






La meta-reflexividad de los padres beneficia la educación mediática de los niños

Parents' meta-reflexivity benefits media education of children

-  Dr. Tea Golob. Profesor Asociado, Instituto de Plataformas Mediáticas, Facultad de Estudios de la Información, Novo mesto (Eslovenia) (tea.golob@fuds.si) (<https://orcid.org/0000-0003-4314-3231>)
-  Dr. Matej Makarovič. Profesor, Instituto de Análisis Estratégico y del Desarrollo, Liubliana (Eslovenia) (matej.makarovic@fuds.si) (<https://orcid.org/0000-0001-7864-4285>)
-  Dr. Mateja Rek. Profesor, Instituto de Estudios Sociales Avanzados, Escuela de Estudios Sociales Avanzados, Nova Gorica (Eslovenia) (mateja.rek@fuds.si) (<https://orcid.org/0000-0003-0928-1163>)

RESUMEN

El artículo explora los efectos del concepto sociológico de la reflexividad en la educación mediática de los padres en niños preescolares. Se basa en las recomendaciones de la Academia Estadounidense de Pediatría que se refieren a las restricciones de exposición a las pantallas en función de los diferentes grupos de edad, la visualización conjunta y la discusión del contenido de los medios de comunicación. Aplica una encuesta social a la muestra nacional eslovena de padres para: revisar sus prácticas de educación en los medios de comunicación; identificar los factores que afectan estas prácticas a través de análisis de regresión; y utilizar el análisis de ruta para proporcionar un modelo explicativo de los factores que afectan la exposición a las pantallas de los niños. La herramienta de medición de reflexividad se aplica para evaluar las puntuaciones de meta-reflexividad de los padres. Se confirma la hipótesis de que la meta-reflexividad es uno de los factores clave que afectan a la educación en los medios de comunicación. Los hijos de padres divorciados/separados están más expuestos a las pantallas. Establecer restricciones es bastante común, pero también es importante la calidad del contenido de los medios y la interacción con los niños. La meta-reflexividad no solo disminuye la cantidad de exposición a las pantallas, sino que también hace que sea más probable que los niños vean y discutan en conjunto el contenido multimedia.

ABSTRACT

The paper explores the effects of the sociological concept of reflexivity to parents' media education of preschool children. It draws upon the recommendations of the American Academy of Paediatrics referring to the restrictions of screen exposure based on different age groups, covieing and discussing media content. It applies a social survey on the Slovenian national sample of parents to (1) review their media education practices, (2) identify the factors affecting these practices through regression analyses and (3) use path analysis to provide an explanatory model of the factors affecting children's screen exposure. A Reflexivity Measurement Tool is applied to assess the parents' meta-reflexivity scores. The hypothesis that meta-reflexivity is one of the key factors affecting media education is confirmed. The results show differences in screen exposure between age groups and higher exposure of boys when compared to girls. Children of the divorced/separated parents are more exposed to screens. Setting restrictions is quite common but it is also the quality of media content and the interaction with children that matters. Meta-reflexivity not only decreases the quantity of screen exposure, but it also makes covieing and discussing media content with children more likely. Moreover, the significance of parents as role models is confirmed.

PALABRAS CLAVE | KEYWORDS

Reflexividad, comportamiento parental, preescolar, exposición de los niños, pantalla, análisis cuantitativo.
Reflexivity, parental behavior, pre-school, children exposure, screen, quantitative analysis.

1. Introducción

Los medios digitales se han convertido en parte habitual del día a día de los niños. Incluso los bebés suelen enfrentarse diariamente a los medios digitales durante largos periodos de tiempo, aunque los pediatras y psicólogos recomiendan firmemente que los menores de dos años no los utilicen. En estos primeros años de crianza, los padres desempeñan un papel crucial a la hora de criar y educar a los niños en el uso inteligente de los medios digitales y la convivencia con ellos, así como a la hora de prevenir los daños que puede causar una sobrecarga de exposición a las pantallas o a contenidos multimedia inadecuados para su edad (Christ & Abreu, 2020; Lemish, 2015; Livingstone et al., 2017; Rek, 2019). También influyen significativamente en el conocimiento y la experiencia de los niños con los medios digitales a través de ejemplos, conversaciones y experiencias. Ellos mismos son modelos que los niños imitan (Rek & Kovačič, 2018). Sin embargo, el proceso de educación mediática se está convirtiendo en una tarea difícil y en constante cambio para los padres.

Adoptar hábitos para reforzar su propia alfabetización mediática y alinear las competencias de los medios de comunicación con el desarrollo tecnológico actual se ha convertido en algo habitual para tener una buena calidad de vida. La alfabetización mediática no se refiere sólo a las habilidades que nos permiten utilizar los nuevos medios emergentes o crear mensajes en línea, sino también a la comprensión de cómo funcionan los medios en este entorno cambiante y a la capacidad de analizar y evaluar el contenido de los medios y de hacer frente a la credibilidad de la información mediada (Hobbs, 2010; Kubey, 2001; Livingstone, 2004; Tommasi et al., 2021; Adam & Gorišek, 2020). Además, también destaca la necesidad de comprender las intenciones y consecuencias de los mensajes de los medios de comunicación y la capacidad de analizar críticamente múltiples códigos (Buckingham, 2007; Rivera-Rogel et al., 2017).

