

## ÇOCUK ve EKRAN

Çocukların maruz kaldıklarını ekran çeşidi gün geçtikçe artırıyor. Bir nesil öncesinin çocukları sadece televizyonu biliyordu. Sonrasında bilgisayarher evin bir parçası haline geldi. Son bir kaç yılda ise hayatımızdaki ekranların sayısı tablet ve telefonlarla oldukça arttı. Şüphesiz evimizdeki bu ekran artışının bir çok etkisi var. Ekranlar hayatımıza konfor ve keyif kattılar ama hayatımızdan bir çok şeyi de alıp götürdüler. Bu zararın en büyük etkisi ise çocuklar üzerinde oldu.

Eskinin sokakları artık yok. Çocuklar gün boyu evdeler. Evdeki çocukları oyalamanın en kolay yolu ise onları ekran başına oturtmak. Bu sayede çocuklar ses çıkarmadan, etrafı dağıtmadan durabiliyorlar. Yani ekran çocukları susturmak için önemli bir araç. Bir nevi, bakıcı ya da yatıştırıcı gibi. Yemek yerken ekranı açıp çocuğu doyurmak mümkün. Bir ekran görüntüsü ile ağlayan çocuğu susturmak mümkün. Arabada giderken çocukla konuşup onunla sohbet etmek yerine ekranı verip onu kendimizden uzak tutmak kolay. Ekran sayesinde ortalık daha az dağılıyor, evde daha az ses çıkıyor, çocuk daha az konuşuyor. Kısacası ekran bizler için bir kaçış yolu. Gelin görün ki çoğu zaman susturmak, sesini kesmek, oyalamak için ekran başına oturttuğumuz çocuklar ekrandan oldukça zarar görüyor.

Öncelikle ekran, çocukların serbest oyun hakkını elinden alarak onlara zarar verir. Çocuklar oyun aşkı ile doğarlar. Oyun oynamak onlar için yemek ve içmek kadar doğal ve gereklidir. Çünkü çocuk dünyayı oyunla keşfeder ve tanır. Üstelik oyunun iyileştirici ve geliştirici etkisi de vardır. Çocuk, oynadığı her oyunda duygusal, sosyal ve bilişsel becerilerini geliştirir. İp atlayan çocuk fiziksel bedenini geliştirirken, oyunda sıra bekleyen çocuk sabrı öğrenir. Ayrıca çocuk serbest oyun esnasında arzularını, çatışmalarını, kaygılarını oyuna yansıtır ve rahatlar. Ekran maruz kalan çocuklar ise çok oynayamadıkları için oyunun geliştirici ve iyileştirici etkisinden mahrum kalırlar.

Ekran, aynı zamanda çocuğun hareket imkanını da elinden alır. Eskinin ekmek arası peynir ile sabahtan akşama kadar koşturan çocuklarının yerinde, günümüzde oldukça kalorili beslenen ancak yeteri kadar hareket edemeyen çocuklar var. Hareketsizliğin en büyük nedenlerinden biri ise ekranlar. Ekranlar, çocukları buldukları yere sabitliyor ve hareketi durduruyor. Bu da çocuklara zarar veriyor.

Ekran varlığı ile çocukların hayal gücünü de elinden alır. Çocuklar ekran ile muhatap oldukça hayal dünyaları küçülür. Ekranla çok muhatap olan çocuk, zamanla ekransız oyun kuramaz, boş vakit geçiremez olur. Bir süre sonrada ekransız yapamaz hale gelir. Halbuki hayal gücü, çocukların en büyük gücüdür. Ekran karşısında hayal edemeyen ve ona sunulana alan çocuk bir süre sonra bu yetisini kaybeder. Hayali oyunlar kurgulayarak kendini oyalamak artık çocuk için mümkün olmaz. Bir yolculukta, herhangi bir köşede beklerken hayalini kullanmak yerine telefon ve tablet ister.

**Ekran çocukların sosyalleşme imkanını da elinden alır.** Ekran aşırı muhatap olan çocuklar sosyal ip uçlarını yakalayamazlar. Dil becerileri kısır olur. İletişim yöntemlerinden habersiz olurlar. Gün boyu onlara tepki vermeyen, iletişime geçmeyen düz ekrana baktıkça çocuklar asosyalliğe doğru kayar.

Ekran sadece varlığı ile bile çocuklara zarar verir. Çünkü onların elinden onlara iyi gelen bir çok etkinliği almış olur. **Ekran aynı zamanda sunduğu içerik ile de çocuklara çok zarar verir.** Bir çok dizi ve sanal oyunda şiddet ana unsur olarak bulunur. Ekranlardaki şiddet, çocukların şiddeti bir çözüm yolu olarak görmesine, model almasına neden olur. Ekran, şiddeti normalleştirilir ve sıradan gösterir. Ekranda şiddeti çokça gören çocuklar şiddete duyarsız hale gelir ve şiddet görene yardım etmekten uzak kalır.

Ekran sunulan aşk, moda, sevgili, cinsellik ve alışveriş gibi kavramlar çocukların dünyasını olumsuz etkiler. Çok küçük yaşta yetişkin kavramları ile büyüyen çocukların dengesi bozulur. Bunun sonucunda zihnen yetişkin ama bedenen ve duygusal olarak küçük çocuklar ortaya çıkar. Yetişkin gündemi ve kavramları ile büyüyen çocuk çocukluğu tam yaşamadan büyümüş demektir. Yaşanmamış çocukluk, gelecekteki büyük acıların habercisidir.

