

Ebeveynlerin rolü

Limitler belirlemek.
Ekranlar çok çekicidir ve kolayca bağımlılık yaratır.

Oyunların, izlenen videoların ve filmlerin içeriklerini kontrol etmek.

Çocuğun ekranlarda gördüğü ve yaptığı şeylerle ilgilenmek ve bununla ilgili onunla konuşmak.

Günlük hayatta

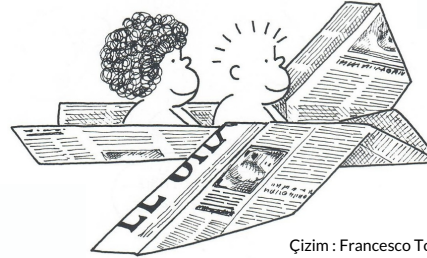
Ekran kullanılmamalıdır:
- yemek zamanında
- odasında
- sabahları okula gitmeden önce
- akşam yatmadan bir saat önce.

Kimse izlemiyorsa TV'yi ve kullanılmıyorsa ekranları kapatmak.

Çocuğunuz için birer örneksiniz: dolayısıyla kendi ekranlarınızı kullanırken dikkatli olunuz !

Son olarak

Ekranlar, aile içinde ve akranlarla olan sözlü iletişimlerini azaltır; oysa çocuk büyüme ve sosyal etkileşimini ve nesnelere manipüle ederek iletişimlerini, konuşmasını ve öğrenimlerini geliştirmektedir. Harekete geçmek, konuşmak ve düşünmek için bir alana ihtiyaç duyar. İletişim, taklit etme, nesnelere manipüle etmek, fiziksel aktivite, yaratıcılık, duygular ve sosyal davranışlar ekranlardan öğrenilemez !



Çizim : Francesco Tonucci
Onaylanmış kullanım

Çocuklar için daha az ekran daha iyidir !

Daha fazla bilgi için

- REPER : <https://prevention-ecrans.ch/>
- CSA : <https://www.csa.fr/Proteger/Protection-de-la-jeunesse-et-des-mineurs/La-protection-des-tout-petits>
- Çocuklar için kitap: Julie Hausler'in "Nathan est accro aux écrans" Helvetia Yayınevi

Sophie Castella ve Danièle von der Weid Horner tarafından hazırlanmıştır
Melis Kocapınar tarafından türkçe'ye çevrilmiştir
Dil ve konuşma terapistleri ARLD-FR
Friz yapımı Catherine Bratschi'ye aittir
Kasım 2020

Ekranlar veya ... ?



Çizim : Francesco Tonucci
Onaylanmış kullanım

İletişim, dil ve öğrenim kapasitelerinin gelişimi için :

Dikkatli olalım !

Çocuğumuzun ihtiyaçlarına saygı duyalım.

Ekranlardan kaynaklı riskler

(Telefon, tablet, televizyon, bilgisayar)

İletişim, dil ve akademik öğrenme kapasitelerinin gelişiminde :





İletişim bozukluğuna neden olma riski (göz teması kurmak, dinlemek, cevap vermek).

Ekran önünde çok fazla zaman geçiren çocukların istatistiklere göre okulda daha başarısız olduğu gözlemleniyor.

2 ile 4 yaş arası çocuklarda günde 2 saat ekranlarla zaman geçirmek, gecikmiş dil ve konuşma riskini üç katına çıkarır.

Sabah okula gitmeden önce ekran kullanan çocukların dikkati diğer çocuklara göre daha zayıftır.

Genel gelişimde bunları etkiler :

Motivasyon 
Konsantrasyon 
Fiziksel sağlık 
Duygu yönetimi 

Uyku 
Sosyalleşme 
Görme 

Ne yapmak gerekir ?

3 yaş öncesi

Çocuk kendini geliştirir ve insanlarla konuşmayı öğrenir. Onlar iletişim, dil ve duygular için çocuğa birer model olurlar. Onlarla beraber çocuk dinlemeyi, göz teması kurmayı ve taklit etmeyi öğrenir.

Öneri: ekrana maruz kalmamaları.

Çocuk ekran olmadan neler yapar ?

Çocuk keşfeder, toplar, rahatsız eder, taşır, karalar. Sürünür, yürür, tırmanır. Etrafındakileri taklit eder. Babıdar, anlatır, şarkılar söyler, hikayeler dinler.

3 ile 6 yaş arası

Çocuğun gerçek nesnelere deneyimlemeye ve onlarla çevrili olmaya ihtiyacı vardır, onları manipüle eder ve dönüştürür. Çevresini keşfetmeyi ve hikayeler uydurmayı sever. Başkalarına ilgi duyar: sosyal kuralları öğrenecek yaşta.

Öneri: yaşa göre günde 20 dakikadan bir saate kadar ebeveynlerin kontrolü altında.

Çocuk ekran olmadan neler yapar ?

Fiziksel aktiviteler : yürür, bisiklete binmeyi öğrenir, scooter kullanır, koşar, top oynar, oyun alanlarına gider.

İletişim ve dil aktiviteleri : anlatır, sorgular, konuşmalara katılır, kitaplara bakar, hikayeler ve terkerlemeler dinler, şarkılar söyler.

Yaratıcı faaliyetler : resim çizer, keser, yapıştırır, kumda oynar, suda oynar, kılık değiştirir, bebeklerle, hayvanlarla, arabalarla oynar, inşa eder, evcilik oynar, ev işlerinde anne ve babaya eşlik eder (mutfak, temizlik, kendin yap etkinlikleri).

Sosyal aktiviteler : masa oyunlarına katılır, başka çocuklar tanır, onlarla oynamayı, paylaşmayı öğrenir.

6 yaş sonrası

Çocuk dünyaya ilgi duyar. Bilgilerini derinleştirir. Yaptığı şeyleri, oynamaya, keşfetmeye, denemeye ve hata yapmaya devam edebilmesi için ilgiye ve desteğe ihtiyacı vardır.

Öneri : ekranların ve internetin kullanımını takip etmek; süreyi ve içeriği çocuğun yaşına göre kontrol etmek.

Çocuk ekran olmadan neler yapar ?

Çocuk 3 ile 6 yaş arasındaki çocukların yaptığı aktiviteleri sürdürür ve keşfini genişletir. Yaşadıklarını anlatır, ne düşündüğünü açıklar, okumaya ve yazmaya başlar, ev işlerine katılır ve giderek daha fazla sosyalleşir.