En los acelerados procesos de digitalización actuales, que están cambiando radicalmente la comunicación de las personas y los grupos sociales, los propios adultos se enfrentan a menudo a la tarea de averiguar y adoptar nuevas formas de prácticas y actitudes relacionadas con los medios digitales. La rápida dinámica social y tecnológica impide que la socialización primaria esté prescrita por normas preestablecidas, los padres apenas se basan en ciertos patrones fijos establecidos de comportamiento, normas o valores, transmitidos de generación a generación, a la hora de criar y educar a sus hijos sobre los medios de comunicación. Aunque existen algunas directrices de educación mediática para padres elaboradas por expertos, es la capacidad de los padres para observar críticamente y reflejar el orden social lo que nos parece crucial para su aplicación real de la educación mediática. Por lo tanto, sostenemos que es la reflexividad crítica de los padres la que desempeña un papel importante en la educación mediática.

A este respecto, nos basamos en el marco teórico sociológico de Archer (2007; 2012), según el cual la reflexividad es una característica intrínseca de la psique humana. A través del diálogo interior, los individuos son capaces de orientar de forma consciente y estratégica sus acciones para alcanzar sus objetivos y, por tanto, también tienen el potencial de alterar los entornos sociales para satisfacer sus necesidades. A través del diálogo interior reflexivo, los individuos son capaces de definir sus preocupaciones, desarrollar proyectos y establecer prácticas, lo que constituye un puente entre la estructura social y la agencia de los individuos. Los individuos analizan sus ideas, preocupaciones y motivos para actuar a través del proceso continuo de discernimiento, deliberación y dedicación que tiene lugar en sus diálogos interiores reflexivos.

Aunque todo el mundo es reflexivo, hay distintos modos de diálogo interior, que corresponden a contextos individuales y sociales diferentes. La dinámica y las incertidumbres de la sociedad moderna tardía, acompañadas de una amplia digitalización, fomentan un modo específico de reflexividad crítica, denominado meta-reflexividad. Este modo de reflexividad, al que prestamos atención, se refiere a un nexo específico entre los entornos sociales y las preocupaciones de los individuos (Archer, 2003; 2007). La meta-reflexividad se refiere a una deliberación crítica hacia el orden social. Este modo requiere preocupaciones últimas que se refieren a ciertos valores e ideales normativos que proporcionan alternativas a la carga de información dominante. Por lo tanto, permite a los individuos evaluar críticamente los diálogos interiores previos y ser críticos sobre su acción efectiva. En este sentido, la meta-reflexividad parece ser crucial para poder adoptar perspectivas y posturas críticas ante el contenido de los medios de comunicación y el papel que desempeñan en la vida de cada uno. Basándose en la meta-reflexividad, se puede responder activamente al entorno social, incluido el panorama de los medios digitales en rápida transformación.

Investigaciones anteriores (Golob et al., 2021) han demostrado que las capacidades reflexivas de los individuos, más concretamente la capacidad de meta-reflexión, pueden aumentar ciertos comportamientos beneficiosos a la hora de identificar información creíble en un entorno digital. Aplicando el marco teórico de Archers, investigamos el comportamiento relacionado con la resiliencia frente a la creciente presencia de noticias falsas y desinformación en los medios de comunicación en línea. La meta-reflexividad también ha demostrado ser un factor importante a la hora de potenciar el comportamiento responsable y el empoderamiento (Golob & Makarovič, 2022).

En este artículo, nos basamos en el marco teórico sociológico de Archer (2007; 2012) para investigar el papel de las capacidades reflexivas de los padres en los procesos de educación mediática en el ámbito de la socialización primaria. Avanzamos en la consideración de la reflexividad situándola en el contexto específico de la educación mediática y demostramos el valor aplicable de este concepto teórico. La reflexividad indica que uno es capaz de reconocer las ventajas y los riesgos que plantean los medios de comunicación, mientras que la meta-reflexividad implica una postura crítica ante la presencia omnímoda de los medios de comunicación. Sin las suficientes capacidades reflexivas, esto se hace sin ser necesariamente conscientes del impacto que los medios de comunicación tienen sobre diversos aspectos en el desarrollo de los niños.

Sobre esta base, exploramos si la meta-reflexividad apoya el comportamiento beneficioso de los padres en la educación mediática de los niños pequeños. Para identificar lo que denominamos un comportamiento beneficioso en la educación mediática nos basaremos en recomendaciones y directrices específicas de la Academia Americana de Pediatría, que en las últimas décadas de digitalización ha sido una de las organizaciones de referencia a la hora de proporcionar directrices y asesoramiento político en la educación mediática. Debemos señalar que estas directrices son de naturaleza cambiante en sí mismas, ya que evolucionan de manera morfogénica con las transformaciones digitales y los nuevos conocimientos y avances científicos en diversos campos científicos relacionados con la alfabetización mediática y la educación. Las directrices para padres de niños pequeños sobre educación mediática a las que nos referiremos incluyen:

- Evite el uso de medios digitales (excepto el videochat) en niños menores de 18 a 24 meses.
- Para los niños de 18 a 24 meses de edad, si se desea introducir los medios digitales, elija una programación de alta calidad y utilice los medios junto con su hijo. Evitar el uso de medios en solitario en este grupo de edad.
- Para los niños de 2 a 5 años, limite el uso de la pantalla a una hora diaria de programación de alta calidad, vea con sus hijos, ayúdeles a entender lo que están viendo y ayúdeles a aplicar lo que aprenden al mundo que les rodea (Hill et al., 2016).

Argumentamos que la aplicación real de estas directrices se formula de forma bastante laxa y depende de las capacidades meta-reflexivas de los padres. Esto nos ha llevado a proponer nuestra principal pregunta de investigación sobre si la meta-reflexividad de los padres de los niños pequeños contribuye significativamente a sus prácticas de educación mediática. A partir de la investigación empírica, nos proponemos:

1) Proporcionar una revisión de las prácticas de educación mediática de los padres y mostrar cómo esto se relaciona con la exposición de los niños a la pantalla.

