

LATVIJAS UNIVERSITĀTE  
PEDAGOĢIJAS, PSIHOLOĢIJAS UN MĀKSLAS FAKULTĀTE  
PSIHOLOĢIJAS NODAĻA

**TEHNOFERENCES RĀDĪTĀJI VECĀKU – BĒRNU  
ATTIECĪBĀS**

BAKALaura DARBS

Autors: Gatis Kripēns

Studenta apliecības Nr.: 17034

Darba vadītājs: Dr. Psych. asoc.prof. Aija Dudkina

RĪGA 2020

## ANOTĀCIJA

Šī pētījuma galvenais mērķis bija noskaidrot vai un kāda ir novērojama tehnoloģisko ierīču paradumu rādītāju sakarība ar vecāku – bērnu attiecībām ģimenē, kā arī analizēt un apkopot teorētisko pamatojumu un veikto pētījumu rezultātus par to, kāda ir vecāku tehnoloģisko ierīču paraduma saistība ar vecāku-bērnu attiecībām ikdienā vecāku un bērnu grupās. Pētījuma gaitā arī tika pārbaudīta teorija, par to, vai bērni atkārtu savu vecāku rīcību. Pētījuma dalībnieki (n = 30) aizpildīja Vecāku – bērnu attiecību struktūras aptauju (ECR-RS), kas tika tulkota latviešu valodā un tai tika veikts adaptācijas 1. posms, kā arī norādīja ikdienas tehnoloģijas lietošanas paradumus.

Pētījuma rezultāti norādīja, ka bija novērojama saistība starp vecāku tehnoloģiju lietošanas daudzumu un bērnu tehnoloģiju lietošanas biežumu.

*Atslēgas vārdi:* Tehnoference, tehnoferences lietošanas paradumi, vecāku – bērnu attiecības, audzināšana.

## ABSTRACT

The main aim of the study was to find out whether or not there is any negative influence on child-parent relationships, that arise from technological devices that parents use every day, as well as analyze and collect theory about possible negative influence from device use. Throughout the study, a point was made to test the theory of children mimicking the actions of their parents. The participants of the study (n = 30) had to fill out a relationship structure questionnaire (ECR-RS), which was translated to latvian, and underwent the first stage of adaptation for this study. Participats also had to note down every-day use of any technological devices.

A notable positive correlation was found between the parent use of technology, and child use of technology.

*Key words:* Technoference, technological habits, parent – child relationships, upbringing.

# SATURA RĀDĪTĀJS

## Contents

ANOTĀCIJA .....	2
ABSTRACT .....	3
SATURA RĀDĪTĀJS .....	4
IEVADS .....	5
TEORIJA.....	7
TEHNOFERENCE .....	7
TEHNOLOĢIJU IZMANTOŠANA AUDZINĀŠANĀ .....	9
TEHNOLOĢIJU LIETOŠANAS POZITĪVIE ASPEKTI.....	10
TEHNOLOĢIJU LIETOŠANAS NEGATĪVIE ASPEKTI.....	12
VECĀKU LOMA PUSAUDŽA DZĪVĒ .....	13
AUDZINĀŠĀNAS UN ATTĪSTĪBAS IESPĒJU PRETSTATS PAGĀTNEI .....	15
METODE .....	18
REZULTĀTI.....	20
DISKUSIJA.....	23
SECINĀJUMI .....	26
IESPĒJAMĀS PATEICĪBAS .....	27
IZMANTOTĀ LITERATŪRA .....	28
PIELIKUMI .....	<b>Error! Bookmark not defined.</b>

# IEVADS

## **Pētījuma aktualitāte**

Pusaudžu gadi dzīvē ir tas periods, kad viņi vairs nevēlas tikt uzskatīti par bērniem, un cenšas kļūt par individuāliem cilvēkiem, meklējot to, kas katram ir svarīgs, kā arī vēlas tikt uzskatīti par tādiem. Vecākiem šajā vecumposmā ir svarīgi rādīt vēlamus piemērus, jo pusaudži savā ziņā modelē savu uzvedību pēc vecāku uzvedības. Ja tiek rādīt nevēlami piemēri, tie var atspoguļoties vēlāk pusaudža dzīvē.

Viens no nevēlamiem piemēriem ir noslēgšanās no saviem bērniem darba vai kāda cita iemesla dēļ. Šajā darbā uzmanība tiek pievērsta tiem brīžiem, kad tehnoloģiju lietošanas paradumi tieši vai netieši traucē pilnvērtīgi pievērsties pusaudžu audzināšanā.

Pēdējo 10 gadu laikā ir veikti neskaitāmi daudz pētījumu par tehnoloģiju lietošanu un tās plusiem un mīnusiem, visiem tehnoloģijas pienesumiem, kā arī minēti piemēri lietām, kas ir tikušas aizstātas ar tehnoloģijas lietošanas daudzuma palielināšanos.

Pēc autora domām tieši šī tēma ir svarīga, tāpēc ka ir veikti daudzi svarīgi pētījumi par tehnoloģisko ierīču lietošanas paradumiem un šo ierīču ietekmi uz starppersonu attiecībām – to skaitā bērnu un pieaugušo, tomēr nav veikti pētījumi par šo ierīču ietekmi uz pusaudžu attiecībām ar saviem vecākiem. Šis periods dzīvē ir svarīgs, jo bērni kļūst neatkarīgāki no saviem vecākiem un sāk veikt izvēles vadoties pēc tā kas viņiem ir svarīgs, nevis tāpēc ka vecāki tā ir teikuši, vai tas būtu svarīgs vecākiem. Šajā vecumposmā ir svarīgi ļaut pusaudzīm justies tā kā viņš tiešam ir individuāls cilvēks, nevis tikai vecāku personālitātes pagarinājums – svarīgi parādīt to, ka pusaudzis pats ir spējīgs veidot savas izvēles, mācīties no savām kļūdām, kā arī veidot savus uzskatus, un argumentēt tos. Šis pētījums tieši šobrīd ir svarīgs, jo iespējams norāda uz paradumiem un attiecību kvalitāti tieši COVID-19 pandēmijas laikā, kad tehnoloģiju lietojums ir paaugstināts – darbs un skola notiek attālināti.

## **Pētījuma mērķis**

Pētījuma gaitā noskaidrot vai un kāda ir vecāku tehnoloģijas lietošanas paradumu saistība ar vecāku – bērnu attiecību aptaujas rādītājiem.

## **Pētījuma uzdevumi**

1. Izveidot teorētisku pamatojumu par tehnoferenci un tās dažādām izpausmēm, kā arī parādīt kāpēc tieši šī tēma ir aktuāla.
2. Apkopot iepriekš veikto pētījumu atziņas un analizēt veikto pētījumu rezultātus.
3. Veikt pētījuma empīrisko daļu, veicot aptaujas adaptācijas 1.posmu, veidojot izlasi un ievācot datus no respondentiem, veikt saistību un regresijas statistisko analīzi, interpretējot un izskaidrojot iegūtos rezultātus.
4. Veikt secinājumus, balstoties uz iegūtajiem rezultātiem.

## **Pētījuma mainīgie lielumi**

Neatkarīgais mainīgais: vecāku tehnoloģijas lietošanas paradumi

Atkarīgais mainīgais: Pusaudžu attiecības ar saviem vecākiem

## **Pētījuma hipotēzes**

1. Paaugstinoties laika daudzumam, kuru vecāki pavada lietojot tehnoloģiskās ierīces, samazināsies attiecību kvalitāte starp vecākiem un saviem bērniem.

2. Paaugstinoties laika daudzumam, kuru vecāki pavada lietojot tehnoloģiskās ierīces, paaugstināsies arī laika daudzums, kuru bērni pavada lietojot tehnoloģiskās ierīces.

## **Pētījuma izlase**

Nejaušā atlasē tika izvēlētas 30 ģimenes kurās ir vismaz viens pusaudzis 10 – 18 gadu intervālā. Vecāku dzimums un vecums netika ņemts vērā.

## **Pētījuma dizains un metode**

Tika veikts korelatīvs pētījums, lai noskaidrotu vai un kāda ir novērojama saistība starp tehnoferenci un attiecībām ģimenē, balstoties uz iesniegtajām atbildēm no vecākiem un saviem bērniem.

Lai noskaidrotu pusaudžu attiecības ar vecākiem, tika latviešu valodā adaptēta attiecību struktūras aptauja (Relationship Structure Questionnaire (ECR-RS), Fraley, R. C., Waller, N. G., & Brennan, K. A., 2000). Lai noskaidrotu vecāku tehnoloģijas lietošanas paradumus, pētījuma ietvaros tika izveidota jauna aptauja, kas ietver jautājumus par dažādu ierīču lietošanas paradumiem – telefona lietošanu, datora lietošanu, kā arī televizora skatīšanās paradumiem.

# TEORIJA

## TEHNOFERENCE

Tehnoference (angļu valodā – technoference) ir tehnoloģisku un/vai elektronisku ierīču tieša vai netieša negatīva iejaukšanās indivīda dzīvē. Terminu un tā skaidrojumu pirmo reizi izmantoja 2014. gadā Sāra Koina (Sarah Coyne), izstrādājot pētījumu kopā ar Brendonu Makdanielu (Brandon McDaniel) par tehnoferences saistību ar sieviešu labsajūtu, depresijas simptomiem, apmierinātību gan ar romantiskām, gan platoniskām attiecībām. Šajā pētījumā rezultāti norādīja uz to, ka augstāki tehnoferences rādītāji korelēja ar lielāku neapmierinātību ar attiecībām, augstāku depresijas risku un zemākiem personiskās labsajūtas rādītājiem (McDaniel & Coyne, 2016).

