

## TELEVİZYONUN ÇOCUĞA ETKİLERİ

20. Yüzyılın en büyük buluşları arasında kitle iletişim araçları yer almaktadır. Bunlar içerisinde şüphesiz en önemli yeri de Televizyon almaktadır. TV insanlık tarihi adına büyük gelişmelere vesile olmuş ve halada etkileri açısından insanlık adına tartışılmaz bir noktada yerini korumaktadır. TV evlerde yerini almadan önce ve aldıktan sonra diye aile hayatını ikiye ayırmak belkide pek fazla yanlış olmaz. Bizim konu başlığımızdan da anlaşılacağı üzere bu yazımızda TV nin erişkin birey , aile veya toplumsal yönlerini incelemek yönünde bir amacımız yok. Bu değerlendirmeleri şimdilik daha ileri tarihlere erteleme gerekliliğini düşünüyörüz.

Gerek klinik görüşmelerimiz sırasında karşılaştığımız anne babalardan, gerek değişik yollar ile bize gelen sorularda sıkça karşılaştığımız sorulardan biri de "TV nin çocuğumuza etkisi nedir ? " şeklinde olan sorudur. Bu konuda anne babalara söylediğimiz genel şey her yaş için şüphesiz bu sihirli kutunun çocuğa etkileri farklı farklı olmaktadır. Bunu iyi veya istenen etkiler ve kötü veya istenmeyen etkiler şeklinde ikiye ayırabiliriz. Ama TV nin en büyük etkisi şüphesiz 0-3 yaşları arasında olmaktadır. Çünkü bu yaşlar hayat boyu kullanılacak bazı psikososyal ve psikomotor özelliklerin kazanıldığı çok önemli bir devredir. Bu devrede oluşabilecek herhangi bir sorun bütün hayatı etkilemektedir. Bu nedenle yaşlara göre TV nin etkileri konusunda anne babaları bilgilendirmek gerektiğini düşünerek bu türlü bir yazı yazma ihtiyacı hissettik.

### *0-3 yaş gurubuna etkiler*

0-3 yaş için TV bazı durumlarda ciddi sıkıntıların kaynağı olabilmektedir. Ailelerin sosyoekonomik zorlukları , çalışan annelerin durumu , çocuğun-İlgilenilmesi gereken - ek kardeş durumu , anne babaların kendilerine ait sorunları , yapılması gereken ev işleri , anne babaların sosyoekonomik zorluklardan dolayı ek işlerde çalışmaları , anne babalardan birinin veya ev içerisindeki bireylerden birinin kronik hastalığı , ailelerin kendi psikososyal ihtiyaçları için zaman ayıramaması , anne babaların kendilerinin psikiyatrik sorunları , istenmeyen hamilelik sonucu bebeğin doğmuş olması , çocuğun bedensel bir hastalığının olması ve buna benzer sayacağımız onlarca etken nedeni ile anne ve babalar çocuklarına yeterince zaman ayırmamakta veya ayıramamaktadırlar. Bu nedenlerden dolayı anne babalar isteyerek veya istemeyerek çocuğu ile fazla ilgilinmemekte çocuğu ile ilgilenme fiziksel bakım ( karnını doyurma , altını temizleme vb. ) ötesine çok fazla geçmemektedir.

Bu dönemde çocukların duygusal doyum sağlanması ve onun ile her bakımdan ilgilenilmesi onun sağlam ve güçlü bir psikolojik yapısının oluşmasına zemin hazırlar. Bu dönem için bebeği okşamak , kucaklamak , onun ile konuşmak , sevildiğini hissettirmek , onun ile oynamak, onun ile birlikte vakit geçirmek , onu gezdirmek, psikomotor ve psikososyal yönünün gelişimine çok büyük katkılarda bulunur. Bebek ile birlikte vakit geçirmek , onun insanlar arası ilişkilere yabancılaşmasını engeller ve ilgilenen bakıcısı vasıtası ile önce karşısındaki bireyi , aile ortamını ve yavaş yavaş sosyal çevresini tanımaya yol açar . Bu bağlanma yolu ile önce anneye karşı bir ilişki gelişir . Bu durum anne karnında başlar ve bebeklik döneminde devam eder. Çocuk bu bakım veren aracılığı ile iletişim geliştirmeye , kendini ifade etmeye , ihtiyaçlarını anlatmaya çalışmaya , kısacası sosyal ortamın gereklerini yaparak yanında ve çevresinde bulunan insanlar ile iletişim ve etkileşim içerisine girmeye başlar.

