

ARAŞTIRMA

RESEARCH ARTICLE

OKUL ÇAĞI ÇOCUKLARININ TELEVİZYON İZLEME
ALİŞKANLIKLARININ İNCELENMESİ

Filiz ARSLAN*, Ayşe Sevim ÜNAL*, Hamide GÜLER**,
Kadriye KARDAŞ***

* GATA HYO Çocuk Sağlığı ve Hastalıkları Hemşireliği BD, Ankara

** Çanakkale Asker Hastanesi, Çanakkale

*** Diyarbakır Asker Hastanesi, Diyarbakır

ÖZET

Televizyonun (TV) çocuklar üzerindeki etkisi güçlüdür. TV çocuklara olumlu mesajlar verebildiği gibi, çocukların zihinsel olarak pasifleşmesine neden olabilmekte ve yaratıcı oyun aktivitelerini engellemektedir. Bu çalışmada, 6-12 yaş grubu çocukların televizyon izleme alışkanlıklarını belirlemek amaçlanmıştır. Kesitsel nitelikteki araştırma, Ankara-Çiğiltepe İlköğretim Okulunun birinci kademesinde okuyan 492 öğrenci arasından, cinsiyet, yaş ve sınıflara göre tabakalı örnekleme yöntemi kullanılarak seçilen 100 öğrenci üzerinde yürütülmüştür. Araştırma kapsamına alınan okul çağı çocuklarının yaş ortalaması $9,1 \pm 1,5$ 'tir. Çocukların %43'ünün (n=43) TV izleme sürelerinin günde 3 saatten fazla olduğu, %54'ünün can sıkıntısı, %48'inin ise sevdiği için televizyon izledikleri belirlenmiştir. Çocukların boş vakitlerini değerlendirmek için yaptıkları aktiviteler incelendiğinde en yüksek oranda çocukların oyun oynama ve spor yapma aktivitelerini yürüttükleri (n=95, %26,1), TV izlemenin ise üçüncü sırada yer aldığı (n=61, %17,3) belirlenmiştir. Bu çalışmada, çocukların çoğunluğunun önerilen sürenin altında TV izlediği, annesi çalışmayan çocukların izleme süresinin daha uzun olduğu ve yaşla birlikte TV izleme süresinin arttığı belirlenmiştir.

Anahtar Kelimeler: Televizyon izleme, okul çağı

ABSTRACT

EXAMINATION OF TELEVISION VIEWING HABITS OF SCHOOL AGE CHILDREN

Television has powerful effects on children. However TV gives positive messages to children it also can cause children to be inactive and prevent their creative play activities. In this study, it was aimed at to determine the television viewing habits of school age children between 6-12 years old. That Cross-sectional type study has been conducted on 100 students who were selected with stratified randomised sampling method according to sex, age and class among 492 students who were taken education from first step of the Ankara-Çiğiltepe Primary Education School. Mean age of school age children who were involved in study was 9.1 ± 1.5 . It was determined that 43% of children (n=43) were watching TV more than 3 hours a day, 54% of them were watching TV to relieve their boredom and 48% of them were watching TV because they like watching. When the spare time activities of children were examined it was determined that they were spending their time by playing and making sportive activities with the highest rate (n=95, 26.1%), and television viewing was in the third order (n=61, 17.3%). In this study, it was determined that most of the children were watching TV under the offered time, children whose mother were not working were watching TV for longer time, and TV watching time of the children were increasing with increasing age.

Key Words: Television viewing, school age

Gönderildiği Tarih: 12 Haziran 2006, Kabul Tarihi: 13 Temmuz 2006.

Sorumlu Yazar (Corresponding Author):

Filiz ARSLAN, GATA HYO, Çocuk Sağlığı ve Hastalıkları Hemşireliği BD., Etlik, Ankara.