Tehnoference var izpausties kā, piemēram, pārāk ilga sēdēšana pie datora, vai pārāk bieža ielūkošanās telefonā. Elektronisko ierīču lietošana kļūst par tehnoferenci tādā gadījumā, ja tas kaut kādā veidā negatīvi ietekmē jebkādu aspektu no indivīda dzīves. Ietekmēti var tikt akadēmiskie rādītāji, attiecības ar draugiem, ģimeni, tuvas attiecības (McDaniel & Coyne, 2016), vai pat attiecības un attieksme pret saviem bērniem.

Lielākoties, tehnoference parādās tad, kad indivīdam ir grūtības novērst vai sadalīt uzmanību, vai to nolikt malā un mainīt fokusu uz ko citu – prom no elektroniskās ierīces, kad tas vajadzīgs, Visspilgtāk to var pamanīt, ja attiecībās partneris sarunas vidū sāk izmantot kādu elektronisku ierīci, un nav pilnībā iesaistījies sarunā un bieži vien palaiž garām kaut ko no sarunas. Bieži vien persona, kas lieto ierīci nepamana, ka tas nav patīkami sarunas partnerim tajā brīdī. Svarīgs iemesls kāpēc tā musdienās ir problēma ir tas, ka ikdienā ļoti daudz paļaujamies uz tehnoloģiju lietošanu, ka tā kļūst par uzbāzīgu, un indivīdiem aktīvi jācīnās atvienoties un aizmirst par elektronisko vidi.

Daudzi no pieejamajiem sociāliem tīkliem vairāk un vairāk mūsdienās tiek monetizēti (angļu valodā – monetised), un šo tīklu izveidotāji saņem naudu no cilvēkiem, kuri pērk reklāmas šajos sociālajos tīklos, ja sociālais tīkls pietiekami bieži tiek izmantots. Katru reizi kad kāds noklikšķina uz reklāmas, reklāmas izveidotāji saņem par to sīku naudas summu. Tāpēc indivīdu cenšas turēt pēc iespējas ilgāk šajā vidē, lai saņemtu no lietošanas laika atpakaļ lielāku daudzumu naudas un padarītu brīvu mājaslapu lietotājam, par iespēju nopelnīt un saņemt atpakaļ naudu par ieguldīto laiku mājaslapas izveidē.

Starp universitātes un koledžu studentiem, ir novērojama “Novērsta uzmanība mācīšanās laikā”, kuras rezultātā akadēmiskie rādītāji ir zemāki, nekā tiem vajadzētu un varētu būt, jo students vairāk vai nu socializējas telefonā, vai runā ar blakussēdošo cilvēku. (Froese et al., 2012; Smith, Isaak, Senette, & Abadie, 2011).

Šobrīd universitāšu pasniedzēji uztraucas par tehnoloģiju lietošanu viņu lekcijās, tāpēc ka grūti ir noteikt vai kopēji ir labi ieguvumi, vai slikti. Kā minējis Samsons, tehnoloģijas var uzlabot mācību procesu, pieprasot iedarbību, un aktīvu iesaistīšanos no studenta (Samson, 2010). Studenti klēpj datorus, telefonus, planšetdatorus, var izmantot lai sniegtu atbildes uz pasniedzēja jautājumiem vai uzdevumiem. Ideālā variantā, visi studenti piedalās, katrs savā veidā, un kopā mācās. Šāda veida lekcijā mācību process būtu uzlabots, salīdzinot ar parastu lekciju. Kā minēts Božinovas un Oigaras 2013. gada rakstā, aktīvu atbilžu tehnoloģiju lietošana mācību procesā ir parādījusi 4.7% pieaugumu kopējās kursa atzīmēs (Bojinova & Oigara, 2013).

Tomēr biežāk visas šīs iepriekš minētās ierīces, tiek lietotas citos, ne-akadēmiskos nolūkos, kas negatīvi ietekmē līdzdalību, kā arī sniegumu lekcijās vai mācību stundās. Ir tik daudz citu lietu, ko šīs ierīces dod iespēju darīt un nepievērst uzmanību lekcijai vai mācību stundai. Tajās ne tikai tiek ietverta īsziņu sūtīšana, jaunāko ziņu lasīšana, sociālo mēdiju pārlūkošana. Mobilie telefoni var arī tikt izmantoti, lai krāptos, un norakstītu, pildot testu, eksāmenu, vai kontroldarbu.

Tehnoference ne tikai ietekmē studentus vai skolēnus. Tiek ietekmētas arī starppersonu attiecības – bieži vien negatīvi. Lai gan viedtālruni ļauj vienmēr būt saziņā vienam ar otru, kad cilvēki ir šķirti un nevar atrasties blakus, tie bieži veic pretējo kad cilvēki ir kopā – traucē veidot nopietnas, ilgas un nozīmīgas sarunas. Šie traucējumi norāda uz potenciāliem traucējumiem starppersonu attiecību dinamikā, tieši tajos brīžos, kad viedtālruni tiek izmantoti. Viedtālrunos ir neskaitāmi daudz informācijas vai ienākošo paziņojumu, kas var samazināt iesaisti sarunā, vai no tās pilnībā novērst uzmanību. Šis bieži var novest pie tā ka viena vai abas personas ir neapmierinātas ar attiecību kvalitāti, kas vēl tālāk paaugstina iepriekšminēto depresijas rādītājus, kā arī pazemina personiskās labsajūtas rādītājus (McDaniel & Coyne, 2016)

2015. gadā AVG tehnoloģijas veica pētījumu, kur bērniem no 8 – 13 gadiem tika uzdots jautājums par to, vai viņu vecāki pārāk bieži ikdienā izmanto dažādas ierīces. Vairāk par pusi atbildēja, ka viņi uzskata, ka vecāki pārāk bieži parbauda savas ierīces. Vairāk par pusi no

vecākiem arī tam piekrita. Vēl arī svarīgi pieminēt, ka 32% no bērniem jutās tā kā šīs ierīces ir svarīgākas nekā viņi, laikos kad vecāki izmantoja, vai pārbaudīja savas ierīces.

Vēl arī 2017. gadā Brendons Makdaniels veica longitudinālu pētījumu par tehnoferences saistībā ar ģimenes attiecībām. Šajā pētījumā vecāki paši norādīja uz problemātisku uzvedību saistībā ar ierīču lietošanas paradumiem, kas tālāk norādīja uz augstākiem problemātiskas bērna uzvedības rādītājiem. Vajadzētu ņemt vērā, ka lielāka negatīva ietekme bija tad, kad mātes norādīja uz problemātisku uzvedību saistībā ar tehnoloģiju, nekā tēvi. (McDaniel & Radesky, 2017)

## TEHNOLOĢIJU IZMANTOŠANA AUDZINĀŠANĀ

Vecākiem pēc vajadzības ir pieejams neskaitāms daudzums interneta resursu, dodot iespēju uzzināt vairāk par problēmām kas var rasties ikdienā, kā arī tiek sniegta iespēja pārrunāt problēmas un pieredzes ar citiem vecākiem, kas var atrasties jebkur citur pasaulē. Šīs pieredzes apmaiņas palīdz vecākiem labāk saprast ko darīt negaidītās situācijās un iespējams novērst kļūdas kuras būtu varējušas rasties neziņas dēļ. Sociālais atbalsts mātēm Makdaniela 2012. gada pētījumā norādīja uz zemākiem stresa rādītājiem, un zemāki stresa rādītāji arī norāda uz zemākiem depresijas rādītājiem. (McDaniel, et. al, 2012).

Lai gan tehnoloģiju lietojums audzināšanas procesā var sniegt atvieglojumu meklējot problēmu risinājumus, tas arī veido situācijas, kad vecāki tieši izmantojot ierīces, zaudē uzmanību, kurai vajadzētu būt vērstai pret bērnu. Vadoties pēc Džona Boulbija (Bowlby, 1969) piesaistes teorijas, svarīgi saprast, ka vecāku uzvedība pret bērniem veido tādu kā piemēru, kā bērnam būtu jāuzvedas. Tas tieši nozīmē, ka ir liela iespējamība, ka vēlāk dzīvē bērns var līdzināties vecākiem un atspoguļot uzvedību, un attieksmi.

Kā piemēru var minēt Hinikeru, kurš savā pētījumā parādīja, ka vecāki vai aprupētāji kas izmantoja telefonu, pievērsa uzmanību bērnu vēlmēm tikai 44% no laika, tupretīm indivīdi kas nelietoja nekādas ierīces – 89% (Hiniker et. al, 2015). Arī Kirkorians ar saviem kolēģiem savā pētījumā norādīja uz to, ka ieslēgts televizors fonā negatīvi ietekmēja bērna un vecāka savstarpēju verbālu un neverbālu komunikāciju. Vecāki minēja, ka bērnu uzvedība mainās, kad tiek nolikts telefons un tiek pievērsta pilnīga uzmanība bērniem – bērni pārstāj uzvesties neparasti un negaidīti, tikai lai pievērstu vecāku uzmanību (Radesky et. al, 2016). Šajā pētījumā vecāki arī

apgalvojuši, ka grūtāk novērst uzmanību no interaktīvām ierīcēm kā viedtālruniem un planšetdatoriem, nekā no pasīviem izklaides veidiem kā grāmatas vai televizori (Kirkorian et. al, 2009).