2) Identificar los factores que afectan a las prácticas de educación mediática de los padres, incluidos el entorno socioeconómico, las actitudes de los padres ante los efectos de los medios de comunicación en sus hijos, el propio uso que hacen los padres de los medios de comunicación, su familiaridad con las recomendaciones educativas y la intensidad de su meta-reflexividad.

3) Proporcionar un modelo explicativo de los factores que afectan a la exposición de los niños en edad preescolar a las pantallas.

Sobre esta base, planteamos la hipótesis de que una educación mediática eficaz en la socialización primaria está firmemente imbricada con las capacidades reflexivas de los padres de los niños pequeños.

2. Materiales y métodos

Basándonos en las perspectivas teóricas sobre la educación mediática y en nuestras investigaciones actuales sobre el tema, se han realizado una serie de cuestionarios de encuesta dirigidos a los padres de los

niños en edad preescolar y a los educadores de las guarderías (Rek et al., 2022). Para la elaboración de este documento, utilizamos los datos recogidos de una muestra de padres de niños en edad preescolar, de uno a seis años. La muestra consta de 1.987 respuestas a la encuesta, de las cuales 1.677 han sido contestadas en su totalidad. La encuesta se realizó en línea de abril a junio de 2022 con la ayuda de guarderías. El muestreo de los padres se ha realizado mediante un muestreo aleatorio estratificado: para cada una de las diez regiones estadísticas eslovenas se seleccionó aleatoriamente una guardería predominantemente urbana y otra predominantemente rural. Se pidió a los padres que informaran sobre:

- El tiempo de exposición de sus hijos a la pantalla para diferentes medios digitales, así como la propia exposición de los padres a los medios.
- Sus prácticas de educación mediática en términos de: (1) establecimiento de normas y restricciones; (2) acompañamiento de sus hijos mientras interactúan con los medios; y (3) discusión del contenido de los medios con ellos, utilizando las escalas Likert de cinco niveles.
- Sus actitudes sobre los efectos de los medios de comunicación en los niños, basadas en escalas Likert de cinco niveles.
- Su familiaridad con las directrices de los expertos sobre educación mediática para niños en edad preescolar.
- Sus características demográficas, incluidos el sexo, el nivel educativo, el tipo de residencia, el hecho de que los padres vivan juntos o separados, así como el sexo y la edad del niño.

Aplicamos la Herramienta de Medición de la Reflexividad (HMR) desarrollada en nuestra investigación anterior (Golob & Makarovič, 2018, 2019). Con esta herramienta, hemos actualizado el marco teórico de la reflexividad y lo hemos hecho más conveniente para fines aplicados. Se utiliza para proporcionar una evaluación aproximada de la propia reflexividad en términos de puntuaciones cuantitativas para diferentes modos de reflexividad. El primer conjunto de cinco preguntas se basa en el ICONI de Archer combinado con la contribución de Porpora y Shumar (2010) que mide el nivel de reflexividad, concretamente: «durante el último año, ¿con qué frecuencia has...» sobre los siguientes temas que indican la intensidad de la conversación interna:

- Planificado tu propio futuro.
- Ensayado lo que dirías en una conversación importante.
- Imaginado las mejores y peores consecuencias de una decisión importante.
- Revisado una conversación que ha acabado mal.
- Clarificado tus pensamientos sobre un tema, una persona o un problema.

El nivel de reflexividad es, por tanto, la suma de las respuestas en escala Likert a estas cinco preguntas. Esta suma se combina con la indicación de un modo de reflexividad determinado: para el propósito de nuestra investigación, se trata de la meta-reflexividad, ya que indica un modo crítico de pensar y actuar sobre uno mismo y sobre el propio entorno social. La HMR requiere la multiplicación del nivel de reflexividad de cada persona por sus respuestas en la escala Likert a la pregunta que hace referencia a la meta-reflexividad: «Durante el último año, ¿con qué frecuencia consideraste detenidamente las prioridades clave de tu vida y por qué haces lo que haces?». Nuestro análisis se desarrolló en tres etapas:

- Presentación de las estadísticas descriptivas referidas a las prácticas de educación mediática y exposición de los niños a las pantallas.
- Análisis de regresión sobre los efectos de las características demográficas de padres e hijos, así como de las actitudes de los padres, el comportamiento ante los medios de comunicación, la familiaridad con las recomendaciones de los expertos y la meta-reflexividad en las prácticas de la educación mediática.
- Path analysis (análisis del camino) que explica cómo afectan las variables exógenas a la exposición de los niños en edad preescolar a las pantallas.

3. Resultados

3.1. Una revisión de la educación mediática y la exposición de los niños a las pantallas

Como se muestra en la Tabla 1, establecer restricciones y normas sobre lo que pueden ver los niños en edad preescolar es la práctica más común de la educación mediática, con una puntuación media de

4,45 en la escala de 5 niveles. Casi dos tercios de los padres afirman que siempre ponen restricciones a sus hijos, mientras que menos del 2% respondieron que nunca lo hacen. Casi la mitad de los padres afirman estar presentes cuando su hijo pequeño está en contacto con los medios de comunicación, con una puntuación media de 4,27.

Sin embargo, hablar del contenido de los medios con un niño en edad preescolar es mucho menos frecuente. Menos de una cuarta parte de los padres señalan esta práctica, y la puntuación media es sólo de 3,72. Una desviación estándar comparativamente alta indica diferencias significativas entre los padres con respecto a esta práctica.

