnjaka, a već s tri godine to čine gotovo sva djeca (95%). U dobi od šest godina ekrani su dio svakodnevice sve djece obuhvaćene istraživanjem.

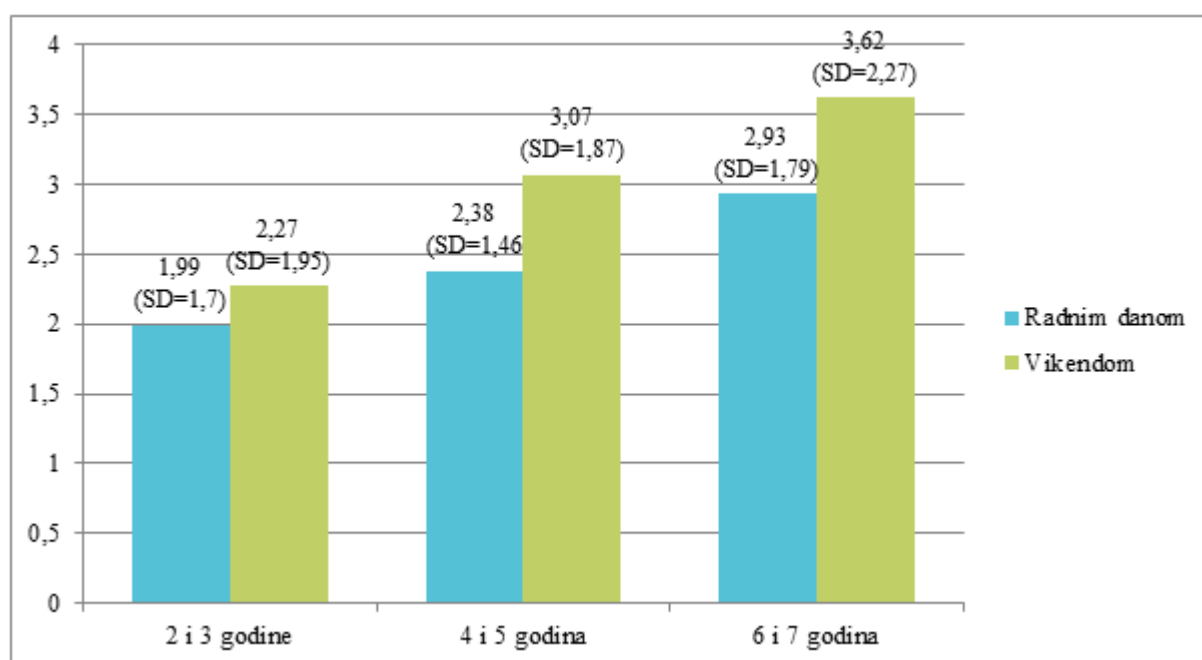
Djeca kao aktivni stvaratelji svojih iskustava

Dok su televizijski ekrani ranijim generacijama pružale mogućnost gledanja manjeg broja ponuđenih sadržaja, novije tehnologije donose mogućnost interaktivnosti i stvaranja sadržaja, a najmlađe generacije brzo usvajaju vještine koje im omogućuju iskorištavanje

tih potencijala. Rezultati provedenog istraživanja pokazali su da većina djece posjeduje vještine koje im omogućuju aktivno oblikovanje svog iskustva upotrebe elektroničkih medija. Gotovo svi ispitaní roditelji navode da njihov predškolač zna samostalno upaliti neki elektronički uređaj (96.5%) te da samostalno traži (89.1%) i pokreće sadržaje koje želi (89.6%). Unatoč ranoj dobi, čak troje od četvero predškolaca (68%) zna fotografirati ili snimati mobitelom, a gotovo svaki drugi samostalno koristi Internet (43.4%).

Vrijeme provedeno uz male ekrane

Provedeno istraživanje pokazalo je da djeca u dobi od 2 do 7 godina uz različite elektroničke uređaje u prosjeku provode ukupno 2,42 sata radnim danom ($SD = 1,64$) te 3,03 sata vikendom ($SD = 2,05$), što višestruko nadilazi važee preporuke Američke pedijatrijske akademije (2016). Količina vremena koju djeca predškolske dobi provode uz male ekrane raste s dobi te u dobi od 6 i 7 godina doseže gotovo 3 sata radnim danom i 3,6 sati vikendom (Grafički prikaz 1).