Pētījumi liecina, ka augstāki fluīdā un kristalizētā intelekta rādītāji norādīja uz augstākiem jaunu tehnoloģiju pieņemšanas un sapratnes rādītājiem (Czaja et al, 2006), līdz ar to bērniem pieaugot, un attīstot intelektu, izveidojās iespēja izmantot lielaku tehnoloģisko ierīču klāstu, lai vēl turpmāk palīdzētu bērna attīstības procesā – izmantot ierīces, lai palīdzētu mācībās. Tehnoloģisko ierīču ieviešana bērna ikdienā arī palielina brīvā laika izklaižu izvēles klāstu – iespējams sāk parādīties brīži, kad bērns pavada brīvo laiku klusumā, izmantojot kādu ierīci. Svarīgi šādos momentos vērot laika daudzumu, kuru bērns pavada ierīcēs – lai šis laika daudzums nav pārāk augsts, un lai ierīču izmantošanas neitekmētu bērna veselības stāvokli.

## TEHNOLOĢIJU LIETOŠANAS POZITĪVIE ASPEKTI

Ikdienas lietošanai visizplatītākā ierīce pasaulē ir viedtālrunis – 2019. gadā apmēram 5 miljardiem cilvēku pasaulē piederēja tālrunis un apmēram pusei no šiem pieder viedtālrunis. Droši var prognozēt, ka 2020. gadā šis skaitlis tikai paaugstināsies (Pew Research Centre, 2019)

Mūsdienās tehnoloģiju lietošana ir tik pašsaprotama un plaši izplatīta, ka bez telefona, planšetdatora vai personīgā datora, cilvēks ikdienā palaiž garām neiedomājami lielu daudzumu informācijas, svarīgu jaunumu, vai komunikāciju iespējas.

Kā Piažē min savā 1962. gada pētījumā “Play, dreams and imitation”, agrā vecumā bērni izmanto dažādu veidu sensomotorās spēles, lai labāk izprastu objektus sev apkārt, kā arī savus ķermeņus. (Piaget, 1962). Šī spēlēšanās bērnam izaugot tiek pārvērsta izklaides avotā – šeit ietilpst datorspēles, sporta spēles, kā arī prāta spēles, kā šahs.

Datorspēles atšķirās no citiem izklaides avotiem, ar to ka tās ir primāri interaktīvas, un ļauj spēlētājam pašam izveidot savu veidu, kā tās tiek spēlētas, ņemot vērā datorspēles autora nostādītos likumus un spēles ierobežojumus. Bieži vien, spēlēm ir stāsts, kuru spēlētājs pats savā garā, jebkurā laikā var pārtraukt un pārstāt spēlēt, pieņemot ka spēle nav tiešsaistē ar citiem cilvēkiem (online) un turpināt kad vien vēlas. Šis stāsts bieži vien netiek virzīts uz priekšu spēlētājam pašam neiesaistoties, spēlējot spēli (Granic et al, 2014).

Mūsdienās 90% pieaugušo, kā arī bērnu pavada vismaz vienu stundu nedēļā spēlējot spēles vai nu datorā, vai telefonā un planšetdatorā (Lenhart et al., 2008) un tās paliek vairāk un vairāk sociālas (Olson, 2010), ļaujot vairākiem cilvēkiem vienlaicīgi, ar interneta palīdzību spēlēt kopā – vai nu sadarbojoties, vai cīnoties vienam pret otru. Kā izpētīts Lobela 2019. gada pētījumā, bērni, kas aptaujā atzīmēja, ka spēlē datorspēles, kurās jābūt konkurētspējīgiem, divos mērījumos, kuri tika veikti ar gada starpību, uzrādīja uzlabojumus problēmu risināšanā un vienaudžu attiecībās (Lobel et al, 2019). Pētījumā tiek minēts, ka datorspēles, kā citi konkurētspējīgi spēlēšanas veidi, kā, piemēram, sporta spēles (futbols, volejbols, basketbols u.c.), spēj parādīt kontekstu adaptīvo sociālo kompetenču attīstībai.

Bieži vien, cilvēki plašsaziņas līdzekļus izvēlas pēc bioloģiskiem vai vides faktoriem, vai arī kā noteiktā brīdī ir ērtāk (Padilla-Walker, Stockdale & McLean, 2019). Šī iemesla dēļ pilnīgi visu laiku pārvaldīt to ko bērns varētu internetā atrast nav īsti iespējams. Vērts pieminēt, ka pētījumā kas veikts 2000. gadā tika norādīts uz to, ka vecākiem iesaistoties bērna izklaidēs, kas ir saistītas ar tehnoloģiju izmantošanu, un to ik pa laikam pārskatot, samazinājās mediju sliktā ietekme uz bērniem (Nathanson & Cantor, 2000). Šo vecāku iesaistīšanos var panākt ar ierīču izmantošanas laika samazināšanu, iespējamā redzamā satura kontrolēšanu, vai arī dažkārtēju pārrunāšanu par to, ko bērns ir redzējis nesen.

Pusaudžiem šī kontrole varētu nepatikt, jo sāk veidoties patstāvība, kas tajā pašā laikā varētu palīdzēt pusaudžu attīstībā. Pusaudžu attīstībā ir svarīgi nostādīt robežas, kuras pusaudži var pārkāpt, lai liktu viņiem justies patstāvīgākam – pašam ir iespēja veikt izvēles. Šīs robežas nedrīkst būt pārāk zemas vai pārāk augstas. Ja tās ir pārāk zemas, pusaudzis neiegūst to daudzumu gandarījuma, kuru vajadzētu, lai palīdzētu ar patstāvības izveidi. Ja robežas ir pārāk augstas, vai pārāk ierobežojošas, tad pusaudzim zūd motivācija mēģināt šīs robežas pārkāpt, vai iespējamās pārāk negatīvas sekas. Tomēr šī kontrole pašā sākumā varētu būt labs solis, kā palīdzēt ar pusaudža patstāvības attīstību. Vecākiem nav daudz iespēju palīdzēt šajā attīstībā, tieši neiejaucoties pusaudža skolas ikdienā, vai ietekmējot vienaudžus, kas bieži vien var arī atspēlēties negatīvi, tāpēc šis ir svarīgs solis lai palīdzētu pusaudzim vēlāk dzīvē. Veiktajos pētījumos pusaudži atbildēs norādījuši, ka labāk uztver aizliegumus un ierobežojumus, kuri tiek paskaidroti un tiek uzlikti kāda specifiska iemesla dēļ, nevis tikai lai būtu.

## TEHNOLOĢIJU LIETOŠANAS NEGATĪVIE ASPEKTI

Palielinoties tehnoloģiju izmantošanas popularitātei, seko arī negatīvie aspekti. Elektrības pārdotais daudzums kopš 1960. gada, ASV, pieaudzis no mazāk par 300 miljonu kilovatstundām, līdz 2019. gada mērijumam – gandrīz 4 miljardi kilovatstundas (Cabral, 2019). Kopā ar lielo elektrības pārdoto daudzumu, nāk arī lielas naudas summas, kas tiek maksātas par izlietoto elektrību. Katra minūte, kad viesistabā lampa ir ieslēgta, katrs uzlādētais procents mobīlā telefona baterijā, palielina naudas daudzumu, kas jāmaksā mēneša beigās.

Daudzums cilvēku, kas dodas pie ārstiem, meklējot palīdzību ar problēmām, kas izraisītas no pārmērīgas tehnoloģiju lietošanas, visā pasaulē palielinās (Billieux et al, 2017). Jāpiemin arī retās reizes, kad cilvēki ilgstoši sēdējuši pie datora, ar fatālām sekām. Mūsdienās uzvedība, kas tiek uzskatīta par problemātisku, tiek pasniegta gan kā patiesa atkarība, gan arī kā dažādu veidu nepareizi izveidojies pārvarēšanas mehānisms ikdienas problēmām, kad cilvēks vēlas atpūsties, vai uz brīdi aizmirst ikdienas problēmas.

1996. un 1998. gadā Grifits un Jangs (Griffith, Young) psiholoģijas laukā ieviesa terminu “interneta atkarība” (Internet Addiction) (Griffith, 1996, Young, 1998). Šobrīd šis termins jau ir novecojis, un 2018. gadā, WHO (World Health Organization) tika ieviests precīzāks termins – “Spēlēšanas traucējumi” (Gaming Disorder), un klasificēts zem 11. Internacionālās slimības klasifikācijas revīzijas (ICD-11), kā modelis kas raksturots kā problemātiska uzvedība, un nespēja kontrolēt laiku kuru pavada spēlējot datorspēles.

Šai iekļaušanai ICD-11 seko ārstēšanas programmu izstrāde, cilvēkiem ar veselības stāvokļiem, kuri ir identiski cilvēkiem ar diagnosticētiem spēlēšanas traucējumiem. Lai šī uzvedība būtu diagnosticējama, tai jābūt skaidri acīmredzamai vismaz gadu. Šis panāks palielinātu uzmanību šīm problēmām un iespējamiem problēmu cēloņiem starp profesionāļiem veselības jomās, un palielinās iespējas atrast veidu, kā ar šīm problēmām strādāt un, iespējams, novērst pilnībā, vai samazināt un novērst problēmas līdz tās ir kontrolējamā līmenī.

