

- Televizyon izlenen saatler dışında çocuğunuzun ne yaptığı da televizyon izleme süresini kısıtlamaya çalışırken önem taşıyacaktır. Sadece televizyonu izlemesini yasaklayıp alternatif eğlencelere rehberlik etmezseniz çocuğunuzla aranızda gereksiz çatışmalar yaşanacaktır. Serbest zamanlarında kitap okuması, sinema ve tiyatroya gitmesi ve spor yapmasını destekleyerek fiziksel, zihinsel ve sosyal/duygusal gelişimine katkı sağlayabilirsiniz.
- Tüm bunların başarılı olabilmesi için en önemli şey anne babanın çocuğa model olmasıdır. Boş zamanlarınızı tamamını televizyon izleyerek geçiriyorsanız çocuğunuzun televizyon izleme süresini kısıtlama yönündeki çabanız sonuçsuz kalacaktır. Kitap, gazete okuyarak çocuğunuza örnek olabilir, haftada en az bir gün tüm aile fertlerinin katılabileceği grup oyunları (tombala, sessiz sinema vs.) oynayarak aile bağlarını güçlendirebilirsiniz. Zaman akarken “izleyen” değil “yaşayan” olmanızı dilerim.

HAZIRLAYAN  
PSİKOLOG  
KADRİYE TAVŞAN

RENKLİ BİR GELECEK İÇİN...



**Adres :** Güzelyalı Mah.81108 sok.No.3 Çukurova/ADANA  
**Tif. :** (0 322 ) 232 0 452 (pbx)  
**Fax :** (0 322) 231 14 36  
**info@renklisekerler.com.tr**  
**www.renklisekerler.com.tr**



ÇOCUK

VE

TELEVİZYON



PSİKOLOJİK BÜLTENİ  
SAYI:11

[www.renklisekerler.com](http://www.renklisekerler.com)

Anne babanın doğru rehberlik yapamadığı durumlarda; çocuklar televizyon önünde saatlerce oturmakta ve kendilerini dış dünyadan soyutlayarak televizyon ile sosyalize olabilmektedirler. Öncelikle televizyonun çocuğun gelişim alanları üzerindeki etkilerinden bahsedelim.

### **Televizyonun çocuğun fiziksel gelişimine etkisi**

Fiziksel büyüme derken kastettiğimiz şey; çocuğun boyunun uzaması, kilosunun artması, kemiklerinin güçlenmesi, ince ve kaba motor becerilerinin gelişmesidir. Fiziksel büyümede genetik yatkınlık kadar çocuğun serbest zaman etkinlikleri de önemlidir. Hareketliliği, kesme/yapıştırma, yazma faaliyetlerine ayırdığı zaman fiziksel gelişim için genetik potansiyelinin üst sınırına gelmesini sağlar. Çocuğun televizyon başında geçirdiği süre serbest zaman faaliyetlerine ayıracağı süreyi etkileyecektir. Bu nedenle televizyon başında geçirilen sürenin çocuğun fiziksel gelişimine etkisi vardır. Televizyon karşısında uzun süre kıpırdamadan oturan çocuğun fiziksel gelişimini olumsuz etkileyeceği bir gerçektir.

### **Televizyonun çocuğun zihinsel gelişimine etkisi**

Fiziksel ve Zihinsel gelişiminde sadece televizyon başında geçirilen süre önemli değildir, televizyonda izlenen programın içeriği de önemlidir. Özel olarak çocuklara yönelik hazırlanan programlarda olumlu değerler çocuğa etkili bir şekilde öğretilir. Okul öncesi çocuklar için hazırlanan eğitici programlar sözcük dağarcığını arttırabilmektedir. Ancak uzun süre televizyon izleyen çocukların dil gelişimi televizyona bağlı olarak hızlanmamaktadır. Az televizyon izleyen ilköğretim çağı çocukları kitap okumaya daha çok vakit ayırdıkları için zeka testlerinde sözel performansları daha yüksek çıkmaktadır. Nitelikli programları izlese bile ne kadar süre televizyon izlediği önemlidir.

### **Televizyonun çocuğun sosyal ve duygusal gelişimine etkisi**

Televizyon çocuklar için diğer insanlar, ırklar, etnik gruplar, sosyal sınıflar, farklı ülkeler ve kendi kültürleri hakkında bilgi kaynağıdır. Zihinsel gelişim alanında olduğu gibi sosyal ve duygusal gelişim alanında da televizyonun etkisi hem izlenen süre hem de içerikle birebir ilişkilidir. Televizyon izleyerek geçirilen süre ne kadar fazla olursa çocuğun çevresindeki kişilerle iletişim kurmakta geçirdiği süre o kadar azalacaktır. Ayrıca izlenen programın niteliği, çocuğun yaşına, gelişim düzeyine uygunluğu da sosyal/duygusal gelişimi üzerindeki etkisini belirleyecektir.



### **PEKİ “izleyeceği şeyi belirlerken anne baba neye dikkat etmelidir?”**

- Çocuğunuzun mümkün olduğu kadar çok yaşına uygun özel hazırlanmış programları izlemesini sağlayabilirsiniz. Sizinle birlikte iken yaşına uygun olmayan görüntülere maruz kalmasını engelleyebilirsiniz.
- Televizyonda izlenen saldırganlık çocuğun suça yönelik hassasiyetini azaltacağı için çizgi film bile olsa saldırganlık ve suç içeren öğelere maruz kalmasını önleyebilirsiniz.
- Çocuğun izlediği programlarda açık mesaj dışında örtülü mesajın ne olduğunu ve çocuğunuzu nasıl etkileyeceğini bilmek, kontrol etmek için mümkün olduğu kadar televizyon izlerken yanında olup onunla birlikte izleyebilirsiniz.
- Televizyon izlerken onunla iletişim halinde olabilirsiniz.