"Responda a las siguientes preguntas en la escala del 1 al 5, donde 1 significa nunca y 5 significa siempre".	Media	Desviación estándar	% de respuestas 1 (nunca)	% de respuestas 5 (siempre)
¿Estableces restricciones y normas sobre lo que tu hijo puede ver?	4,45	0,91	1,91	65,48
¿Estás presente cuando tu hijo está en contacto con los medios de comunicación (viendo la televisión, videos...)?	4,27	0,87	0,64	49,49
¿Hablas con tu hijo sobre lo que ha visto en los medios de comunicación (televisión, video...)?	3,72	1,00	3,13	23,69

Las recomendaciones de la Academia Americana de Pediatría, como organización de referencia a la hora de proporcionar directrices y asesoramiento político en materia de educación mediática, sugieren evitar todo uso de medios digitales para los niños menores de 18 a 24 meses y no más de una hora al día de programación de alta calidad, ver el contenido con los niños (lo que incluye ayudar a los niños a entender lo que están viendo y ayudarles a aplicar lo que aprenden al mundo que les rodea).

Nuestros resultados en la Tabla 2 muestran que sólo el 37,41% de los niños menores de dos años no está expuesto a pantallas, lo cual es muy preocupante. La desviación con respecto a las recomendaciones es menos significativa en el caso de los niños de dos a cinco años, donde la exposición a las pantallas para el 69,28% de los niños se sitúa dentro del plazo recomendado. Para un pequeño grupo de niños mayores de nuestra muestra, la exposición es aún mayor: casi la mitad de ellos están expuestos a pantallas durante más de una hora al día.

"¿Cuánto tiempo de media en un día normal tu hijo...?" - la suma de minutos al día para ver la televisión en directo; DVD o video en la televisión, ordenador, móvil, tablet, etc.; jugar a videojuegos; utilizar la web	Suma media de minutos totales al día	% de niños sin ninguna exposición	% de niños con hasta 1 hora/día	% de niños con más de 1 hora/día
Menos de 2 años	25,1	37,41	53,96	8,63
De 2 años a menos de 5 años	62,7	6,48	62,80	30,72
5 años o más	89,8	4,13	47,88	47,99

3.2. Factores que influyen en las prácticas de educación mediática

Los análisis de regresión presentados en la Tabla 3 muestran las variables independientes que han demostrado tener efectos estadísticamente significativos en cada una de las prácticas de educación mediática seleccionadas. Las madres y los padres con mayor nivel educativo son más propensos a imponer a sus hijos normas y restricciones sobre el contenido de los medios de comunicación. Todas las prácticas de educación mediática observadas son más comunes en entornos urbanos.

Aunque el comportamiento de los padres en relación con los medios de comunicación no parece tener efectos significativos en el establecimiento de normas y restricciones, sí influye en su presencia cuando los niños están expuestos a los medios y en la frecuencia de sus conversaciones con ellos sobre el contenido de los medios. Los padres que ven la televisión y utilizan el ordenador con más frecuencia tienen más probabilidades de estar presentes mientras los niños están expuestos a las pantallas. Por otro lado, los padres que dedican más tiempo a sus llamadas telefónicas y tienen la televisión encendida durante más horas, tienen menos probabilidades de estar presentes.

Los padres que utilizan más a menudo el ordenador o leen la prensa tienen más probabilidades de hablar con sus hijos sobre los contenidos de los medios de comunicación, mientras que los que dedican más tiempo a navegar por Internet tienen menos probabilidades de hacerlo. Sin embargo, el efecto más significativo se observa en el comportamiento de los padres no relacionados con los medios de

comunicación: los padres que pasan más tiempo jugando con sus hijos tienen muchas más probabilidades de estar presentes cuando el niño está expuesto a las pantallas y de hablar sobre el contenido de los medios.

Tabla 3. Factores que influyen en las prácticas de educación mediática en la familia

Variables dependientes en los modelos de regresión lineal →	Los padres establecen normas y restricciones		Presencia de los padres cuando el niño está en contacto con los medios de comunicación		Los padres hablan con sus hijos sobre el contenido de los medios de comunicación	
Variables independientes con efectos estadísticamente significativos ↓	Variables	Coefficientes Beta (y signif.)	Variables	Coefficientes Beta (y signif.)	Variables	Coefficientes Beta (y signif.)
Demografía de los padres	Mujer Urbano Educado/a	.06 (.061) .08 (.001) .10 (.000)	Urbano	.08 (.001)	Urbano	.05 (.067)
Comportamiento de los padres	/	/	Ver la televisión Usar el ordenador Llamadas por teléfono Jugar con el niño/la niña Televisión encendida	.05 (.067) .06 (.053) -.07 (.006) .15 (.000) -.06 (.032)	Usar el ordenador Navegación web Leer la prensa Jugar con el niño/la niña	.04 (.094) -.07 (.009) .05 (.045) .20 (.000)
Actitudes de los padres	"Los medios de comunicación afectan negativamente al estado de ánimo de los niños en edad preescolar"	.0,12 (0,000)	"Mi hijo en edad preescolar aprende muchas cosas útiles de los medios de comunicación"	-.07 (.004)	"Los medios de comunicación afectan negativamente al estado de ánimo de los niños en edad preescolar" "Mi hijo en edad preescolar aprende muchas cosas útiles de los medios de comunicación"	.05 (.057) -.09 (.001)
Edad del niño		-.08 (.001)		-.19 (.000)	/	/
Padres familiarizados con las recomendaciones		.10 (.000)	/	/		.08 (.001)
Meta-reflexividad de los padres		.11 (.000)		.10 (.000)		.14 (.000)

En cuanto a las actitudes, no es sorprendente que los padres que creen que los medios de comunicación afectan negativamente al estado de ánimo de los niños en edad preescolar sean más propensos a establecer normas y restricciones. Además, estos padres también son ligeramente más propensos a hablar de los contenidos de los medios de comunicación con sus hijos. Por otra parte, los padres que creen que sus hijos en edad preescolar pueden obtener conocimientos útiles de los medios de comunicación tienden a estar menos presentes cuando sus hijos están en contacto con ellos. También es menos probable que hablen del contenido de los medios de comunicación. No es sorprendente que las normas y restricciones de los padres, así como la presencia cuando los niños están expuestos a las pantallas, tiendan a disminuir cuando los niños se hacen mayores. Los padres que afirman estar familiarizados con las recomendaciones de los expertos sobre la educación mediática de los niños en edad preescolar son más propensos a establecer normas y restricciones y más propensos a hablar de los contenidos de los medios con sus hijos.