Pusaudžu vecumā pētījumi norāda uz saistību starp plašsaziņas līdzekļu izmantošanu un paaugstinātu risku internalizēt notikumus – paturēt sevī kādu sliktu notikumu, piemēram, skolā, un nevienam nestāstīt (Steele & Brown, 1995). Šī uzvedība izveido tādu kā sadali starp vecākiem un bērniem, jo vecāki nav spējīgi palīdzēt, tāpēc ka nezina kas ir noticis. Ja pusaudzis jūtas ierobežots savos izklaides viedos, palielināsies risks, ka pusaudzis vairāk un vairāk izvēlēsies

noslēgties, un nestāstīt nevienam no vecākiem par savām problēmām, kas secīgi samazinās emocionālās labsajūtas rādītājus.

Nepareizi plašsaziņas līdzekļu izmantošanas ierobežojumi, vai aizliegumi veiks pretējo, tam ko vecāki cenšas panākt ar šiem aizliegumiem. Ja tajos brīžos kad tiek izveidoti ierobežojumi vai aizliegumi par pusaudzņa izklaidēm tiek pielietota aizliedzoša metode, kas bieži vien neietver paskaidrojumus, kāpēc tā tiek pielietota, tad pusaudzim rodas priekšstats, ka pats nav spējīgs veikt izvēles un liek justies mazāk kompetentam (Padilla-Walker, Stockdale & McLean, 2019).

Veikti vairāki pētījumi par to kā vecāki reaģē uz bērna vēlmēm vai uzvedību, tajos brīžos kad vecāki lieto jebkādas ierīces. Lielākā daļa pētījumu norāda, ka reakcija uz bērna vēlmēm ir negatīva. 2014. gada pētījumā vairākkārt tika novērota naidīga reakcija uz centieniem pievērst vecāku uzmanības, vai kad bērns pieļāvis kādu kļūdu, kā piemēram, nejauši kaut ko izlējis, vai nosmērējies (Radesky et al, 2014). Dažkārt pat intervijās ar bērniem, tiktas izteiktas vēlmes redzēt vecākus pievērsšam pilnību uzvedību uz apkārt notiekošo, kā arī pievērst uzmanību bērnam (Hiniker, Schoenebeck & Kientz, 2016).

Audzīnot bērnus ir svarīgi veidot priekšstatu par to, ka vecāki vienmēr kontrolē situāciju, lai bērns varētu paļauties uz vecākiem, un neuztraukties, ka ir nemīlēts vai pat nevēlams. Ja vecāki ir pārāk aizņēmti ar ierīcēm, vai plašsaziņas līdzekļiem, tas bērnos rada priekšstatu, ka ir daudz kas svarīgāks, nekā vīni. Bērniem jebkurā vecumā ir svarīgi izjust vecāku emocionālo siltumu – tas palīdz attīstīties drošībā, un tiek izveidots pareizs piesaistes veids, kas palīdz vēlāk dzīvē veidot nozīmīgākas un noturīgākas attiecības (Bowlby, 1969).

## VECĀKU LOMA PUSAUDŽA DZĪVĒ

Bērnam pieaugot, vecāki tiek uzskatīti par vissvarīgākajiem cilvēkiem – tiek uztverti par centrālajiem cilvēkiem šajā agrīnajā dzīves posmā (Rossi & Rossi, 1990). Bērni, pašā dzīves sākumā, lielākoties par piemēru izmanto savus vecākus, lai noteiktu kā uzvesties, kā risināt problēmas un kā veikt, tobrīd, svarīgus lēmumus. Šī iemesla dēļ, bieži vien, bērni tiek novēroti, ka uzvedās kā vecāki, vai dara ikdienas lietas līdzīgi kā to būtu darījuši vecāki. Par piemēru var izmantot bērna pirmo vārdu, kas lielākoties ir “mamma” vai “tētis”, attiecīgajā valodā, kurā vecāki sarunājas ar bērnu, ar biežu pārklāšanos starp dažādām valodām (Tardif et al, 2008). Arī 2008 gadā Saderlands ar kolēģiem (Sutherland et al, 2008), veica pētījumu kurā bērniem

vajadzēja “iepirkties” izdomātā veikalā. Šī pētījuma rezultāti norādīja, ka bērni sāk atspoguļot vecāku uzvedību, iespējams pirms saprot, kāpēc vecāki tā rīkojas.

Tomēr šī dinamika mainās bērnam pieaugot un kļūstot par pusaudzi. Attiecības starp vecākiem un pusaudzi kļūst vienlīdzīgākas, un abas puses vēlas būt respektētas un saprastas vienlīdzīgi. Šis ir tas vecuma periods, kad pusaudži vairāk nevēlas tikt uzskatīti par bērniem, bet drīzāk par jau pieaugušiem cilvēkiem, kuri var veikt lēmumus paši, kā arī strādāt paši ar savām problēmām. Kā pētnieki minējuši 2006. gada pētījumā – pusaudži cenšas palielināt savu autonomiju un veido jaunus kontaktus ārpus ģimenes – jauni draugi, iespējams pirmās romantiskās attiecības (Smetana, Campione-Barr, & Metzger, 2006). Vecāki šo periodu – līdz tam, kad viņu bērns tiešām kļuvis par pieaugušo, uzskata par visgrūtāko audzināšanas posmu (Buchanan et al. 1990).

Galvenais iemesls šim uzskatam ir negaidītās pārmaiņas bērnu uzvedībā – vēlme pēc autonomijas arī nozīmē, ka pusaudzis sāks būt daudz nepiekāpīgāks, nekā iepriekš. Šajā posmā sāk veidoties daudz vairāk konfliktsituāciju starp vecākiem un bērniem nekā iepriekš, lai gan Larsons ar kolēģiem savā pētījumā norāda ka kopumā pusaudži pavada mazāk laiku ar vecākiem, nekā vienaudžiem (Larson et al. 1996). Konfliktsituāciju rašanos nevajadzētu uzskatīt par sliktu pazīmi – tā tiek uzskatīta par normu, tāpēc ka ģimenes dinamikā rodas pārmaiņas. Šeit ir vērts pieminēt, ka ģimenēs ar viegliem vai mēreniem konfliktiem, parādās stabilākas attiecības starp vecākiem un pusaudžiem vēlāk dzīvē, nekā ģimenēs, kurās nenotiek konflikti, vai tie notiek ļoti bieži (Adams & Laursen 2001, Smetana et al. 2004).

Vecāku un bērnu attiecībās, tieši no bērna skatu punkta, ļoti svarīgs rādītājs ir uztvertais emocionālais siltums attiecības starp bērnu un vecākiem. Bērni jūtas labāk, kad var uzticēties un būt atvērti pret vecākiem, zinot ka tiks uzklausīti, kā arī vecāki palīdzēs ar problēmām un smagi nenosodīs kļūdas (Scaramella, Conger, & Simons, 1999). Pusaudžu vecuma periodā, drošāki piesaistes veidi tiek asociēti ar augstāku sociālo sapratni, kā arī stabilāku psihosociālo pielāgošanos ar vienaudžiem (Allen et al. 1998).

Šteinbers 2007. gada pētījumā norādījis, ka agrīnā pusaudžu vecumā pusaudžiem ir paaugstināts risks lietot narkotikas un citas apreibinošas vielas (Steinberg, 2007). Šo vielu lietojums bieži notiek vecākiem nezinot, tāpēc šo uzvedību ir diezgan grūti novērst. Tā kā vecāki šo uzvedību nevar novērst aktīvā veidā – vienīgais veids, būtu neļaujot pusaudžiem pavadīt laiku ar vienaudžiem, un tā kā tas ir svarīgs veids kā pavadīt laiku un iemācīties pareizu sociālo

uzvedību – tas ir jāveic pasīvā veidā. Primārais veids būtu precīzi izskaidrot iespējamās sekas, kas var rasties apreibinošu vielu ietekmē. Tas ir jādara mierīgā veidā, un to nedrīkst darīt nosodoši. Svarīgi arī vecākiem iemācīties un zināt kādus citus soļus tie var izmantot, lai pasīvi aizsargātu savus bērnus un samazinātu iespējas piedalīties riskainās situācijās (Stattin & Kerr, 2000).

Ja ir izveidojusies konfliktsituācija jebkāda iemesla dēļ, starp vienu, vai abiem no vecākiem un pusaudzi, un tā nav bijusi nesen atrisināta, pusaudžiem kuri ir saņēmuši, vai saņem lielāku daudzumu emocionālā siltuma no vecākiem, ir lielāka iespēja uztvert konfliktsituāciju par kaut ko tādu, ko var viegli atrisināt, izrunājot notikušo. Augsti emocionālā siltuma rādītāji arī palīdz apturēt nepareizu uzvedības modeļu izveidi un palīdz ar emocionālo regulāciju spējām konfliktsituācijās (Darling & Steinberg, 1993; Lee & Gotlib, 1991). No otras puses, ja vecāki ir emocionāli silti pret saviem bērniem, tie palīdzēs pusaudžiem justies pieņemtiem, un pusaudžiem būs vieglāk rast risinājumu konfliktsituācijai pie vecākiem, nekā no kāda cita.

Turpretīm, ja starp pusaudzi un vecākiem nav izveidojušās emocionāli siltas attiecības, gluži pretēji – aukstas, pusaudžiem var rasties problēmas ar uzbudinājuma līmeņa regulēšanu, kas var novest pie problemātiskas uzvedības, kas var veidoties konflikta laikā. Zems emocionālais siltums arī var likt bērnam justies nevēlamam ģimenē (Cummings & Davies, 2010).