**Kimi film, çizgi film ve animasyonda sunulan bilinçaltı telkinler, subliminal mesajlar da çocukların saf zihinlerine zararlı tohumları eker.** Sahneler arasına ustaca yerleştirilen bilinçaltı görüntüler, konuşmalar arasına serpiştirilen cümleler, seslerin arasına yerleştirilen gizli seslerle insan zihni yönlendirilebilir. Ekran bu yönü ile de çocuklar için bir risk oluşturur.

Kısacası ekran, içeriğinden bağımsız olarak varlığı ile çocukların oyun, hareket, hayal gücü ve sosyalliklerini elinden alarak onlara zarar verir. Yani çocuklar ekranda faydalı program izleseler bile aşırı derecede ekran başında kaldıklarında ekran başındayken oyun oynayamadıkları, hareket edemedikleri, hayal kuramadıkları ve sosyal iletişimde bulunamadıkları için zarar görürler. Bunun yanında ekranda sunulan yalan, şiddet, intikam, aşk, cinsellik ve moda gibi içerikler çocukların ruh dünyasını olumsuz olarak etkiler. Bilinçaltı mesajlarla çocukların zihinleri yönlendirmeye açık hale gelir.

Psikolojik açıdan sağlıklı çocuklar yetiştirebilmek için çocuklarımızın ekran ile olan ilişkisini kararlı bir şekilde düzenlemeye ihtiyacımız var. Ekranı ve zararlarını küçümsemek birçok çocuğun psikolojik yara almasına neden olabilir. Çocuklarımızın ekrana değil insana ve yüz yüze kurulan insan ilişkilerine ihtiyacı vardır. Sanal oyunlar ise hiç bir zaman gerçek oyunun yerini tutamaz.

## **ÇOCUKLARIN EKRANLA İLİŞKİSİ NASIL OLMALIDIR?**

Derneğimiz çocuğun ekran ile olan ilişkisinin aşağıda belirttiğimiz sınırlar çerçevesinde düzenlenmesi taraftardır.

### **Çocuklar Ekran Başında Ne Kadar Kalmalıdır?**

Burada belirtilen ekran sürelerine tablet, telefon, bilgisayar ve televizyon dahildir.

0-3 yaş: Olabildiğince ekrandan uzak tutulmalıdır. Ekran başında vakit geçirmemelidir.

3-6 yaş: Günlük toplam süre 20-30 dakikayı geçmemelidir.

6-9 yaş: Günlük toplam süre 40-50 dakikayı geçmemelidir.

9-12 yaş: Günlük toplam süre 60-70 dakikayı geçmemelidir.

12 yaş üzeri: Günlük toplam süre 120 dakikayı geçmemelidir.

### **Çocuklar Ne Zaman, Ne Kadar Sanal Oyun Oynamalıdır?**

6 yaş öncesi çocukların sanal oyunlarla tanışması doğru değildir. Sanal oyunla tanışma dönemi 7 yaştır. Okul çağı çocukları, hafta içi okulun olduğu dönemde sanal oyunlardan uzak tutulmalıdır. Sanal oyunlara sadece hafta sonu ve tatil dönemlerinde müsaade etmek ve genel olarak 2 saat ile sınırlamak daha doğrudur. Çocukların sanal oyunlarla ilişkisini sınırlı tutmak amacı ile anne-babanın telefonlarında oyun yüklü olmaması en güzeldir.

### **Çocuklar İnternetle Ne Zaman Tanışmalıdır?**

Çocukların internetle tanışma yaşı genel olarak ilkokul çağıdır. 7 yaşından itibaren çocuklara internet kullanımı öğretilir. Çocukların interneti kullanmaya başlaması ile birlikte internete aile şifresi mutlaka konulmalıdır. Çünkü internette pornografik içeriğe ulaşmak günümüzde çok kolaydır. Çocukinternetinde arama yapabildiği yaşa gelindiğinde interneti aile şifresi ile korumak gerekir.

### **Çocuklara Ne Zaman Telefon Alınmalıdır?**

Ciddi güvenlik, haberleşme sorunun olduğu durumlar hariç çocukların cep telefonuna sahip olma yaşı genelde lise dönemidir. Bu dönem öncesinde çocuğun telefona haberleşme amacı ile ihtiyacı yoktur. Çocuğun çok ısrarcı olduğu durumlarda çocuğa, MP3 ve MP4 çalar, ipod gibi telafi edici gereçler alınabilir. Çocuklara alınacak telefonların yüksek özellikli telefonlar olmaması önemlidir. Çocuğa telefon alınırken, telefon parasının bir kısmını çocuğun biriktirmesini beklemek doğru olacaktır.

### **Çocuklar Ne Zaman Sosyal Medya Hesabı Açmalıdır?**

Facebook ve Twitter gibi sosyal medya siteleri, hesap açılması için gereken yaş sınırını 13 olarak belirlemiştir. Sosyal medya, kişisel bilgilerin paylaşıldığı mecralardır. Bu mecra da çocuklara yönelik art niyetleri olan kişiler oldukça fazladır. İçerdiği riskler nedeni ile sosyal medya hesapları açarken acele etmemek gerekir. Derneğimizin sosyal medya hesapları için öngördüğü yaş 16'dır. Sosyal medya hesabı olan çocuklara kişisel bilgilerin nasıl gizleneceğini de öğretmek gerekmektedir.

Her hakkı Pedagoji Derneği'ne aittir ve mahfuzdur.

Kaynak gösterilmek kaydıyla elektronik, dijital, fotokopi ve başka ortamlarda çoğaltılabilir, dağıtılabılır, yayınlanabilir.