Grafički prikaz 1. Broj sati provedenih uz ekrane prema dobi

Devet od deset djece obuhvaćene istraživanjem barem ponekad provodi vrijeme uz ekrane unutar sat vremena prije spavanja (89.8%), a 40.6% da to čine često ili uvijek. Za vrijeme obroka elektroničke uređaje barem ponekad upotrebljava svako treće dijete (59.5%), dok svako deseto to čini često ili uvijek (10.1%).

Roditeljski nadzor i usmjeravanje

Provedeno istraživanje pokazalo je da svako drugo dijete od druge do sedme godine barem ponekad bez nadzora provodi vrijeme uz televiziju. 38% djece vrijeme bez roditeljskog nadzora provodi uz tablet, a svako četvrto dijete samostalno provodi vrijeme uz računalo i igra video igre.

Za razliku od djece starije dobi, među kojima se pokazalo da čak 78% u obitelji nema postavljena pravila vezano uz korištenje društvene mreže Facebook (Hrabri telefon i Poliklinika za zaštitu djece i mladih Grada Zagreba, 2013), roditelji djeci predškolske dobi značajno češće postavljaju granice vezane uz korištenje suvremenih tehnologija. Troje od četvero ispitane djece (76%) u obitelji ima postavljena pravila vezana uz upotrebu elektroničkih uređaja. Međutim, u 18% obitelji pravila su postavljena samo za neke od uređaja, a za svako četvrto dijete (24%) pravila izostaju.

KAKO GRADITI ZDRAVE NAVIKE KORIŠTENJA SUVREMENIH TEHNOLOGIJA OD RANE DOBI

Najmlađe generacije s lakoćom svladavaju izazove korištenja suvremenih tehnologija i u tome su često vještija od odraslih koje ih okružuju. Međutim, u njihovom su korištenju prvenstveno usmjerena na zadovoljavanje svojih želja i razvojno nisu spremna promišljati njihove potencijalne negativne utjecaje na svoju dobrobit. Jednako kao što je djeci potrebno vodstvo u svim drugim područjima života, ono im je potrebno i u izgradnji zdravih navika korištenja digitalnih medija.

U potrazi za smjernicama roditelji, ali i druge osobe koje sudjeluju u životu djece, mogu se osloniti na preporuke Američke pedijatrijske akademije, razvijene temeljem dostupnih istraživanja o utjecaju suvremenih tehnologija na dječji razvoj i dobrobit, a koje smo objedinili u nastavku (Američka pedijatrijska akademija 2015, 2016, 2018; Brown, 2011):

- Izbjegavajte upotrebu digitalnih medija kod djece mlađe od 2 godine
- Djeci u dobi od dvije do pet godina ograničite vrijeme uz ekrane na sat vremena dnevno, uz pažljivo birane sadržaje i razgovor o sadržajima kojima su djeca izložena
- Kod starije djece postupno povećavajte vrijeme koje provode uz ekrane, ali imajte na umu da ono ne bi trebalo prelaziti dva sata dnevno
- Ugasite elektroničke uređaje kada ih ne koristite
- Postavite pravila o količini vremena uz ekrane, primjerenim sadržajima i vremenu kada su oni dopušteni
- Osigurajte zajedničko vrijeme za obitelj bez ekrana (npr. tijekom igre i zajedničkih obroka)
- Izbjegavajte korištenje vremena uz ekrane sat vremena prije spavanja
- Izbjegavajte izloženost djece sadržajima neprimjerenima dobi, kao što su agresivni, seksualni i zastrašujući sadržaji, ili jako dinamični sadržaji koje dijete ne razumije, a koji djeluju preplavljujuće
- Ograničite izloženost djece marketinškim sadržajima i pomozite im razumjeti njegovu prirodu