## AUDZINĀŠĀNAS UN ATTĪSTĪBAS IESPĒJU PRETSTATS PAGĀTNEI

Šobrīd kultūra un ikdiena ir izveidojusies daudz citādāk nekā cilvēkiem šķita. Kā piemēru šeit var minēt 1997. gadu, kad Neimans ar kolēģiem (Neumann, Stöcker, Schill, Irmscher, & Körndle, 1997) minēja ka multimēdiju rīki, kas tajā laikā bija pieejami, nebija pietiekoši, lai novadītu seminārus, un izmantotu materiālus lai mācītu. Kā negatīvos iemeslus minēja video un audio slikto kvalitāti, un minēja laika un enerģijas piepūli cilvēkiem, kas tajā laikā pārāk labi nepārzināja datoru lietošanas soļus (Sekuler, 1996).

Šobrīd šie multimēdiju rīki var tikt izmantoti ne tikai skolās un universitātēs, lai pasniegtu stundas un lekcijas, bet arī var tikt izmantoti, lai mazākiem bērniem efektīvi iemācītu dažādas dzīve noderīgas prasmes. Pirms plaši pieejamiem viedtālruniem un plaši izplatītajiem sociālajiem mēdijiem, bērni bieži vien iemācījās otro valodu, pateicoties tam, ka bieži skatījās televizoru, kas neskanēja dzimtajā valodā. Lielo daudzumu informācijas un zināšanu, ko var iegūt skolā nedrīkst

noliegt un ignorēt. Tajā pašā laikā, ārpus skolas, daudzās interneta vietnēs, mūsdienās ir pieejams lielāks daudzums zināšanu un informācijas, kas ir atbilstošs jebkurām vecuma grupām un pieejams jebkurā laikā, pēc vajadzības. Vienam un tam pašam jēdzienam, ir iespējams atrast paskaidrojumus vairākām dažādām vecuma grupām – šis jēdziens sākumā tiek paskaidrots ļoti vispārīgi – šis ir domāts jaunākiem lasītājiem. Izvēloties vēlākas vecuma grupas, piedāvātā informācija kļūst specifiskāka – paskaidrojot jēdzienu precīzāk. Apvienojot pieejamo informācijas daudzumu internetā un efektīvos mācīšanās veidus skolā, mācību procesā ir iespējams paveikt to, ko nevarēja 20 gadus atpakaļ.

Mūsdienās starppersonu attiecības ir kļuvušas nestabilākas un tiek raksturotas kā mazāk saistošas (Bumpass & Lu, 2000), kas rezultējas no tā, ka laulības nav primārais šķērslis, pirms cilvēki kopā dzīvojot varētu uzaudzināt bērnu. Romantiskie partneri var dzīvot kopā, kā arī audzināt bērnu mūsdienās, bez apkārtējo cilvēku nosodīšanas, ka šis pāris nav precējies, pirms bērna piedzimšanas. Lai gan šī iespēja ļauj ģimenēm izveidoties vieglāk un organiskāk – bez obligātām juridisku lietu kārtošanām – tā arī nozīmē samazinātu attiecību ilgumu. Bērnam pieaugot abi vecāki ir svarīgi dzīvē, tāpēc attiecību pārtraukšanas gadījumā bērnam zaudējot vienu no vecākiem, iespējams tiek negatīvi ietekmēta dzīves kvalitāte, atkarībā vai starp-vecāku attiecību kvalitāti ļoti krasi mainās uz negatīvo pusi. Bieži vien attiecību pārtraukšana arī nozīmē, ka bērns primāri dzīvo tikai ar vienu no vecākiem, un atkarībā ar attiecībām ar otru vecāku, var likt bērnam uztvert bērna-vecāka attiecības kā nepilnvērtīgas.

Nedrīkst arī aizmirst, ka vecākiem ar bērniem, kuriem ir mācīšanās traucējumi, šobrīd ir neskaitāmi vairāk iespēju pārliecināties un nodrošināt izglītību saviem bērniem tādā veidā, lai šī izglītība būtu vienlīdzīga ar bērniem, kas ieguvuši to publiskās skolās. Palielinās iespējas publiskās skolās, bērniem ar mācīšanās traucējumiem, iegūt pilnvērtīgu izglītību, kas ir tieši tāda pati, kādu saņem bērni, kam nav nekādu mācīšanās vai uzmanības traucējumu. Tiek apsvērti arī risinājumi pielāgot izglītību katram bērnam individuāli, neskatoties uz to vai ir kādas problēmas mācīšanās procesā, lai varētu nodrošināt individuālu, nevis standartizētu mācību procesu. Neskatoties uz mācību veidiem, vissvarīgākais tomēr jebkuram bērnam ir pilnīgs ģimenes atbalsts pilnvērtīgam attīstības periodam (Minuchin, 1974).

Mūsdienās, informācija par gandrīz katru cilvēku ir pieejama viena Google meklējuma attālumā, tāpēc ir mainījusies etiķete, kā cilvēki sniedz informāciju par sevi, savu ģimeni un savu ikdienas dzīvi – ir vēlme visu sniegt pozitīvi – ka nekas slikts dzīvē nenotiek. Šajā gadījumā

svarīgi minēt, ka dažkārt lielā daļā pieejamo pētījumu, kas saistīti ar bērnu audzināšanu un ģimeņu attiecību kvalitāti, ir grūti noteikt īsto ģimenes situāciju, jo pildot aptaujas vai testus, cilvēki mēdz sniegt sociāli vēlamas atbildes. Līdz ar to, nepasniedzot īsto ģimenes attiecību ainu, kas ir ļoti svarīga, lai veiktu pareizu rezultātu interpretāciju, un sniegtu labākus risinājumus, kas var tikt iegūti no veiksmīga pētījuma. No šī, pētījumos var izvairīties izmantojot dažādas tehnikas, kā piemēram, melu skalas – atkārtojot līdzīgus jautājumus, jautājot tos pavisam savādāk.

Goldbergs un Karlsons savā 2014. gada pētījumā min, ka datu iegūšanas procesā sastapa problēmas ar vispārīgu negatīvas informācijas iegūvi, jo pārsvarā pētījumos tiek pievērsta uzmanība ekstrēmai, vai ļoti specifiskai negatīvai uzvedībai (Goldberg, Carlson, 2014). Pētījumi kas tiek veikti vispārīgi, pārsvarā koncentrējas uz pozitīvajiem aspektiem, bet pētījumi, kas koncentrējas uz negatīviem aspektiem, tiek veikti ļoti specifiski un nav pieejama vispārīga informācija. Lai veiktu pētījumus par ģimeņu attiecību kvalitāti, ir jāpievērš tuva uzmanība iesniegtajām atbildēm, un pareizi jānoformulē pētījuma jautājumi, lai tie nav pārlietu vispārīgi, vai pārāk specifiski.

# METODE

## **Pētījuma dalībnieki**

Šī pētījuma izlasei tika piemeklētas divas pētījuma dalībnieku grupas – viena grupa sastāv no pusaudžiem 10-18 gadu vecumā, otra grupa sastāvēja no šo pusaudžu vecākiem – precizējot viens pieaugušais, katram pusaudzim. Bakalaura darbā izlasi kopā veidoja 60 respondenti – 30 vecāki, un 30 bērni. Vecāki, kas aizpildīja aptauju bija vecumā no 20 līdz 50 gadiem, un viņu bērni, kas aizpildīja aptauju bija vecumā no 12 līdz 19 gadiem.

## **Instrumentārijs**

Pētījums tika veikts ar diviem mērījumiem, izmantojot divas metodes: Attiecību struktūras aptauja un Tehnoloģiju paradumu aptauja.

Attiecību struktūras aptauja (Relationship Structure Questionnaire (ECR-RS), Fraley, R. C., Waller, N. G., & Brennan, K. A., 2000), tika izmantota lai uzzinātu pusaudža šī brīža attiecības ar savu māti vai tēvu. Aptauja palīdz noskaidrot vai ir novērojama trauksme vai neuzticēšanās saviem vecākiem. Latviešu valodā šo aptauju ir tulkojis darba autors, un pielāgojis pētījuma vajadzībām, pārbaudot vai jautājumi tulkošanas procesā nezaudē nozīmi, vai nepārklājas ar citiem jautājumiem. Aptauja kopumā sastāv no astoņiem apgalvojumi, kuros jānosaka atbilstība intervālos no 1 līdz 7, kur (1) nozīmē “pilnībā nepiekrītu” un (7) nozīmē “pilnībā piekrītu”. Respondentam ir jāizvēlas cik katram apgalvojumam šobrīd piekrīt, vai kurš apgalvojums visprecīzāk raksturo attiecības ar izvēlēto ģimenes locekli. Neuzticēšanos vecākiem norādā tādi apgalvojumi kā “Man šķiet viegli paļauties uz šo cilvēku”, vai “Es nejūtos tā kā varētu būt pilnībā atvērts pret šo cilvēku”. Pirmie trīs apgalvojumi ir jānolasa kā iesniegti, bet pārējie pieci apgalvojumi jāaplūko apgrieztā veidā. Oriģinālā aptauja sastāvēja no deviņiem apgalvojumiem, bet tulkošanās procesā viens apgalvojums pārāk daudz pārklājās ar citu, tāpēc tika atmests.