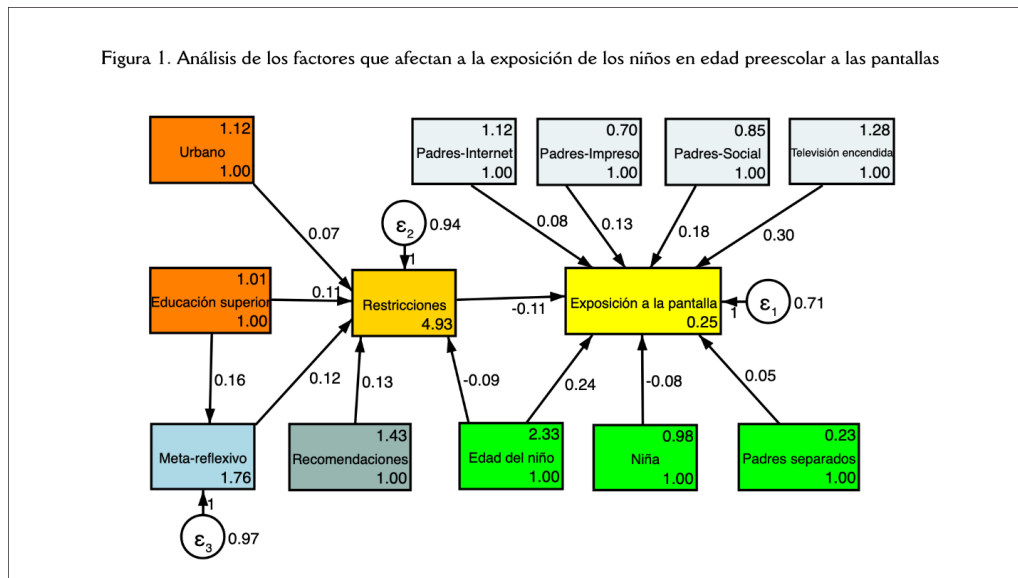
Por último, uno de los resultados más significativos se refiere al impacto de la meta-reflexividad. Los padres con puntuaciones más altas en meta-reflexividad son más propensos a establecer normas y restricciones, a estar presentes cuando sus hijos están expuestos a las pantallas y a hablar del contenido de los medios con sus hijos. En este sentido, la meta-reflexividad no es menos importante que la familiaridad con las recomendaciones de los expertos, las variables demográficas y el comportamiento de los padres en relación con los medios de comunicación. Así, las posturas críticas de los padres meta-reflexivos parecen contribuir a que sus opiniones sobre los medios de comunicación sean más prudentes, animándolos a establecer restricciones y a observar más de cerca los efectos de los medios. Además, los resultados muestran que los padres con diálogos interiores reflexivos e intensivos también son más propensos a establecer conversaciones con sus hijos.

3.3. Los efectos de la educación mediática en la exposición de los niños a las pantallas

El análisis del camino pretende explicar las causas de la mayor exposición a las pantallas de los niños en edad preescolar, teniendo en cuenta las variables demográficas, las actitudes de los padres hacia los efectos de los medios de comunicación en los niños, el uso que hacen los padres de los medios de comunicación, su familiaridad con las recomendaciones de los expertos y las puntuaciones de meta-reflexividad. Los efectos estadísticamente significativos se presentan en la Figura 1.

Entre las prácticas de educación mediática presentadas anteriormente, sólo el establecimiento de normas y restricciones afecta a la cantidad de exposición a la pantalla de los niños en edad preescolar. Funciona como variable intermedia entre la meta-reflexividad y las características demográficas, por un lado, y la exposición de los niños a las pantallas por otro. En consonancia con el análisis de regresión anterior, las restricciones y normas son más típicas de los padres que viven en un entorno urbano, tienen estudios superiores y están familiarizados con las recomendaciones de los expertos. Estos padres también se caracterizan por puntuaciones de meta-reflexividad más altas. De nuevo, en consonancia con los resultados anteriores, los niños mayores están sometidos a menos restricciones y están mucho más expuestos a las pantallas.

Sin embargo, el propio uso de los medios por parte de los padres tiene efectos aún más importantes que sus prácticas de educación mediática. Cuando los padres pasan más tiempo en Internet, en las redes sociales, leyendo prensa escrita y con la televisión encendida, sus hijos están mucho más expuestos a las pantallas. Por último, las niñas son menos propensas a exponerse excesivamente a las pantallas digitales, mientras que los hijos de padres separados son un poco más propensos a ello.



