



## **TELEVİZYON ve ÇOCUK**

Günümüzde televizyon hemen hemen her evde bulunmakta ve ailemizin bir ferdi gibi yaşantımızda çeşitli şekillerde yerini almaktadır. Çocukları yedirme, oyalama ya da uyutmada televizyon etkili bir oyuncak olarak kullanılabilir. Peki, bununla birlikte akla şu soru gelmektedir. **Acaba televizyon izlemek çocuklar için iyi bir şey mi? Kötü bir şey mi?**

Dünyada ve ülkemizde bu konuyla ilgili olarak yapılan pek çok çalışma bulunmaktadır. Ancak bulgular her ikisini de destekler niteliktedir. Bu nedenle televizyon kullanım şekline göre çocuklar için, iyi ya da kötü bir şey olarak yansıtılabilir. Televizyon çocukları yetişkinlerden farklı etkilemektedir. Çünkü çocuklar bedensel, duygusal, düşünsel ve düş gücü bakımından yetişkinlerden farklı özellikler gösterirler. Çocuklar hazırlanan bir programın gerçek olup olmadığını, karakterlerin oyuncular tarafından canlandırıldığını bilemezler. Örnek olarak bir film kahramanı çeşitli saldırganlık davranışlarıyla çocuktaki saldırganlığı tetikleyebilir.

Çocukların televizyon izlemesinin sosyal ve fiziksel faaliyetlerini engellediği, çocuğu hareketsiz bıraktığı, diğer çocuklar ile iletişimden uzaklaştırdığı için zihinsel gelişimlerini olumsuz olarak etkilediği de söylenmektedir. Bununla birlikte yapılan araştırma ve bulgular; çocukların yaşlarına uygun ve özel hazırlanmış televizyon programlarını izledikleri takdirde ve televizyona ayırdıkları sürenin diğer faaliyetlerini engellemediği durumlarda televizyonun çocukların zihinsel gelişimleri üzerinde olumlu etkileri olduğunu göstermektedir.

Çocukların televizyon izleme alışkanlıklarını küçük yaş döneminde edindiklerini düşünürsek bu konuda dikkatli olmalı televizyonu mümkün olduğunca faydalanabileceği bir araç olarak kullanmalıyız. Çünkü büyüdükçe onları sınırlamak giderek zorlaşmaktadır.

- Çocuğunuzun televizyon karşısında geçireceği zamanı sınırlayın. Özellikle hafta içi televizyon izleme saatlerine sınırlamalar getirin. Çocuklar için, (gün içinde 1-2 saati geçmeyecek şekilde) algılama seviyesine uygun ve olumlu karakterlerin ağırlıkta olduğu programların seçilerek izlemesini sağlamak gerekir.
- Televizyonu bir çocuk bakıcısı gibi kabul etmeyin.
- Haftalık ya da günlük televizyon izleme programı yapın ve uygulayın.
- 10- 12 yaş altındaki çocuklara haberler izletirilmemelidir. Haberler erişkinler için hazırlanmakta olup, ne yazık ki Türkiye’de denetime rağmen şiddet katliam, intihar haberleri ve görüntüleri çok sık yer almaktadır. 10-12 yaş altı çocuklar bu haberlerin stres yapıcı, yanlış şeyler öğretici etkisine duyarlı iken daha büyük yaşlarda örnek alma davranışlarına yol açabilir.
- Çocuğunuz televizyonda neyi izleyip izlemeyeceğini sizin belirlediğinizi mutlaka anlamalıdır. Onun, televizyon konusunda yetkinin sizde olduğunu çok iyi anlamasını sağlayın. Çocuğunuzun odasına televizyon koymanız doğru değildir. Bu şekilde onun neyi izleyip izlemediğini bilemez kontrol edemezsiniz.
- Okul çağı çocukları anne babalarının davranışlarını model olarak almaya devam etmektedir. Önce siz televizyon izleme alışkanlığınızı gözden geçirin. Televizyon programları konusunda seçici olun.
- Varsa çocuğunuzun bakıcısına da televizyon izleme kurallarını anlatın ve uyup uymadığını kontrol edin.
- İzlemesini uygun bulduğunuz programları mümkünse kaydedin. Çocuklar sevdikleri şeyleri sıkılmadan saatlerce izleyebilirler.
- İzlemediğiniz zamanlarda televizyonu açık bırakmayın. İzlemek istediğiniz özel bir program için televizyonu açın ve bitince kapayın. Bu çocuğun televizyonun sürekli bir eğlence aracı olmadığını, gerektiğinde kapanan bir araç olduğunu anlamasına yardımcı olacaktır.
- Televizyonu asla bir ceza ya da ödül olarak, bir disiplin aracı olarak kullanmayın.
- Çocuğunuzun televizyonda ne izlediğini kontrol edin, mümkünse siz de izleyin ve tartışın.
- Çocuğunuzun arkadaşlarının anne babaları ile de iletişim kurarak mümkün olduğunca ortak ilke ve kuralları uygulamaya çalışın.
- Film ya da çizgi filmlerde iyi adamlarında kötüler gibi şiddet uyguladığı gözden kaçmamalıdır. Kötü adamın peşinden giden iyi adam şiddet sayesinde dünyayı kurtarıyor, sorunları çözüyor vb. Bu durum şiddetin iyi insanlar tarafından da yapılabileceğini olumlu olduğunu düşündürebilir. Bu konularda şiddetin çözüm olmayacağı hiçbir şekilde hoş görülmeyeceği anlatılmalıdır.

- Üç yaş altındaki çocukların televizyon izlememeleri önerilmekle birlikte eğer izlerlerse kendi yaş gruplarına yönelik eğitici programları izlemeleri önerilmektedir. Bununla birlikte çizgi film ya da benzer programları mümkünse birlikte izleyin ve ona anlatın.
- Mutlaka içeriği konusunda bilgi sahibi olduğunuz bildiğiniz ve güvendiğiniz programları seçin her çizgi film çocuklar için doğru mesajlar vermeyebilir.
- Herhangi bir programı izlerken beklenmeyen bir şiddet sahnesi çıktığında panik halde kanal değiştirmek onun merak etmesine ve daha çok ilgisini çekmesine neden olabilir. Böyle bir durumda izlenip arkasından doğru davranış konusunda onunla konuşulabilir. Ya da bak şu anda böyle bir sahne var etkilenmeni istemiyorum kanalı çevirelim mi diyerek onun da onayıyla kanal değiştirilebilir.
- Televizyon hiç bir zaman çocukların uyku, yemek, hayal kurma, arkadaş edinme, oyun oynama, ders çalışma gibi temel gereksinimlerinin zamanını çalmamalı ve onların yerini almamalıdır.