Tehnoloģiju izmantošanas aptauju darba autors izveidoja patstāvīgi, balstoties uz ikdienas paradumiem un pētījumu rezultātiem (Cabral, 2019, Billieux et al, 2017). Šī aptauja tika izmantota lai uzzinātu pieaugušā šī brīža tehnoloģiju lietošanas paradums ikdienā. Pirmajā jautājumā respondentiem ir lūgts atzīmēt visus tehnoloģiskos priekšmetus, kas viņiem pieder vai ir atrodami mājās. Pēc tam respondentiem jānorādā cik ikdienā viņi izmanto viedtālruni, un sekojošajā jautājumā, cik no tā laika tiek izmantots izklaidei. Tad seko divi jautājumi, kuros

respondentiem jānorāda cik bieži izmanto viedtālruni īsi pirms un pēc gulētiešanas, kā arī vai izmanto viedtālruni ēdienreižu laikā. Tad respondentiem jānorāda cik ikdienā izmanto stacionāros datorus, vai klēpj datorus, un cik no tā laika tiek izmantots izklaidei. Aptaujas beigās respondentiem ir jāatbild par televizora skatīšanās paradumiem – cik skatās ikdienā, vai skatās īsi pirms gulētiešanas, un vai skatās ēdienreižu laikā. Aptaujā pēdējā jautājumā jāatbild vai ir kāds hobijs, kam netiek izmantotas nekādas tehnoloģiskās ierīces.

Abās aptaujās demogrāfiskā informācijā tika norādīts tikai respondenta vecums.

### **Procedūra**

Abas pētījuma aptaujas tika izveidotas izmantojot Google Forms interneta vietni. Respondentiem aptaujas vajadzēja izpildīt elektroniskā veidā, bez laika ierobežojuma. Pētījumā tika aicināti piedalīties pusaudži vecumā no 10 līdz 18 gadiem, kopā ar vienu no saviem vecākiem. Tā kā pētījumā iesaistītie pusaudži, vecāku piekrišana iegūta tieši pajautājot, un pasakot, ka pusaudži pilda līdzīgu vai vienādu anketu. Dati tika ievākti tikai elektroniskā veidā. Aptauja tika izplatīta caur personīgiem kontaktiem, kuri padalījās ar aptaujām savos veidos, kā arī aptauja tika pārsūtīta visiem interesentiem. Par dalību pētījumā netika sniegta atlīdzība. Pētījuma laikā tika saņemta 31 aptauja, kur tikai viena tika atzīta par nederīgu, jo bija pilnīgi identiska citai iesniegtai atbildei, kā arī bija iesniegta tieši tajā pašā brīdī kā cita, līdz pat sekunde. Iegūtie dati ( $n=30$ ) tika apkopoti izmantojot SPSS statistiskās analīzes programmu (*SPSS Statistics 22.0*) un tika veikta korelatīvā analīze izmantojot Spīrmena korelācijas koeficientu.

## REZULTĀTI

Šajā daļā tiek aprēķināta aprakstošā statistika iegūtajiem rezultātiem, norādot atbilstību normālam sadalījumam, kā arī pārbaudot aptaujas ticamību.

1. tabula

### Aprakstošās statistikas tabula attiecību struktūras aptaujai (N = 30)

Mainīgie lielumi	M	SD	Kronbaha alfa ( $\alpha$ )	Šapiro-Vilks
Vecāku attiecības pret bērniem	47.1	7.04	0,75	0,95
Bērnu attiecības pret vecākiem	45.6	7.00	0,74	0,94
Vecāku ierīču lietojums	5.7	1.99	0,44	0,79***
Bērnu ierīču lietojums	5.8	2.12	0,44	0,88**

\* $p < 0,05$ , \*\* $p < 0,01$ , \*\*\* $p < 0,001$

No sākuma, izmantojot Šapiro-Vilka koeficientu, tika pārbaudīta atbilstība normālam sadalījumam, un skatoties uz iegūtajiem rezultātiem, var veikt secinājumu, ka attiecību skalas atbilst normālam sadalījumam, tomēr ierīču skalas neatbilst normālam sadalījumam, kas nozīmē, ka darba turpinājumā tiks izmantotas neparametriskās statistiskās analīzes.

Pēc  $\alpha$  aprēķināšanas, var veikt secinājumu, par to, ka iekšējā saskaņotība abām attiecību skalām ir apmierinoša un iegūtie rezultāti ir ticami ( $\alpha = 0,75$  un  $\alpha = 0,74$ ).

Tomēr vecāku ierīču lietojuma skalām novērotā Kronbaha alfa ir zema ( $\alpha = 0,44$ ). No tā var secināt, ka šo skalu rezultāti ir apšaubāmi.

Šajā daļā tiek aprēķināta korelācija mainīgajiem lielumiem, kā arī aprakstīti iegūtie rezultāti.

2. tabula

**Spīrmena korelāciju koeficientu tabula attiecību struktūras aptaujai (N = 30)**

Mainīgie lielumi	1	2	3	4
1. Vecāku attiecības ar bērniem	--			
2. Bērnu attiecības pret vecākiem	0,36*	--		
3. Vecāku ierīču lietojums	-0,069	0,04	--	
4. Bērnu ierīču lietojums	-0,008	-0,016	0,27	--

\* $p < 0,05$ , \*\* $p < 0,01$

Analizējot iegūtos Spīrmena korelācijas koeficienta aprēķinus (skat 2.tabulu), ir novērojama statistiski nozīmīga korelācija  $r_s(30) = 0,36$ ,  $p < 0,05$  starp “Vecāku attiecības pret bērniem” un “Bērnu attiecības pret vecākiem” skalām.

Tabulā arī novērojama negatīva, un statistiski nenozīmīga sakarība  $r_s(30) = -0,069$ ,  $p > 0,05$  starp “Vecāku attiecības pret bērniem” un “Vecāku ierīču lietojums” skalām, kā arī negatīva sakarība ar “Bērnu ierīču lietojuma” skalu  $r_s(30) = -0,008$   $p > 0,05$ .

Tad ir novērojama vāja, pozitīva, bet statistiski nenozīmīga sakarība  $r_s(30) = 0,04$   $p > 0,05$  starp “Bērnu attiecībām ar vecākiem” skalu un “Vecāku ierīču lietojuma” skalu, turpretīm vāja, negatīva, kā arī statistiski nenozīmīga saikne ar “Bērnu ierīču lietojuma skalu”  $r_s(30) = -0,016$ ,  $p > 0,05$ .

Tabulas beigās (skat 2. tabulu), novērojama pozitīva, tomēr statistiski nenozīmīga korelācija  $r_s(30) = 0,27$   $p > 0,05$  starp “vecāku ierīču lietojuma” skalu un “bērnu ierīču lietojuma skalu”

No iegūtajiem rezultātiem, var apstiprināt vai noraidīt izvirzītās hipotēzes:

1. Lai gan iegūtie rezultāti nav statistiski nozīmīgi, rezultātu analīze, norāda tendenču līmenī, ka paaugstinoties laika daudzumam, kuru vecāki pavada lietojot tehnoloģiskās ierīces, no vecāku skatu punkta attiecības ar bērnu ir vairāk negatīvi ietekmētas, nekā attiecības ar vecākiem, no bērnu skatu punkta.
2. Vecāku tehnoloģiju lietošanas daudzums parāda statistiski nenozīmīgas tomēr salīdzinoši specifiskas sakarības ar bērnu tehnoloģijas lietošanas daudzumu, kas nozīmē, ka hipotēze par bērnu tehnoloģisko ierīču laika daudzuma pielīdzināšanu vecāku daudzumam, var tikt apstiprināta tendenču līmenī, jo novērojama vāja pozitīva korelācija.

## DISKUSIJA

Bakalaura darbā tika noskaidrota tehnoferences saistība ar vecāku un savu bērnu attiecību rādītājiem. Pētījumā tika izmantota ECR-RS attiecību struktūras aptauja (Relationship Structure Questionnaire (ECR-RS), Fraley, R. C., Waller, N. G., & Brennan, K. A., 2000). Darba gaitā šī aptauja tika tulkota, veikts adaptācijas 1.posms, lai īstenotu pētījuma mērķi - noskaidrot situāciju par šo tēmu tieši Latvijā. Katrs jautājums tika salīdzināts tulkošanas procesā, lai izvairītos no nevajadzīgas jautājumu pārklāšanās. Viens jautājums tiešā tulkošanā pārklājās, tāpēc tikai izņemts no latviešu valodā adaptētās aptaujas. Datu apkopošanai un ievākšanai tika imantota *Google Forms* vietne, datu apstrādei - SPSS statistiskās analīzes programma (*SPSS Statistics 22.0*).