4. Discusión y conclusiones

Los rápidos cambios sociales y la exposición sin precedentes de los niños en edad preescolar a los medios digitales implican que la educación mediática no puede basarse únicamente en la información obtenida o en normas preestablecidas, sino que es necesario reflexionar sobre los retos que plantean la complejidad y la dinámica sociales. Confirmamos nuestra hipótesis de que la meta-reflexividad es uno de los factores comparativamente más significativos que afectan a la educación mediática de los padres en cuanto a: (1) limitar la exposición a las pantallas, (2) acompañar a los hijos durante la exposición a los medios y (3) hablar del contenido de los medios con los hijos. La meta-reflexividad es crucial porque no basta con conocer las directrices de los expertos. El documento indica que la experiencia y su influencia son claramente importantes, pero es esencial que los individuos desarrollen sus propias deliberaciones reflexivas y actúen en consecuencia. Cuando unos conocimientos generales sobre el tema

indicados por la familiaridad con las recomendaciones de los expertos se combinan con la elaboración crítica de la cuestión, se consigue una educación mediática más responsable. Buscar formas adecuadas de diseñar y aplicar técnicas eficaces de educación mediática para sus propios hijos en la era de la exposición imprevista y abrumadora a los medios digitales exige un enfoque más estratégico de las acciones correspondientes. Va mucho más allá de la rutina e implica meta-reflexividad. Una persona meta-reflexiva evalúa críticamente los diálogos interiores previos y es crítica sobre la acción eficaz. Este modo está impulsado por una preocupación máxima y se enmarca en una orientación de valores específica, que socava la hegemonía estructural y cultural existente, permitiéndonos reconocer y superar versiones sobresimplificadas o distorsionadas de las construcciones mediáticas de la realidad (Strutt, 2019). Como dice Archer (2012), la meta-reflexividad es trascendental hacia lo social. Quienes son meta-reflexivos no se limitan a seguir a un rebaño, sino que buscan información y argumentos adicionales que les permitan decidir lo que tiene sentido. Uno de los estudios anteriores (Golob et al., 2021) confirmaba, por ejemplo, que la meta-reflexividad permite ser más hábil en la alfabetización mediática y en la búsqueda de información alternativa en el paisaje mediático. Además, según Archer (Archer, 2012), la meta-reflexividad es el único modo que permite a los individuos enfrentarse de forma eficaz a la compleja sociedad en constante cambio.

Nuestras conclusiones sobre los efectos de algunas características demográficas de los niños en edad preescolar coinciden con investigaciones anteriores (Rek & Kovačič, 2018; Rideout, 2014; Wartella et al., 2014). Esto incluye diferencias significativas en la exposición a las pantallas entre los distintos grupos de edad y una mayor exposición de los niños en comparación con las niñas. Los resultados también coinciden con las conclusiones existentes de que los hijos de padres divorciados y/o separados están más expuestos a las pantallas. Podemos explicarlo por la capacidad más limitada de estos padres para coordinar con éxito su educación mediática y hacerla más coherente, el tiempo limitado de un progenitor soltero, así como el estrés emocional derivado de la separación/divorcio de los padres. Además, nuestra investigación confirma que establecer las normas y restricciones es un aspecto comparativamente fácil de conseguir en la educación mediática de los niños en edad preescolar, ya que caracteriza a la mayoría de los padres. Hemos demostrado claramente su importancia porque tiende a evitar una exposición excesiva a la pantalla en términos de cantidad. Sin embargo, también hay un aspecto importante que es la calidad de los contenidos de los medios de comunicación y la interacción con ellos. Para ello, los padres no deben confiar únicamente en las restricciones, sino que también deben invertir su tiempo en hablar con sus hijos y en su presencia cuando estén expuestos a las pantallas digitales. La ausencia de los padres en este sentido puede ser una trampa especialmente peligrosa. Como indican nuestros resultados, los padres ausentes, al no hablar del contenido de los medios con sus hijos, suelen confiar ciegamente en sus creencias sobre los efectos positivos de los medios en sus hijos. El tiempo que se pasa con el niño importa, sobre todo cuando también abre la puerta a mundos más allá de los medios digitales. El tiempo que los padres pasan jugando con sus hijos está relacionado positivamente con la educación mediática en cuanto a interactuar con los medios y debatir sobre ellos juntos, pero no está relacionado con las restricciones.

Los aspectos cualitativos y cuantitativos de la educación mediática y la exposición a las pantallas son especialmente importantes, ya que los niños en edad preescolar constituyen un público muy vulnerable. Su capacidad para acceder y utilizar distintos tipos de medios de comunicación no ha hecho más que empezar a desarrollarse. Su capacidad para analizar, evaluar y reflexionar sobre los mensajes de los medios de comunicación se ve limitada por su temprana edad. Lo mismo puede decirse de su limitada capacidad para crear contenidos multimedia y centrarse en la resolución creativa de problemas. También hay otros efectos beneficiosos importantes de una educación mediática adecuada para el bienestar mental y físico de los niños. Por ejemplo, la exposición excesiva a las pantallas se asocia predominantemente con comportamientos sedentarios en niños y adolescentes. Además, se considera uno de los principales factores causantes de enfermedades no transmisibles y otros riesgos para la salud en etapas posteriores de la vida (Kaur et al., 2019). Una mayor exposición de los niños pequeños a las pantallas también conlleva efectos negativos y desafíos en relación con sus hábitos de alimentación y sueño, estado mental, adicciones, comportamiento agresivo, desarrollo del lenguaje, consumismo, construcción de la identidad, relaciones con los demás, etc. (Christakis et al., 2018; De-Frutos-Torres et al., 2021; Farrell et al., 2022; Hayes

et al., 2015; Adam & Gorišek, 2022; Serrano-Díaz et al., 2022). Por lo tanto, es alentador ver que los resultados del análisis de trayectorias indican que los padres meta-reflexivos participan activamente en las prácticas de educación mediática y que este compromiso afecta significativamente a la limitación del uso excesivo de las pantallas en los niños más pequeños. De acuerdo con las investigaciones y tendencias anteriores (Rideout, 2014; Wartella et al., 2014), las restricciones son más comunes para los niños muy pequeños, que ni siquiera deben interactuar con los medios digitales. Pero cuando los niños crecen, lo que más importa es la calidad de su interacción con los medios y su comprensión de los contenidos. Este es también un aspecto crucial de nuestra investigación posterior.