Çocuk sosyal ortamda iletişimin temel esası konuşma olduğu için konuşmayı öğrenmek zorundadır. İnsanlar tarafından seilmek için onları anlamak onların duygusal uyarılarına cevap vermek zorundadır. Çocuk sosyalleşmek ve iletişimini kurmak için etrafındakilerden özellikle bakım veren kişiden teşvik almak zorundadır. Bu çocuğun ihtiyaçlarını karşılamak ( yiyecek , giyecek , temizlik , koruma vb) , onun dertleri ile ilgilenmek , onun ile birlikte vakit geçirmek , onu öpmek , okşamak, konuşmak , oynamak vb gibi yapılan girişimler ile çocuk sevildiğini hissettirerek , onun için , psikososyal gelişim için bir teşvik oluşturmalıdır. Konuşma , etraf ile ilgilenme , sosyal ortamların gereklerini yerine getirme , insanlar ve yaşlıları ile ilgilenme , ihtiyaçlarını insanlara anlatma , insanlara duygusal yakınlık kurma , cansız varlıklardan çok canlı varlıklar ile ilgilenme gibi bir çok psikososyal faktör çocuklarda bu iletişim ve etkileşim ortamında kendiliğinden meydana gelmeye başlar .

Bütün bunlardan bahsetmemizin nedeni , bizim meselemiz ile yakından ilgili olmasından dolayıdır. Çocuk cansız bir varlığın karşısında , duygusal ve sosyal uyarıdan mahrum , sevgiden ve bağlandığı kişiden uzak , çocuğun konuşmasına , bakışına , gülümsemesine karşılık vermeyen , gönderdiği iletişim ve etkileşim mesajlarına cevap vermeyen, sert , soğuk bir cismin karşısında kaldığında ( ne kadar ses ve görüntü olursa olsun çocuk onları yorumlayacak ve kabul edecek durumda ve psikososyal seviyede değildir ) biraz önce saydığımız sosyalleşme ve bireyselleşme ve kendiliğinden gelişecek olan psikososyal yönlerin hepsi eksik veya yetersiz kalacaktır. Neden küçük çocuklar için bu biraz daha sıkıntılı bir durum ? çünkü çocuğun busosyal ve duygusal eksikliği telafi edeceği arkadaş ve sosyal ortamı , konuşmak veya vakit geçirmek için gideceği ikinci bir ortam ve bunu telafi edebilecek psikomotor ,psikososyal yeterlilik henüz gelişmemiştir ayrıca alternatif bir gelişim ortamı yoktur .

TV karşısında 0-3 yaş arasında aşırı miktarda kalan (günlük 1-2 saatin üzerinde ) çocuk , ailede ve özellikle de bakım veren kişide eşlik eden yukarıda saydığımız diğer etkenler de varsa , sosyal gelişim (duygusal etkileşim ve karşılık verme, sosyal ortamlara uyum , insanlar ile ilgilenme , onlara yakınlık gösterme , yaşıtlarına ilgi vb) , ve iletişim ( konuşma , anlamlı jest ve mimikler , heceleme , agulama , ses çıkarma , cümle kurma vb.) için gerekli olan fonksiyonların gelişiminde gecikmeler veya yetersizlikler görülür. Bu duruma yani iletişim ve etkileşim bozukluğuna yol açabilecek diğer nedenlerin olup olmadığı incelenmelidir. Bütün bu nedenlerden dolayı bebekler için sevgi ,duygusal ilgi ve birlikte geçirilecek vakit yerine çocuğun TV karşısında kalması son derece sakıncalıdır.