- Potičite konstruktivnu upotrebu digitalnih medija kroz edukativne sadržaje i aktivnosti
- Budite prisutni uz djecu dok koriste digitalne medije, kako biste imali uvid u njihove aktivnosti i mogli ih usmjeravati
- Zajedno s djecom koristite digitalne medije, kako biste upoznali njihove navike i interese, pratili njihove aktivnosti i sadržaje kojima su izloženi te im pomogli razumjeti sadržaje i primijeniti znanja kojima su izloženi
- Izbjegavajte postavljanje televizije, igračih konzola i drugih digitalnih uređaja u spavaću sobu djeteta, kako biste lakše pratili i ograničavali njihovo korištenje
- Upoznajte se s aplikacijama, video igrama i drugim vrstama sadržaja koje vaše dijete koristi, birajte aplikacije prilagođene djeci i one edukativnog sadržaja, pri čemu ih najprije istražite na stranicama organizacija kao što je Common Sense Media
- Obratite pažnju na vlastite navike upotrebe elektroničkih uređaja i načine provođenja slobodnog vremena – budite dobar primjer djeci
- Istražite različite načine na koji možete umiriti dijete i poticati razvoj njegovih strategija suočavanja i izbjegajte korištenje malih ekrana u tu svrhu
- Osigurajte dovoljno vremena u slobodnoj igri, igri na otvorenom, čitanju djetetu i drugim razvojno poticajnim aktivnostima

ZAKLJUČAK

Digitalni mediji danas čine nezaobilazan dio dječjeg odrastanja, a s njima se susreću u sve ranijoj dobi, kada su najosjetljiviji na razvojne utjecaje. Dostupna istraživanja upućuju da suvremene tehnologije u odrastanju djece predškolske dobi mogu biti dodatni poticaj, ali upozoravaju na moguće opasnosti. Stoga je za sigurno odrastanje djeci nužna podrška i vodstvo odraslih, koji će započeti već s prvim susretom s ekranima.

LITERATURA

1. American Academy of Pediatrics. (2015). *Children And Media – Tips For Parents*. Preuzeto 15.7.2018. s mrežne stranice: <https://www.aap.org/en-us/about-the-aap/aap-press-room/Pages/Children-And-Media-Tips-For-Parents.aspx>
2. American Academy of Pediatrics. (2016). Media and young minds. *Pediatrics*, 138(5), e20162591.
3. American Academy of Pediatrics (2018). *Children and Media Tips from the American Academy of Pediatrics*. Preuzeto 15.7.2018. s mrežne stranice: <https://www.aap.org/en-us/about-the-aap/aap-press-room/news-features-and-safety-tips/Pages/Children-and-Media-Tips.aspx>
4. Anderson, D. R. i Hanson, K. G. (2013). What researchers have learned about toddlers and television. *Zero to Three*, 33(4), 4-10.
5. Brown, A. (2011). Media use by children younger than 2 years. *Pediatrics*, 128(5), 1040-1045.