Otro hallazgo crucial (aunque no tan sorprendente) de nuestra investigación es la importancia de los padres como ejemplos a seguir. Su propio uso de los medios afecta a sus hijos, independientemente de las prácticas educativas mediáticas, la meta-reflexividad y otras variables. Nuestro estudio confirma en muchos aspectos las afirmaciones académicas ya existentes sobre la exposición a actividades relacionadas con los medios de comunicación de los niños en edad preescolar en cuanto a los hábitos mediáticos de sus padres y el nivel de educación de estos (Rek & Kovačič, 2018; Rideout, 2014; Wartella et al., 2014). Confirma que los modelos de conducta son cruciales en el desarrollo de los hábitos mediáticos de los niños. Los hábitos mediáticos de los padres influyen en los de sus hijos (Rek & Kovačič, 2018). Los padres no sólo enseñan a sus hijos a utilizar los medios de comunicación, sino que también se convierten en sus modelos y en quienes pueden cultivar una mentalidad crítica y juicios de valor. Al poner límites e interpretar un mensaje mediático, pueden influir en los hábitos y la experiencia mediática de sus hijos. Sin embargo, el uso excesivo de los medios de comunicación por parte de los padres no sólo es cuestionable en términos de ser un modelo negativo, sino que también puede estar relacionado con la falta de tiempo que pasan con sus hijos, lo que provoca una mayor exposición a las pantallas. Esto puede ejemplificarse con la lectura de periódicos por parte de los padres, que no supone un ejemplo perjudicial para los niños, pero puede "robarles" el tiempo que de otro modo podrían pasar con ellos. En cuanto a las implicaciones prácticas, los resultados de nuestra investigación apoyan la necesidad de educar a los padres sobre las recomendaciones específicas de los expertos relacionadas con la educación mediática de los niños. Hemos confirmado la importancia de que los padres conozcan las directrices de los expertos. Sin embargo, se ha demostrado que la educación de los padres en general también es relevante, ya que afecta a su meta-reflexividad como otro factor de la educación mediática. Para mejorar la meta-reflexividad de los padres y hacerlos más capaces de desplegar una educación mediática adecuada en sus familias, sugerimos talleres interactivos no sólo para impartir las directrices, sino también para fomentar el pensamiento crítico sobre los medios de comunicación.

Contribución de Autores

Idea, T.G., M.M., M.R.; Revisión de literatura (estado del arte), T.G., M.R.; Metodología, T.G., M.M., M.R.; Análisis de datos, M.M.; Resultados, T.G., M.M., M.R.; Discusión y conclusiones, T.G., M.M., M.R.; Redacción (borrador original), T.G., M.M., M.R.; Revisiones finales, T.G., M.M., M.R.; Diseño del proyecto y patrocinios, T.G., M.R.

Apoyos

Agencia Eslovena de Investigación, en el marco del programa de infraestructuras de la Facultad de Medios de Comunicación Ref. 10-0045 - Recopilación, gestión y archivo de datos sobre alfabetización mediática, el proyecto de investigación Ref. J5-1788 Fomento de la sostenibilidad social y medioambiental: Exploración y predicción del comportamiento responsable en Eslovenia (Escuela de Estudios Sociales Avanzados, Nova Gorica, Eslovenia) y el programa de investigación Ref. P1-0383 Redes complejas (Facultad de Estudios de la Información, Novo mesto, Eslovenia).

Referencias

- Adam, F., & Gorišek, M. (2020). Meritokracija med mitom, normo in realnostjo. *Meritokracija med mitom*, (pp. 217-238). <https://bit.ly/41FG0vx>
- Adam, F., & Gorišek, M. (2022). Towards sustained and sustainable management of COVID-19: An alternative to the simplified return to pre-pandemic normality. *Sustainability*, 14(17), 1-16. <https://doi.org/10.3390/su141710789>
- Archer, M.S. (2003). *Structure, agency and the internal conversation*. Cambridge University Press. <https://doi.org/10.1017/CBO9781139087315>
- Archer, M.S. (2007). *Making our way through the world: Human reflexivity and social mobility*. Cambridge University Press. <https://doi.org/10.1017/CBO9780511618932>