Tel: 0.312.3043907

E-posta: sevimun@yahoo.com

GİRİŞ

Televizyon (TV) çocukların yaşamı üzerinde oldukça güçlü bir etkiye sahiptir. Televizyon yoluyla çocuklar, paylaşma, işbirliği ve davranış modellerini algılama gibi olumlu sosyal davranış boyutlarının geliştirilmesine yönelik mesajlar alabildikleri gibi, zararlı mesajları da kolayca alabilmektedirler (1-3). Literatürde çocukların televizyon izlemeye, uyku dışındaki herhangi bir diğer aktiviteden daha fazla zaman ayırdıkları bildirilmektedir (3). Çocuklar giderek daha fazla televizyon izlemeleri ve bilgisayar oyunları oynamaları nedeniyle sosyal ortamlardan izole olmaktadır (4-6). Çeşitli medya araçları ile zaman geçirme, okuma, egzersiz yapma ya da arkadaşlarıyla oyun oynama gibi daha aktif ve anlamlı meşguliyetlerin yerine geçebilmektedir. Televizyon çocukların zihinsel olarak pasifleşmesine neden olmakta ve yaratıcı oyun aktivitelerini engellemektedir (4, 7). Televizyonda sıklıkla film, reklam, dizi, eğlence programları ve haber programları gibi kendi gelişim düzeylerine uygun olmayan programları izledikleri belirtilen çocuklar, bu yolla yetişkinlerin dünyasına daha çabuk girmektedirler (8). Televizyonda yayınlanan tüm programların 2/3 ünün şiddet içerdiği, çocuk şovlarının şiddet içeriğinin en fazla olduğu, şiddet tasvirlerinin çekici hale getirildiği ve bu programlarda suç işleyen karakterlerin sıklıkla cezalandırılmadığı belirlenmiştir (2). Aşırı televizyon izlemenin çocuklarda, saldırganlık, şiddet içeren davranışlar ve çocukluk obesitesi gibi bazı psikosomatik sorunlara neden

olduğu belirlenmiştir (2, 9-11). Çalışmalar, televizyon izleme sonucunda, çocukların yiyecek tercihlerinin, satın aldıkları ürünlerin, kilo durumlarının, agresyon gibi fiziksel risk alma davranışlarının yanında sigara-alkol kullanma gibi sosyal risk alma davranışlarının ve cinsel bilgi, tutum ve davranışlarının etkilendiğini belirtmişlerdir (9, 10, 12, 13).

Hancox ve arkadaşları televizyon izlemenin çocuklar üzerindeki etkisini, çocukların doğumundan 26 yaşına kadar belirli aralıklarla yaptıkları izlemlerle değerlendiren bir cohort çalışması yapmışlardır. Bu çalışmalarında, çocukluk ve adölesan dönemde televizyon izlemenin aşırı kilo alma, yetersiz egzersiz yapma, sigara içme ve erişkinlikte kolesterolün artması ile ilişkili olduğunu bulmuş ve aşırı TV izlemenin sağlık üzerinde uzun süreli etkileri olacağı sonucuna varmışlardır (14).

Amerikan pediatri akademisi çocukların haftada ortalama 16-17 saatlerini televizyon izleyerek geçirdiklerini, ebeveynlerin çocuklarının tüm media ile etkileşimini yakından izlemeleri gerektiğini ve toplam televizyon izleme süresini günde 1-2 saatle sınırlamalarını önermektedir (1, 2, 7).

Warren'ın belirttiğine göre, çocuklar arasında bazı alt gruplar negatif etkilere daha açıktır. Bunlardan en belirginini büyük yaştaki çocuklardır, çünkü yaş arttıkça çocuklar üzerindeki erişkin denetimi de azalmaktadır. Çocukların yaşı küçüldükçe ebeveyn denetimi ve birlikte televizyon izleme oranı

artmaktadır. Ebeveynlerin çocukla birlikte çeşitli aktiviteler yapmasının, izleme oranlarını azalttığı belirlenmiştir. Uzun saatler çalışan anneler, zamanlarını iş ve aileleri arasında dengelemekte sınırlılıklar yaşamakta ve çocukları ile oynama ve onlarla etkileşme olanakları azalmaktadır. Ayrıca, ebeveynlerin televizyon izleme alışkanlıklarının da çocuğun izleme durumunu etkilediği belirtilmektedir. Televizyon izlemenin çocuğu etkilediğine inanan anneler, kural koyma ve birlikte izlemeye daha fazla önem vermektedir. Gelir düzeyi düşük aileler daha fazla televizyon izlerken, gelir düzeyi ne olursa olsun, iyi eğitim almış ebeveynler çocukları ile daha fazla sözel iletişim kurmaktadır (15).