Bu dönemde uzun süre çok aşırı miktarda TV karşısında kalan çocuklarda başka hazırlayıcı nedenler yok ise , başka nedenler de eklenerek bazı psikiyatrik tablolar gelişebilir. Bu tür çocuklarda etrafa karşı ilgisizlik , seslenince bakmama , göz kontağı kurmama , insanlara ve yaşıtlarına ilgisizlik , onlarla duygusal ve sosyal iletişime geçmeme , kendi halinde olmaya çalışma , kendi etrafında dönme , sallanma , aşırı derecede cansız nesnelere ile ilgilenme , konuşmama , cümle kurmama , iletişim ve etkileşimde problemler , duygusal olarak karşılık verememe vb. bir çok belirti görülebilir. Bu nedenle ane babaların özellikle bu yaş için TV izleme konusunda sınırlamalar ile birlikte durumu yönlendirmeleri , normal psikomotor ve psikososyal gelişim için uygun olur.

Aynı zamanda bu yaş içindeki bir bebek veya küçük çocuk ile hem anne hem babanın , mümkün olduğunca fazla vakit geçirme ,onunla oyun oynama , konuşma , sevdiğini belli etme , duygusal yakınlık gösterme , onun ile gezme , onun fiziksel bakımını ihmal etmeme , onun normal gelişim basamakları konusunda dikkatli olma , onun diğer çocuklar ile etkileşim ve iletişimine zemin hazırlama , sadece onun için belli zamanlar ayırma , ona masal anlatma vb. bir çok faaliyeti günlük hayat içerisinde yapmaları uygun olur.

### **4 -7 yaş çocuklar ve TV**

Bu yaş grubunda çocuğun gelişimi ile ilgili önemli adımlar atılır. 0-3 yaş grubunda olduğu gibi çocuğun gelişimi bu dönemde de çok hızlı bir şekilde devam eder. Bu dönemde anne baba , arkadaş ve sosyal çevre ile etkileşim ve iletişim belirgin olarak artmış ve artık erişkinlerle birlikte belirgin olarak uyum sağlanmıştır. Bu dönemde gerek dil gelişimi , gerek motor gelişim de önemli aşamalar kaydedilir. Bu dönemde çocukta ki etkilenmeler hayat boyu çocuk için çok önemli olmaktadır.

TV nin bu dönemde çok aşırı izlenmesi çocuğun dil ve sosyal gelişiminde bazı sıkıntıların ve eksikliklerin oluşmasına neden olabilir. Bu dönemde çocuklar TV de gördükleri görüntüleri tamamen somut olarak yorumlarlar yani çocuklarda tam olarak soyut düşünce gelişmediği için gerek çizgi filmler gerek filmler de görülen görüntüler olduğu gibi algılanır. Çocuk bütün bunları olduğu gibi uygulamaya çalışabilir. Yani çizgi filmde gördüğü bir hareket veya sahneyi olduğu gibi yapmaya çalışabilir. Çocuk için bu dönemde şiddet içeren ve aşırı abartılı konulardan oluşan çizgi filmler oldukça sakıncalı olabilir. Bilinçaltı şiddet duygularının yerleşmesine neden olabilir . Aynı zamanda çocuğun bu dönemde izleyeceği gerilim, korku veya aşırı şiddet içeren görüntülerden çocuklar oldukça aşırı etkilenebilir , bu durum onları akla gelen görüntüler ve düşünceler ile günlerce rahatsız edebilir. Ek olarak çocukta uyku bozukluğu , yalnız kalmak istememe , korku ve endişe duyguları yerleşebilir ( klinik ortamda bunun örneklerini görmekteyiz ) . O nedenle anne babaların bu dönemde izlenen programlara özellikle dikkat etmesi gerekir.