- Archer, M.S. (2012). *The Reflexive imperative in late modernity*. Cambridge University Press. <https://doi.org/10.1017/CBO9781139108058>
- Buckingham, D. (2007). *Beyond technology: Children's learning in the age of digital culture*. Polity. <https://doi.org/10.1111/j.1099-0860.2007.00135.x>
- Christ, W.G., & Abreu (2020). *Media literacy in a disruptive media environment*. Routledge. <https://doi.org/10.4324/9780367814762>
- Christakis, D.A., Ramirez, J.S.B., Ferguson, S.M., Ravinder, S., & Ramirez, J.M. (2018). How early media exposure may affect cognitive function: A review of results from observations in humans and experiments in mice. *Proceedings of the National Academy of Sciences*, 115(40), 9851-9858. <https://doi.org/10.1073/pnas.1711548115>
- De-Frutos-Torres, B., Pastor-Rodríguez, A., & Cruz-Díaz, R. (2021). Credibilidad e implicaciones éticas de las redes sociales para los jóvenes. *Revista Latina de Comunicación Social*, 79, 51-68. <https://doi.org/10.4185/RLCS-2021-1512>
- Farrell, A., Kagan, S., & Tisdall, E.K. (2022). *The SAGE handbook of early childhood research*. SAGE. <https://doi.org/10.4135/9781473920859>
- Golob, T., & Makarovič, M. (2018). Student mobility and transnational social ties as factors of reflexivity. *Social Sciences*, 7(3). <https://doi.org/10.3390/socsci7030046>
- Golob, T., & Makarovič, M. (2019). Reflexivity and structural positions: The effects of generation, gender and education. *Social Sciences*, 8(9). <https://doi.org/10.3390/socsci8090248>
- Golob, T., & Makarovič, M. (2022). Meta-reflexivity as a way toward responsible and sustainable behavior. *Sustainability*, (pp. 14-14). <https://doi.org/10.3390/su14095192>
- Golob, T., Makarovič, M., & Rek, M. (2021). Meta-reflexivity for resilience against disinformation. [Meta-reflexividad para la resiliencia contra la desinformación]. *Comunicar*, 66, 107-118. <https://doi.org/10.3916/C66-2021-09>
- Hayes, B., Kobner, S., Trueger, N., Yiu, S., & Lin, M. (2015). Social media in the emergency medicine residency curriculum: Social media responses to the residents' perspective article. *Annals of Emergency Medicine*, 65(5), 573-583. <https://doi.org/10.1016/j.annemergmed.2015.01.018>
- Hill, D., Ameenuddin, N., Reid, Y.L.C., Cross, C., Hutchinson, J., & Levine, A. (2016). Media and young minds. *Pediatrics*, 138(5). <https://doi.org/10.1542/peds.2016-2591>
- Hobbs, R. (2010). *Digital and media literacy: A plan of action. A White paper on the digital and media literacy recommendations of the knight commission on the information needs of communities in a democracy*. Aspen Institute. <https://bit.ly/3Za76Ex>
- Kaur, N., Gupta, M., Malhi, P., & Grover, S. (2019). Screen time in under-five children. *Indian Pediatrics*, 56(9), 773-788. <https://doi.org/10.1007/s13312-019-1638-8>
- Kubey, R. (2001). *Media literacy in the information age*. Routledge. <https://doi.org/10.4324/9781351292924>
- Lemish, D. (2015). *Children and media: A global perspective*. Wiley-Blackwell. <https://bit.ly/3ZFqZmy>
- Livingstone, S. (2004). Media literacy and the challenge of new information and communication technologies. *The Communication Review*, 7(1), 3-14. <https://doi.org/10.1080/10714420490280152>
- Livingstone, S., Lemish, D., Lim, S.S., Bulger, M., Cabello, P., Claro, M., Cabello-Hutt, T., Khalil, J., Kumpulainen, K., Nayar, U.S., Nayar, P., Park, J., Tan, M.M., Prinsloo, J., & Vwei, B. (2017). Global perspectives on children's digital opportunities: An emerging research and policy agenda. *Pediatrics*, 140(2), 137-141. <https://doi.org/10.1542/peds.2016-1758S>
- Porpora, D.V., & Shumar, W. (2010). Self talk and self reflection. In *Conversations about Reflexivity* (pp. 206-220). <https://doi.org/10.4324/9780203867556>
- Rek, M. (2019). Media education in Slovene preschools: A review of four studies. *CEPS*, 9(1), 45-60. <https://doi.org/10.26529/cepsj.659>
- Rek, M., & Kovačič, A. (2018). Media and preschool children: The role of parents as role models and educators. *Medijske Studije*, 9(18), 27-43. <https://doi.org/10.20901/ms.9.18.2>
- Rek, M., Ljubotina, P., Mešič, & Bašič, A. (2022). *Mediji in predšolski otroci v Sloveniji. Infrastrukturni program Fakultete za medije – zbiranje, vodenje in arhiviranje podatkov o medijski pismenosti. [Media and preschool children in Slovenia. Infrastructure program of the Faculty of Media-Collecting, managing and archiving data on media literacy]*. Faculty of Media. <https://bit.ly/3mewhXQ>
- Rideout, V. (2014). *Learning at home: Families' educational media use in America*. Joan Ganz Cooney Center at Sesame Workshop. <https://bit.ly/3YcQ11M>
- Rivera-Rogel, D., Zuluaga-Arias, L.I., Ramírez, N.M.M., Romero-Rodríguez, L.M., & Aguaded, I. (2017). *Media competencies for the citizenship training of teachers from Andean America: Colombia and Ecuador*. Paidéia. <https://doi.org/10.1590/1982-43272766201710>
- Serrano-Díaz, N., Aragón-Mendizábal, E., & Mérida-Serrano, R. (2019). Families' perception of children's academic performance during the COVID-19 lockdown. [Percepción de las familias sobre el desempeño escolar durante el confinamiento por COVID-19]. *Comunicar*, 70, 59-68. <https://doi.org/10.1017/9789048538652>
- Strutt, D. (2019). *Digital image and reality: Affect, metaphysics and post-cinema*. Amsterdam University Press. <https://doi.org/10.1017/9789048538652>
- Tommasi, F., Ceschi, A., Sartori, R., Gostimir, M., Passaia, G., Genero, S., & Belotto, S. (2021). Enhancing critical thinking and media literacy in the context of IVET: A systematic scoping review. *European Journal of Training and Development*. <https://doi.org/10.1108/EJTD-06-2021-0074>
- Wartella, E., Kirkpatrick, E., Rideout, V., Lauricella, A., & Connell, S. (2014). *Media, technology, and reading in Hispanic families: A national survey*. Center on Media and Human Development at Northwestern University and National Center for Families Learning. <https://bit.ly/3EVKlfn>