Vadoties pēc iegūtajiem rezultātiem, var secināt, ka novērojama statistiski nozīmīga sakarība starp vecāku uztverto attiecību kvalitāti ar saviem bērniem, un bērnu uztverto attiecību kvalitāti ar saviem vecākiem – Ja vecāki uzskata ka ir labas attiecības ar savu bērnu, tad bērni arī uzskatīs, ka viņiem ir labas attiecības ar saviem vecākiem. Šī sadaļa atbilst iepriekš minētam punktam, ka pusaudži jūtas labāk kad var tikt uzklautīti un saprasti (piem., Scaramella, Conger, & Simons, 1999). Ikdienā mijiedarbība notiek biežāk pozitīvā viedā, kas varētu likt pusaudzim justies labāk par sevi un savām ikdienas darbībām, turpmāk uzlabojot pusaudža uztverto attiecību kvalitāti. Bakalaura darba sākumā, pirmo izvirzīto hipotēzi – “Paaugstinoties laika daudzumam kuru vecāki pavada lietojot tehnoloģiskās ierīces, samazināsies attiecību kvalitāte starp vecākiem un saviem bērniem.” – nav iespējams ne noraidīt, ne apstiprināt, jo iegūtie rezultāti norāda uz to, ka vecāku attiecības ar saviem bērniem tiešām pasliktinās, jo bija novērojama negatīva korelācija, tomēr šie rezultāti nav statistiski nozīmīgi, lai apstiprinātu vai noraidītu izvirzīto hipotēzi. Interesanti uzmanību pievērst tam, ka vecāki uztver attiecību kvalitāti sliktāk, nekā bērni, paaugstinoties laika daudzumam kuru vecāki pavada izmantojot dažādās ierīces. Svarīgi pieminēt, ka atšķirības starp bērnu un vecāku uztverto attiecību kvalitāti nav pārāk lielas, kā arī šajā pētījumā nav statistiski nozīmīgas, bet ir vērts šīm atšķirībām pievērst vairāk uzmanības pētījumā ar lielāku izlasi. Iegūtajos rezultātos, novērojama ļoti vāja, bet pozitīva korelācija starp vecāku ierīču lietojumu un uztvertajām bērnu attiecībām pret vecākiem. Šis nozīmē, ka bērnu respondenti labāk uztver attiecības ar saviem vecākiem, ja vecāki vairāk lieto tehnoloģiskās ierīces. Šeit svarīgi minēt, ka respondentu grupā ievāktās bērnu atbildes bija pārsvarā no pusaudžiem vecumā no 12 līdz 19 gadiem. Šo punktu nedrīkt palaist garām, jo pusaudžu vecumā bērniem palielinās vēlme pēc autonomijas, un patstāvības (Smetana, Campione-Barr, & Metzger,

2006), kas nozīmē, ka nerimstošā uzmanība no vecākiem nav tik ļoti vajadzīga, kā tā ir līdz pusaudžu vecumam. Tajā pašā laikā, pēc iegūtajiem datiem, novērojama negatīva sakarība starp uztvertajām bērnu attiecībām pret vecākiem. Šos rezultātus var interpretēt, ka palielinoties bērnu tehnoloģisko ierīču lietojumam, bērni iespējams uzskata, ka nepiedalās attiecībās pilnvērtīgi, bet ir savā veidā attāli vai atturīgi. Bakalaura darba otro izvirzīto hipotēzi – “Paaugstinoties laika daudzumam, kuru vecāki pavada lietojot tehnoloģiskās ierīces, paaugstināsies arī laika daudzums, kuru bērni pavada lietojot tehnoloģiskās ierīces” – var tikai apstiprināt tendenču līmenī, jo novērojamā pozitīvā sakarība nav pietiekoši spēcīga, lai tā būtu statistiski nozīmīga, tomēr kopumā pozitīva sakarība ir novērojama.

Rezultātu analīzes procesā tika mēģināts izmantot regresiju analīzes *stepwise* modeli, tomēr veicot aprēķinus, iegūtie rezultāti, lielākoties, neko neparādīja statistiski nozīmīgus rezultātus, to var skaidrot ar to, ka pētījumā piedalījās pārāk maz respondentu. Iespējams šo modeli varētu lietot, ja būtu pieejama lielāka izlase un iespējams, sniegtu priekšstatu šī pētījuma gaitā iegūtajiem rezultātiem.

Par pētījuma stipro pusi var uzskatīt to, ka tika izmantota ECR-RS aptauja, kurai veikts turp atpakaļ tulkojums, šajā pētījumā tika izmantota latviešu valodas versija, kas uzrādīja apmierinošu Kronbaha alfas rādītājus ( $\alpha = 0,75$  un  $\alpha = 0,74$ ), līdzīgi rezultāti kā oriģinālvalodā. Lai noteiktu vai ir novērojama sakarība starp tehnoloģiskajiem paradumiem un vecāku bērnu attiecībām, respondentiem pēc ECR-RS aptaujas izpildīšanas, vajadzēja izpildīt tehnoloģisko ierīču lietošanas paradumu aptauju.

Šī pētījuma vājā puse ir mazā izlase ( $n = 30$ ) un iespējams, tādēļ nevarēja iegūtos datus aprēķināt ar iepānoto regresiju analīzes *stepwise* modeli, kas varētu sniegt precīzāku rezultātu analīzi. Nekontrolētā respondentu meklēšana arī varēja radīt darbā problēmas, radot iespēju, ka respondenti iespējams varēja būt pārāk līdzīgi, veidot neatbilstošu un vienveidīgu izlasi, kas nebija pētījuma mērķis – piemēram, izpētīt attiecību kvalitāti kādā no respondentu grupām. Iegūtie rezultāti pārsvarā sasaucas ar teorētisko pamatojumu, kā arī sasaucas ar iepriekš veikto pētījumu rezultātiem, kas norāda uz to, ka šī nekontrolētā respondentu meklēšana pētījuma gaitā nav radījusi problēmas.

Šis pētījums ir nozīmīgs, tāpēc ka sniedz priekšstatu tendenču līmenī (iegūtos rezultātus nevar attiecināt uz visu populāciju) par tehnoferences saistību uz bērnu un vecāku attiecībām laika periodā, kad strauji palielinās tehnoloģisko ierīču lietošanas biežums, ko parāda citu

pētījumu rezultāti (Pew Research Centre, 2019). Svarīgi zināt kā vecāku tehnoloģisko ierīču lietošanas paradumi var netieši ietekmēt savu bērnu attīstību, ko būtu nepieciešams izpētīt turpmākā pētījumā. Vairāki pētījumi ir veltīti, lielākoties, tehnoferences un attiecību kvalitātes saistības mērījumiem pieaugušo grupās, lai izpētītu romantisku attiecību apmierinātību ar tehnoferences lietošanas paradumiem. Ieteicams turpināt pētīt tehnoloģisko ierīču ietekmi vecāku – bērnu attiecībās.

## SECINĀJUMI

Šī pētījuma galvenais mērķis bija noskaidrot vai vecāku tehnoloģiju lietošanas paradumi kādā veidā negatīvi ietekmē savus bērnus. Balstoties uz pieejamo teoriju, tehnoloģiju lietošanai ir gan labās puses, gan sliktās puses. Tehnoloģiju lietojumu biežums var negatīvi ietekmēt un veidot laika regulācijas trūkumu, var negatīvi ietekmēt indivīda veselību, sociālo dzīvi, kā arī finansiālo situāciju. Tomēr regulējot un izsekojot pieejamo tehnoloģiju klāstu lietošanas paradumus, ir iespējams uzlabot ne tikai mācīšanās efektivitāti, bet arī attiecību problēmu risināšanu. Balstoties uz iepriekš veikto pētījumu iegūto rezultātu analīzi, tikai viena no izvirzītajām hipotēzēm - “Paaugstinoties laika daudzumam, kuru vecāki pavada lietojot tehnoloģiskās ierīces, paaugstināsies arī laika daudzums, kuru bērni pavada lietojot tehnoloģiskās ierīces” ir apstiprinājies.

Otra hipotēze “Paaugstinoties laika daudzumam, kuru vecāki pavada lietojot tehnoloģiskās ierīces, samazināsies attiecību kvalitāte starp vecākiem un saviem bērniem” pētījuma gaitā neapstiprinājās.

Spriežot pēc pētījuma rezultātiem, starp izvēlētajām vērtībām nepastāv statistiski nozīmīga saistība, kas varētu apstiprināt vai noliegt pirmo pētījuma hipotēzi. Starp vecāku tehnoloģiju lietošanas daudzumu un bērnu novēroto attiecību kvalitāti ar saviem vecākiem, netika novērota negatīva korelācija, kas nozīmē, ka vecāku tehnoloģijas lietošanas daudzums šajā pētījumā neietekmēja to, kā šo vecāku bērni jūtas pret saviem vecākiem – vai vecākiem uzticās, un jūtas, ka saņem vajadzīgo emocionālā siltuma daudzumu no saviem vecākiem.

Vecāku tehnoloģiju lietošanas daudzums uzrādīja pozitīvu, statistiski nozīmīgu korelāciju ar bērnu tehnoloģijas lietošanas daudzumu, ka otrā pētījuma sākumā izvirzītā hipotēze apstiprinās. Balstoties uz pieejamo teoriju, bērni uztver savus vecākus par piemēriem, kā uzvesties ikdienā, tāpēc atspoguļo savu vecāku tehnoloģiju lietošanu savā ikdienas uzvedībā.

Šo sakarību padziļināta izpēte varētu sniegt labāku un precīzāku ieskatu vecāku – bērnu attiecībās, kā arī, iespējams, sniegtu precīzāku modeli tehnoferences ietekmes noteikšanai ikdienas dzīvē. Turpmākie pētījumi varētu sniegt iespējamus veidus, kā un kad no tehnoferences izvairīties, vai samazināt tās negatīvo ietekmi ikdienā, ja izvairīšanās nav iespējama.