Kennedy ve arkadaşlarının çalışmasına göre televizyon izleme günlük ritüel haline gelmiş ve çocukların ve ailelerinin yaşamının merkezine yerleşmiştir. Aynı çalışmada yapılan analizler, çocukların TV izleme ile ilişkili birçok kuralı algılamadığını göstermiştir. Televizyon izleme günlük rutinlerin parçası haline gelmiştir. Çocuklar tarafından ifade edilen, yaygın görülen günlük rutin örneği; çocukların güne okula gitmekle başladıkları, eve geldikten sonra ödev yaptıkları, bazen TV önünde akşam yemeği yedikleri ve ev ödevlerini yaptıkları zaman da TV izledikleri şeklindedir (12).

Televizyon yoluyla nakledilen mesajlar özellikle çocuk ve adolesanların algı ve davranışlarını etkilemektedir. Çoğu küçük çocuk gördükleri ile gerçek olanı ayırt edememektedir. Televizyonun şiddet ve saldırgan davranışlar, cinsellik, akademik performans, beden kavramı ve

benlik imajı, beslenme, diyet ve obesite ve madde kullanımı ve istismar örüntüleri üzerinde başlıca negatif etkileri gösterilmiştir (6). TV izleme alışkanlıklarının belirlenmesinin ve çeşitli çalışmalarla farklı boyutlarının analiz edilmesinin aile ve çocukların eğitim ve yönlendirilmesinde rehberlik edeceği değerlendirilmektedir. Bu çalışmada, 6-12 yaş grubu çocukların televizyon izleme alışkanlıklarını belirlemek amaçlanmıştır.

GEREÇ VE YÖNTEM

Kesitsel nitelikteki araştırmanın evrenini Ankara-Çiğiltepe İlköğretim Okulunun birinci kademesinde okuyan 492 çocuk oluşturmuştur. Araştırma; yaş, cinsiyet ve sınıflara göre tabakalı örnekleme yöntemiyle seçilen 100 çocuk üzerinde yürütülmüştür. Veriler, çocukların demografik ve TV izleme alışkanlıklarına yönelik olarak araştırmacılar tarafından geliştirilen ve 25 sorudan oluşan anket formu kullanılarak elde edilmiştir. Anket formlarının ön uygulaması, GATA Çocuk Sağlığı ve Hastalıkları Polikliniğine başvuran 6-12 yaş arasındaki 20 çocuk üzerinde yapılmıştır. Ön uygulama sonucunda anlaşılmayan ya da yanlış anlaşılan sorular yeniden düzenlenerek soru formlarına son şekli verilmiştir. Soru formları araştırmacıların çocuklarla bire bir görüşmesi yoluyla doldurulmuştur. Araştırmadan elde edilen veriler kodlandıktan sonra SSPS 10.0 paket programında bilgisayara aktarılmış, verilerin değerlendirilmesinde yüzdelik değerler ve ki-kare testi kullanılmıştır.

BULGULAR VE TARTIŞMA

Çalışmaya katılan çocukların yaş ortalaması, $9,1 \pm 1,5$ 'dir. Anne ve babalarının eğitim durumları incelendiğinde, annelerin % 72,0'si (n=72), babaların ise % 87,0'si (n=87) lise ve üzerinde eğitim almıştır.

Annelerin yarısından fazlası ev hanımı (% 66,0) iken, babaların çoğunluğunun memur (% 73,0) olduğu görülmektedir. Ailelerin ortalama aylık geliri ise, 1173 ± 482 (150–2500) YTL'dir. Çocukların günlük ortalama TV izleme süresi, $3,5 \pm 2,1$ saat olarak belirlenmiştir.

