

## BÖLÜM 33

Televizyon, Tablet, Akıllı Telefon Kullanımının Küçük Çocuklarda Bilişsel ve Duygusal Gelişim Üzerine Etkileri Nelerdir, İnternet Ortamındaki Tehlikelerden Küçük Çocuğumu Nasıl Korumalıyım?



Çilem BİLGİNER<sup>1</sup>

### GİRİŞ

Okul öncesi dönem, çocukların kendi deneyimlerinin sosyal, bilişsel ve duygusal gelişimlerinde önemli etkiler oluşturduğu eşsiz bir beyin gelişimi dönemidir. Uyku, beslenme ve fiziksel aktivite bu gelişimin en önemli destekçileridir. Ancak gelişen bilişim teknolojisi ile birlikte mobil ekranlar ya da diğer etkileşimli ekranlar küçük çocukların günlük yaşantılarında büyük bir yer işgal etmeye başlamıştır. Bu değişen düzenin, çocukların sağlığı ve gelişimi üzerindeki etkileri de önemli bir araştırma konusu olmuştur. Kitabın bu bölümünde, okul öncesi dönemdeki çocukların, televizyon, tablet ya da akıllı telefon kullanımı alışkanlıklarına yönelik mevcut verilerin yanında bu ekranların çocuk gelişimine katkıları ve çocuk gelişimi için oluşturduğu riskler alt başlıklar halinde sunulacaktır. Gelin merak edilen soruların yanıtlarını ve neler yapılması gerektiğini birlikte arayalım.

### ÇOCUKLARIN EKРАН KULLANIMININ YILLAR İÇİNDEKİ DEĞİŞİMİ

Çocuklar sürekli olarak gelişen ve değişen bir dijital ekosistemde dünyaya gelirken neredeyse doğumdan itibaren düzenli olarak medya ile etkileşim halinde yaşam sürdürmektedirler. Önceleri çocukların yaşamındaki birincil dijital ekranlar TV ekranları iken günümüzde geniş hareket kabiliyetleri, zengin içerikleri ve etkileşime açık doğaları ile telefon, tablet, bilgisayar gibi mobil cihazlar sık tercih

<sup>1</sup> Doç. Dr., Avrasya Üniversitesi Psikoloji Bölümü, cilemcolak@yahoo.com, ORCID iD: 0000-0003-3375-3183

Yukarıdaki sorularda sizi endişelendiren, yardım almanız gerektiğine inandığınız ya da daha fazla bilgi edinmek istediğiniz konular varsa bir profesyonele danışmayı ihmal etmeyin. Unutmayın, çocuklar geleceğe açan çiçeklerdir, onların teknoloji rüzgarında savrulup gitmesini önlemek ise bizim görevimizdir.

## KAYNAKLAR

1. Radesky, J. S., & Christakis, D. A. (2016). Increased Screen Time: Implications for Early Childhood Development and Behavior. *Pediatric clinics of North America*, 63(5), 827–839. <https://doi.org/10.1016/j.pcl.2016.06.006>.
2. Kılıç, A. O., Sari, E., Yucel, H., Oğuz, M. M., Polat, E., Acoglu, E. A., & Senel, S. (2019). Exposure to and use of mobile devices in children aged 1-60 months. *European journal of pediatrics*, 178(2), 221–227. <https://doi.org/10.1007/s00431-018-3284-x>.
3. Xie, G., Deng, Q., Cao, J., & Chang, Q. (2020). Digital screen time and its effect on preschoolers' behavior in China: results from a cross-sectional study. *Italian journal of pediatrics*, 46(1), 9. <https://doi.org/10.1186/s13052-020-0776-x>.
4. Güneş, E., Dayı, A., Çolak, M., Bingöl, O.Ş. (2020); The relationship between preschool children's behavioral problems and cartoons they watch (tur). *J Clin Psy*, 23(4): 438-445.
5. Duch, H., Fisher, E. M., Ensari, I., Font, M., Harrington, A., Taromino, C., Yip, J., & Rodriguez, C. (2013). Association of screen time use and language development in Hispanic toddlers: a cross-sectional and longitudinal study. *Clinical pediatrics*, 52(9), 857–865. <https://doi.org/10.1177/0009922813492881>
6. Anderson, D. R., Subrahmanyam, K., & Cognitive Impacts of Digital Media Workgroup (2017). Digital Screen Media and Cognitive Development. *Pediatrics*, 140(Suppl 2), S57–S61. <https://doi.org/10.1542/peds.2016-1758C>
7. Nathanson, A. I., & Beyens, I. (2018). The Relation Between Use of Mobile Electronic Devices and Bedtime Resistance, Sleep Duration, and Daytime Sleepiness Among Preschoolers. *Behavioral Sleep Medicine*, 16(2), 202–219. <https://doi.org/10.1080/15402002.2016.1188389>
8. Tamana, S. K., Ezeugwu, V., Chikuma, J., Lefebvre, D. L., Azad, M. B., Moraes, T. J., Subbarao, P., Becker, A. B., Turvey, S. E., Sears, M. R., Dick, B. D., Carson, V., Rasmussen, C., CHILD study Investigators, Pei, J., & Mandhane, P. J. (2019). Screen-time is associated with inattention problems in preschoolers: Results from the CHILD birth cohort study. *PLoS one*, 14(4), e0213995. <https://doi.org/10.1371/journal.pone.0213995>
9. Canadian Paediatric Society, Digital Health Task Force, Ottawa, Ontario (2017). Screen time and young children: Promoting health and development in a digital world. *Paediatrics & child health*, 22(8), 461–477. <https://doi.org/10.1093/pch/pxx123>
10. Nobre, J., Vinolas Prat, B., Santos, J. N., Santos, L. R., Pereira, L., Guedes, S., Ribeiro, R. F., & Morais, R. (2020). Quality of interactive media use in early childhood and child development: a multicriteria analysis. *Jornal de pediatria*, 96(3), 310–317. <https://doi.org/10.1016/j.jped.2018.11.015>
11. Hadders-Algra M. (2020). Interactive media use and early childhood development. *Jornal de pediatria*, 96(3), 273–275. <https://doi.org/10.1016/j.jped.2019.05.001>
12. Sağlam, M., Kayaduman, H. (2018). İnternet Üzerindeki Oyun Sitelerinin Çocuklara Yönelik Riskler Açısından İncelenmesi . *Erciyes İletişim Dergisi* , 5 (4) , 253-262 . Retrieved from <https://dergipark.org.tr/tr/pub/erciyesiletisim/issue/38659/420017>