## PATEICĪBAS

Konstance Kripēna

Silvija Kripēna

Arnis Kripēns

Valērija Tonkovidova

Andrejs Ramma

Dr. Psych. Asoc.prof. Aija Dudkina

## IZMANTOTĀ LITERATŪRA

- Adams R, Laursen B. 2001. *The organization and dynamics of adolescent conflict with parents and friends*. *J. Marriage Fam.* 63:97– 110.
- Aguilar-Roca, N. M., Williams, A. E., & O’Dowd, D. K. (2012). *The impact of laptop-free zones on student performance and attitudes in large lectures*. *Computers & Education*, 59, 1300–1308.
- Allen J. P., Moore C. M., Kuperminc G. P., & Bell K. L. 1998. *Attachment and adolescent psychosocial functioning*. *Child Dev.* 69:1406–19.
- Billieux, J., King, D. L., Higuchi, S., Achab, S., Bowden-Jones, H., Hao, W., . . . Poznyak, V. (2017). *Functional impairment matters in the screening and diagnosis of gaming disorder*. *Journal of Behavioral Addictions*, 6, 285–289.
- Bojinova, E., & Oigara, J. (2013). *Teaching and learning with clickers in higher education*. *International Journal on Teaching and Learning in Higher Education*, 25, 154–165.
- Bowlby J (1999) [1969]. *Attachment*. Attachment and Loss (vol. 1) (2nd ed.). New York: Basic Books.
- Buchanan CM, Eccles JS, Flanagan C, Midgley C, Feldlaufer H, Harold RD. 1990. *Parents’ and teachers’ beliefs about adolescents: effects of sex and experience*. *J. Youth Adolesc.* 19:363–94.
- Bumpass, L., & Lu, H.-H. (2000). *Trends in cohabitation and implications for children’s family contexts in the United States*. *Population Studies*, 54, 29–41.
- Cabral, L. (2019). *Electricity*. In Dunn, D. R., Zaidi, J., Kopalek, M., Long, G., Berry, R., Cabral, L., Shear, T., Klein, M., Wong, P., Liu, J., Jamison, L., Smith, P., Lindstrom, P., *Monthly Energy Review* (pp. 121–144). Washington, DC.
- Cassidy J (1999). *"The Nature of a Child's Ties"*. In Cassidy J, Shaver PR (eds.). *Handbook of Attachment: Theory, Research and Clinical Applications*. New York: Guilford Press. pp. 3–20.
- Coyne, S. M., & McDaniel, T. B. (2016) *"Technoference": The Interference of Technology in Couple Relationships and Implications for Women’s Personal and Relational Well-Being*. *Psychology of Popular Media Culture*, Vol. 5, No. 1, 85–98.
- Cummings, E. M., & Davies, P. T. (2010). *Marital conflict and children: An emotional security perspective*. New York, NY: Guilford Press.
- Czaja, S. J., Charness, N., Fisk, A. D., Hertzog, C., Nair, S. N., Rogers, W. A., & Sharit, J. (2006). *Factors predicting the use of technology: Findings from the center for research and education on aging and technology enhancement (create)*. *Psychology and Aging*, 21(2), 333–352.
- Darling, N., & Steinberg, L. (1993). *Parenting style as context: An integrative model*. *Psychological Bulletin*, 113, 487–496.

- Froese, A. D., Carpenter, C. N., Inman, D. A., Schooley, J. R., Barnes, R. B., Brecht, P. W., & Chacon, J. D. (2012). *Effects of classroom cell phone use on expected and actual learning*. *College Student Journal*, 46, (pp. 323–332).
- Goldberg, J. S., Carlson, M. J. (2014). *Parents' Relationship Quality and Children's Behavior in Stable Married and Cohabiting Families*. *Journal of Marriage and Family*, 76(4), 762–777.
- Granic, I., Lobel, A., & Engels, R. C. M. E. (2014). *The benefits of playing video games*. *American Psychologist*, 69(1), 66–78.
- Griffiths, M. (1996). *Behavioural addictions: An issue for everybody?.* *Journal of Workplace Learning*. 8. 19-25.
- Hiniker, A., Sobel, K., Suh, H., Sung, Y. C., Lee, C. P., & Kientz, J. A. (2015). *Texting while parenting: How adults use mobile phones while caring for children at the playground*. Paper presented at the 33rd Annual ACM Conference on Human Factors in Computing Systems, Seoul, Republic of Korea.
- Hiniker, A., Schoenebeck, S. Y., & Kientz, J. A. (2016). *Not at the dinner table: Parents' and children's perspectives on family technology rules*. CSCW '16, ACM.
- Kirkorian, H. L., Pempek, T. A., Murphy, L. A., Schmidt, M. E., & Anderson, D. R. (2009). *The impact of background television on parent-child interaction*. *Child Development*, 80, 1350–1359.
- Lee, C. M., & Gotlib, I. H. (1991). *Family disruption, parental availability and child adjustment*. In R. J. Prinz (Ed.), *Advances in behavioral assessment of children and families: A research annual* (Vol. 5, pp. 171–199). London, England: Jessica Kingsley.
- Lenhart, A., Madden, M., Smith, A., Purcell, K., Kickuhr, K., & Rainie, L. (2011). *Teens, kindness and cruelty on social network sites*. Pew Internet & American Life Project.
- Lobel, A., Engels, R. C. M. E., Stone, L. L., & Granic, I. (2019). *Gaining a competitive edge: Longitudinal associations between children's competitive video game playing, conduct problems, peer relations, and prosocial behavior*. *Psychology of Popular Media Culture*, 8(1), 76–87.
- McDaniel, B. T., Coyne, S. M., & Holmes, E. K. (2012). *New Mothers and Media Use: Associations Between Blogging, Social Networking, and Maternal Well-Being*. *Maternal and Child Health Journal*, 16(7), 1509–1517.
- McDaniel, B. T., & Radesky, J. S. (2017). *Technoference: Parent Distraction With Technology and Associations With Child Behavior Problems*. *Child Development*, 89(1), 100–109.
- Minuchin, S. (1974). *Families & family therapy*. Oxford, England: Harvard University Press.
- Nathanson, A. I., & Cantor, J. (2000). *Reducing the Aggression-Promoting Effect of Violent Cartoons By Increasing Children's Fictional Involvement with the Victim: A Study of Active Mediation*. *Journal of Broadcasting & Electronic Media*, 44(1), 125–142.
- Neumann, O., Stocker, S., Schill, A., Irmscher, K., & Korndle, H. (1997). *Teleteaching Dresden-Freiberg*. *Praxis der Informationsverarbeitung und Kommunikation*, 1,15-19.

- Olson, C. K. (2010). *Children's motivations for video game play in the context of normal development*. *Review of General Psychology*, 14, 180–187.
- Padilla-Walker, L. M., Stockdale, L. A., & McLean, R. D. (2019). *Associations between parental media monitoring, media use, and internalizing symptoms during adolescence*. *Psychology of Popular Media Culture*.
- Pew Research Center, February (2019), “*Smartphone Ownership Is Growing Rapidly Around the World, but Not Always Equally*”
- Piaget, J. (1962). *Play, dreams and imitation* (Vol. 24). New York, NY: Norton.
- Radesky, J. S., Kistin, C., Eisenberg, S., Gross, J., Block, G., Zuckerman, B., & Silverstein, M. (2016). *Parent Perspectives on Their Mobile Technology Use*. *Journal of Developmental & Behavioral Pediatrics*, 37(9), 694–701.
- Radesky, J. S., Kistin, C. J., Zuckerman, B., Nitzberg, K., Gross, J., Kaplan-Sanoff, M., . . . Silverstein, M. (2014). *Patterns of mobile device use by caregivers and children during meals in fast food restaurants*. *Pediatrics*, 133, e843–e849.
- Rossi, A. S., Rossi, P. H. (1990). *Of human bonding: Parent–child relations across the life course*.
- Samson, P. J. (2010). *Deliberate engagement of laptops in large lecture classes to improve attentiveness and engagement*. *Computers & Education*, 1, 1–19.
- Scaramella, L. V., Conger, R. D., & Simons, R. L. (1999). *Parental protective influences and gender-specific increases in adolescent internalizing and externalizing problems*. *Journal of Research on Adolescence*, 9, 111–141.
- Sekuler, R. (1996). *Teaching sensory processes with multimedia: One of my teaching assistants is a mouse*. *Behavior Research Methods, Instruments & Computers*, 28, 282–285.
- Smetana J. G., Campione-Barr, N., & Metzger A. (2004). *African American adolescents' relationships with parents: developmental transitions and longitudinal patterns*. *Child Dev.* 75:932–4.
- Smetana J. G., Campione-Barr, N., & Metzger, A. (2006). *Adolescent development in interpersonal and societal contexts*. *Annual Review of Psychology*, 57, 255–284.
- Smith, T. S., Isaak, M. I., Senette, C. G., & Abadie, B. G. (2011). *Effects of cell-phone and text-message distractions on true and false recognition*. *Cyberpsychology, Behavior, and Social Networking*, 14, (pp. 351–358).
- Stattin, H., & Kerr, M. (2000). *Parental monitoring: A reinterpretation*. *Child Development*, 71, 1072–1085.
- Steele, J. R., & Brown, J. D. (1995). *Adolescent room culture: Studying media in the context of everyday life*. *Journal of Youth and Adolescence*, 24, 551–576.

Steinberg, L. (2007). Risk taking in adolescence: *New perspectives from brain and behavioral science*. *Current Directions in Psychological Science*, 16, 55–59.

Tardif, T., Fletcher, P., Liang, W., Zhang, Z., Kaciroti, N., & Marchman, V. A. (2008). *Baby's first 10 words*. *Developmental Psychology*, 44(4), 929–938.

Young, K. S. (1998). *Internet Addiction: The Emergence of a New Clinical Disorder*. *CyberPsychology & Behavior*, 1, 237-244.