6. Byeon, H. i Hong, S. (2015). Relationship between television viewing and language delay in toddlers: evidence from a Korea national cross-sectional survey. *PLoS one*, 10(3), e0120663.
7. Chonchaiya, W. i Pruksananonda, C. (2008). Television viewing associates with delayed language development. *Acta Paediatrica*, 97(7), 977-982.
8. Christakis, D. A., Zimmerman, F. J., DiGiuseppe, D. L. i McCarty, C. A. (2004). Early television exposure and subsequent attentional problems in children. *Pediatrics*, 113(4), 708-713.
9. Duch, H., Fisher, E. M., Ensari, I., Font, M., Harrington, A., Taromino, C., ... i Rodriguez, C. (2013). Association of screen time use and language development in Hispanic toddlers: a cross-sectional and longitudinal study. *Clinical pediatrics*, 52(9), 857-865.
10. Garrison, M. M., Liekweg, K. i Christakis, D. A. (2011). Media use and child sleep: the impact of content, timing, and environment. *Pediatrics*, 128(1), 29–35.
11. Halford, J. C., Gillespie, J., Brown, V., Pontin, E. E. i Dovey, T. M. (2004). Effect of television advertisements for foods on food consumption in children. *Appetite*, 42(2), 221-225.
12. Halford, J. C., Boyland, E. J., Hughes, G. M., Stacey, L., McKean, S. i Dovey, T. M. (2008). Beyond-brand effect of television food advertisements on food choice in children: the effects of weight status. *Public health nutrition*, 11(9), 897-904.
13. Janz, K. F., Levy, S. M., Burns, T. L., Torner, J. C., Willing, M. C. i Warren, J. J. (2002). Fatness, physical activity, and television viewing in children during the adiposity rebound period: the Iowa Bone Development Study. *Preventive medicine*, 35(6), 563-571.
14. Jungwirth, B. (2013). *Safer Internet Day 2013: EU-Initiative Saferinternet.at unterstützt Eltern und Pädagogen bei der Interneterziehung*. Wein: Österreichische Institut für angewandte Telekommunikation (ÖIAT). Preuzeto 10.7.2018. s mrežne stranice:
http://www.oiat.at/fileadmin/downloads/Praesentation_PK_Safer_Internet_Day_2013.pdf
15. Kimbro, R. T., Brooks-Gunn, J. i McLanahan, S. (2011). Young children in urban areas: links among neighborhood characteristics, weight status, outdoor play, and television watching. *Social Science & Medicine*, 72(5), 668-676.
16. Mares, M. L. i Woodard, E. (2005). Positive effects of television on children's social interactions: A meta-analysis. *Media Psychology*, 7(3), 301-322.
17. Ostrov, J. M., Gentile, D. A. i Crick, N. R. (2006). Media exposure, aggression and prosocial behavior during early childhood: A longitudinal study. *Social Development*, 15(4), 612-627.
18. Paavonen, E. J., Pennonen, M., Roine, M., Valkonen, S. i Lahikainen, A. R. (2006). TV exposure associated with sleep disturbances in 5-to 6-year-old children. *Journal of Sleep Research*, 15(2), 154-161.
19. Poliklinika za zaštitu djece i mladih Grada Zagreba i Hrabri telefon (2017). Prvo nacionalno istraživanje o predškolskoj djeci pred malim ekranima (rezultati). Preuzeto 10.7.2018. s mrežne stranice: <https://www.poliklinika-djeca.hr/istrazivanja/prvo-nacionalno-istrazivanje-o-predskolskoj-djeci-pred-malim-ekranima/>

20. Rideout, V. i Hamel, E. (2006). *The media family: Electronic media in the lives of infants, toddlers, preschoolers and their parents*. Henry J. Kaiser Family Foundation.
21. Robb, M. B., Richert, R. A. i Wartella, E. A. (2009). Just a talking book? Word learning from watching baby videos. *British Journal of Developmental Psychology*, 27(1), 27-45.
22. Roseberry, S., Hirsh-Pasek, K., Parish-Morris, J. i Golinkoff, R. M. (2009). Live action: Can young children learn verbs from video?. *Child Development*, 80(5), 1360-1375.
23. Roseberry, S., Hirsh-Pasek, K. i Golinkoff, R. M. (2014). Skype me! Socially contingent interactions help toddlers learn language. *Child development*, 85(3), 956-970.
24. Thompson, D. A. i Christakis, D. A. (2005). The association between television viewing and irregular sleep schedules among children less than 3 years of age. *Pediatrics*, 116(4), 851-856.
25. Tomopoulos, S., Dreyer, B. P., Berkule, S., Fierman, A. H., Brockmeyer, C. i Mendelsohn, A. L. (2010). Infant media exposure and toddler development. *Archives of Pediatrics & Adolescent Medicine*, 164(12), 1105-1111.
26. Wright, J. C., Huston, A. C., Murphy, K. C., St. Peters, M., Piñon, M., Scantlin, R., & Kotler, J. (2001). The relations of early television viewing to school readiness and vocabulary of children from low-income families: The early window project. *Child development*, 72(5), 1347-1366.
27. Zimmerman, F. J. (2008). Children's Media Use and Sleep Problems: Issues and Unanswered Questions. Research Brief. Henry J. Kaiser Family Foundation.
28. Zimmerman, F. J. i Bell, J. F. (2010). Associations of television content type and obesity in children. *American Journal of Public Health*, 100(2), 334-340.
29. Zimmerman, F. J. i Christakis, D. A. (2007). Associations between content types of early media exposure and subsequent attentional problems. *Pediatrics*, 120(5), 986-992.
30. Zimmerman, F. J., Christakis, D. A. i Meltzoff, A. N. (2007). Television and DVD/video viewing in children younger than 2 years. *Archives of Pediatrics & Adolescent Medicine*, 161(5), 473-479.

Ilustrativna fotografija: www.pixabay.com