Tablo 1. Araştırma Kapsamına Alınan Okul Çağı Çocuklarının Demografik Özelliklerine Göre Dağılımları

Demografik özellikler	Sayı	%
<u>Cinsiyet</u>		
Kız	50	50,0
Erkek	50	50,0
<u>Yaş grubu</u>		
7yaş	20	20,0
8yaş	16	16,0
9yaş	22	22,0
10yaş	21	21,0
11–12 yaş	21	21,0
<u>Anne eğitim durumu</u>		
Okuryazar değil	1	1,0
Okuryazar	2	2,0
İlkokul mezunu	12	12,0
Ortaokul mezunu	13	13,0
Lise mezunu	43	43,0
Üniversite mezunu	29	29,0
<u>Annenin mesleği</u>		
Evhanımı	66	66,0
Memur	28	28,0
Serbest meslek	6	6,0
<u>Babanın eğitim durumu</u>		
Okuryazar	1	1,0
İlkokul mezunu	7	7,0
Ortaokul mezunu	5	5,0
Lise mezunu	26	26,0
Üniversite mezunu	61	61,0
<u>Babanın mesleği</u>		
Memur	73	73,0
Serbest meslek	22	22,0
İşçi	3	3,0
Emekli	2	2,0
Aylık gelir ortalaması		1173 ± 482
Çocukların günlük ortalama televizyon izleme süresi		$3,5 \pm 2,1$

Tablo 2. Araştırma Kapsamına Alınan Okul Çağı Çocuklarının Yaşa Göre Günlük Televizyon İzleme Sürelerinin Karşılaştırılması

Yaş Grupları	Televizyon İzleme Süreleri			Toplam	χ^2	p
	<1 saat n (%)	1–3 Saat n (%)	>3 Saat n (%)			
7 Yaş (n=20)	7 (35,0)	9 (45,0)	4 (20,0)	20 (100,0)	14,924	0,05
8 Yaş (n=16)	7 (43,8)	2 (12,5)	7 (43,8)	16 (100,0)		
9 Yaş (n=22)	9 (40,9)	4 (18,2)	9 (40,9)	22 (100,0)		
10 Yaş (n=21)	5 (23,8)	6 (28,6)	10 (47,6)	21 (100,0)		
11-12 Yaş (n=21)	4 (19,0)	4 (19,0)	13 (61,9)	21 (100,0)		
Toplam	32 (32,0)	25 (25,0)	43 (43,0)	100 (100,0)	-	-

* Test çift yönlüdür.

Araştırma kapsamına alınan okul çağı çocuklarının %43,00'ünün (n=43) günde 3 saatten fazla televizyon izlediği belirlenmiştir. Yaş grupları TV izleme süreleri açısından karşılaştırıldığında

aralarında istatistiksel olarak anlamlı bir ilişki bulunmamıştır ($p>0,05$), ancak tablo 2 incelendiğinde, 3 saatten fazla televizyon izleme alışkanlığının yaşla birlikte arttığı görülmektedir.

Tablo 3. Araştırma Kapsamına Alınan Okul Çağı Çocuklarının Televizyon İzleme Nedenlerinin Yaşa Göre Dağılımı

Yaş Grupları	Can Sıkıntısı n (%)	Televizyon İzleme Nedenleri		Toplam n (%)
		Arkadaşsızlık/Aile İlgisizliği n (%)	TV İzlemeyi Sevme n (%)	
7 yaş	14 (60,9)	1 (4,3)	8 (34,8)	23 (100,0)
8 yaş	7 (43,8)	0 (00,0)	9 (56,3)	16 (100,0)
9 yaş	12 (54,5)	1 (4,5)	9 (40,9)	22 (100,0)
10 yaş	12 (52,2)	2 (8,7)	9 (39,1)	23 (100,0)
11–12 yaş	9 (34,6)	4 (15,4)	13 (50)	26 (100,0)
Toplam	54 (100,00)	8 (100,00)	48 (100,00)	110 (100,0)

* Birden fazla seçenek işaretlendiği için n katlanmıştır.

Tablo 4. Araştırma Kapsamına Alınan Okul Çağı Çocuklarının Günlük Televizyon İzleme Sürelerinin Annelerin Çalışma Durumuna Göre Karşılaştırılması

Annenin Çalışma Durumu	Çocukların Günlük Televizyon İzleme Süreleri			χ^2	p
	<1 saat n (%)	1–3 saat n (%)	>3 saat n (%)		
Çalışıyor	1 (3,04)	23 (69,69)	9 (27,27)	33 (100,00)	8,592 0,035
Çalışmıyor	6 (8,96)	27 (40,29)	34 (50,75)	67 (100,00)	
Toplam	7 (7,00)	50 (50,00)	43 (43,00)	100 (100,0)	

* Test çift yönlüdür.

