



## Televizyon yerine iletişim...

Televizyon, çocukların zihinsel ve ruhsal gelişimlerinde bozukluklara neden oluyor. DBE Davranış Bilimleri Enstitüsü'nden Dr. Klinik Psikolog Ayşe Bombacı, çocukların, televizyon karşısında geçirdikleri zamanın yarattığı olumsuz etkileri anlattı...



emine.biyik@aksam.com.tr

**EMİNE BIYIK**

### BEDENİNİ HİSSEDEMEZ!

Günümüzde televizyon tüketiminin zararları tartışılırken odak noktası çoğunlukla bir çocuğun hangi yaşta, ne kadar süreyle televizyonda ne izlemesi gerektiği yönünde oluyor. Oysaki bu soruyu sorarken, doğumdan sonra insan beyninin gelişimiyle ilgili tespit edilen güncel bilimsel sonuçlara bakılmalı. Doğumdan sonra bir bebeğin beynindeki hücreler arasındaki iletişimi sağlayan sinirsel bağlantılar ilk başlarda maksimum sayıdadır. Zaman içinde çocuk büyürken beynin kullanımına bağlı olarak aktive edilmeyen sinirsel bağlantılar beyinde yok olur. Bir çocuğun gelişmekte olan beyni için yapabileceği en iyi şey, bedenini kullanarak dış dünyasıyla iletişime geçmesidir. Yani etki ettiği ve ona tepki veren bir dünya içinde emekleyebilmeli, ilk adımlarını atabilmeli ve koşabilmelidir. Bu tarz bir ilişkiyi çocuklar televizyon izlerken kuramazlar. Televizyonun karşısındaki çocuk, bedenini hissedemez

çünkü onu kullanmıyordur.

### BIÇIMLENDİRME İSTEĞİ

Çocuk televizyon karşındayken, insanlarla kurduğu ilişkide olduğu gibi etki edince tepki almayı bekler. Televizyonda ilk defa çizgi film izleyen küçük bir çocuk, ekranda gördükleriyle iletişim kurmaya çalışır. Mesela, tavşana tilkinin nerede saklandığını söyler. Yani kurduğu neden-sonuç ilişkilerinden hareketle olayları biçimlendirmeye ve etki etmeye çalışır. Bu, onun en temel ihtiyaçlarındandır. Etki edemediğini gördükçe kendini geri çeker ve pasif bir izleyiciye dönüşür. Çünkü dış dünyasını biçimlendirme isteği TV karşısında giderek körelir. Bu yüzden Avrupa'daki ve özellikle Almanya'daki birçok uzmanın savunduğu gibi çocuklar ilkokula başlayana kadar mümkünse televizyonun karşısına hiç oturmamalıdır. Çünkü bizim davranışlarımızı planlamamızdan, dürtülerimizi kontrol etmemizden ve hayal kırıklıklarını tolere edebilmemizden sorumlu olan insan beyninin en kompleks bölümü prefrontal korteksin gelişimi özellikle hayatımızın ilk 6 yılında biçimlenir.