Çocuğun sosyalleşmesi , yakınları ile diyalog kurması , sosyal adaptasyonu , dil gelişimi ve buna benzer konular TV izleme ( aşırı miktarlarda ) ile eksik kalabilir. Bu yaşlardaki çocukların eğitici programlar harici özellikle şiddet içeren ve çocuklar için travmatik olacak görüntülerden uzak kalmaları uygun olur. Bu hazırlıksız karşılaşılan görüntüler onlarda bilinçaltı kaygı , gerilim , korku , şiddete eğilim gibi sıkıntılara yol açabilir. Amerika ve Avrupada uzmanlar küçük yaşlarda gösterilen şiddet davranışlarının önüne geçmek için çok büyük gayretler sarfetmekte ,özellikle son zamanlarda okullarda gösterilen şiddet olaylarından sonra meselenin öneminin daha da arttığı anlaşılmaktadır . Mühim olan ve yapılması daha basit olan şey çocukların ruh sağlığı bozulmadan koruyucu önlemlerin alınması gerekliliğidir.

Unutulmamalıdır ki çocukluk çağında görülen her görüntünün , duyulan her sesin , karşılaşılan her iyi ve kötü muamelenin muhakkak ileriki yıllarda bir yansıması olacaktır. Bu nedenle TV gibi iletişim araçları eğitim amaçlı olarak kullanılmalı , eğlence amaçlı ise belli sınırlarda kullanılmalıdır. Özellikle anne babalar, aile olarak birlikte izledikleri programlar konusunda oldukça seçici davranmalıdırlar . Bütün bunlara ek olarak , aşırı ve uygunsuz TV izleme durumunda , daha çok geç saatlerde izlenmesine müsaade edilen programlar ile çocukların uyku ritmi bozulmakta , vakit ve motivasyon eksikliğinden dolayı çocukların oyunlar ve değişik aktiviteler ile kazanacakları motor beceriler yetersiz kalmakta , çocukların arkadaş ortamlarında kazanacakları sosyal adaptasyon yeteneği istenen seviyede olmamakta , ince motor becerilerin gelişimine ve anne babanın eğitimi için gerekli vakit azalmakta , bu yaş için gerekli olan fiziksel hareketlilik ile enerji atımı eksik kalmakta , TV nin çocuklar için bir miktar katkısı olsa bile genel olarak dil , sosyal ve motor gelişimde sıkıntılar gözlenmektedir. Bu durum eğer anne babanın çocuğu için yeterli vakit bulmasında sorun varsa , çocukta ek olarak psikiyatrik sıkıntılar varsa ,

çocuğun gelişimini destekleyecek diğerk faktörler eksik ise daha da büyük sıkıntı olmaktadır.

### *7-12 yaş arası çocukların durumu*

Bu dönemdeki çocuklar genelde ağır eğitim şartları içinde olan grubu oluşturmaktadır. Aynı zamanda TV nin eğitim amaçlı kullanımından daha fazla yararlanacak bir yaş grubunu oluşturmaktadır. Yukarıda saydıklarımıza ek olarak bu yaş grubunda soyut düşünce yerleşmeye başlamış olmasının etkileri görülür. Çocuklar TV deki görüntülerden etrişkin düzeyinde etkilenmeye başlarlar. Yukarıda değindiğimiz gibi bu yaş grubunda da şiddet içeren , korku ve gerilime neden olan sahnelerin çocuğun gelişiminde problem oluşturacağını söylemek gerekir. Yukarıda bahsettiğimiz iletişim ve sosyal adaptasyon üzerine etkileri 0-3 yaş ve 4-7 yaş grubundaki kadar negatif şekilde olmaz . Çocukların bu yaşlardan itibaren TV üzerinden kazanımları eğer iyi yönlendirilir ve seçici davranılırsa devam eder. Bu yaştaki çocukların ders ve okul saatleri de göz önüne alınarak TV izleme saatleri uygun bir şekilde sağlanmalıdır. TV izlemenin aşırılığı durumunda çocuğun sosyal aktivitelerinde , arkadaş ilişkilerinde , ders başarısında , sportif faaliyetlerinde , yaşa uygun becerilerin geliştirilmesinde sorunlar yaşanabilir.