Tablo 3'te, yaşlara göre televizyon izleme nedenleri incelendiğinde, okul çağı çocuğunun % 49,1'inin (n=54) can sıkıntısı, % 43,6'sının (n=48) ise sevdikleri için televizyon izledikleri belirlenmiştir.

Tablo 4'te annelerin çalışma durumuna göre çocukların televizyon izleme süreleri karşılaştırılmıştır. Çocukların TV izleme saatlerinin, annenin çalışma durumuna göre farklılık gösterdiği belirlenmiştir

($p < 0,05$). Annesi çalışmayan toplam 67 çocuğun 33'ü (% 50,0) günde üç saatten fazla televizyon izlerken, annesi çalışan 34 çocuktan sadece 9'u (%26,5) üç saatten fazla televizyon izlediklerini belirtmişlerdir. Annenin çalışıp çalışmaması ile çocukların TV izleme saatleri arasındaki ilişkinin istatistiksel olarak önemli olduğu belirlenmiştir ($\chi^2=8,592$; $p=0,035$).

Tablo 5. Araştırma Kapsamına Alınan Okul Çağı Çocuklarının Boş Zamanlarını Değerlendirme Aktivitelerinin Yaşlara Göre Karşılaştırılması

Boş Zamanları Değerlendirme Aktiviteleri	Yaş Grupları					Toplam	χ^2	p
	7yaş n (%)	8yaş n (%)	9yaş n (%)	10yaş n (%)	11yaş n (%)			
TV İzleme	15(24,5)	6 (9,8)	14(22,9)	10(16,3)	16(26,2)	61(17,3)	10,04	0,074
Müzik Dinleme	2 (5,5)	5(13,8)	10(27,7)	11(30,5)	8 (22,2)	36 (10,2)	11,65	0,040
Gezme	5 (27,7)	3 (16,6)	4 (22,2)	1(5,5)	5 (27,7)	18 (5,1)	3,66	0,599
Kitap okuma	11(14,6)	13(17,33)	19(25,3)	17(22,6)	15(20,0)	75 (21,3)	7,81	0,167
Uyuma	1 (12,5)	0 (0,0)	2 (25,0)	2 (25,0)	3 (37,5)	8 (2,2)	2,99	0,701
Spor yapma	3 (9,0)	3 (9,0)	11(33,3)	7 (21,2)	9 (27,2)	33 (9,3)	10,07	0,073
Oyun Oynama	17(28,8)	7 (11,8)	11(18,6)	11(18,6)	13(22,0)	59 (16,7)	8,79	0,118
Resim Yapma	10(27,7)	3 (8,3)	6 (16,6)	7 (19,4)	10(27,7)	36 (10,2)	7,38	0,194
Aile ile Konuşma	3 (11,5)	1 (3,8)	6 (23,0)	7 (26,9)	9 (34,6)	26 (7,3)	10,98	0,052
Toplam	67	41	83	73	88	352(100)	-	-

* Birden fazla seçenek işaretlendiği için n katlanmıştır.

Tablo 5'de çocukların boş vakitlerini değerlendirmek için yaptıkları aktiviteler yaş gruplarına göre karşılaştırılmıştır. Tüm aktiviteler içinde (n=352) en yüksek oranda çocukların oyun oynama ve spor yapma aktivitelerini yürüttükleri görülmektedir (n=95, %26,1). İkinci sırada kitap okuma (n=75, %21,3) gelirken TV izleme üçüncü sırayı almaktadır (n=61, % 17,3). Çocuklar en düşük oranda ise uyuma (n=8, % 2,2) ve gezmeye (n=18, % 5,1) zaman ayırmaktadır.

Aktiviteler yaşlara göre karşılaştırıldığında, TV izlemenin 8 yaş (n=6, % 9,8) dışında tüm gruplarda yüksek olduğu belirlenmiştir. Müzik dinleme 7 yaş (%5,5) ve 8 yaşta (%13,9) en düşük orandadır, yaş arttıkça oran artmaktadır ve yaşlar arasındaki fark istatistiksel olarak anlamlı bulunmuştur. Kitap okuma oranları tüm yaşlarda yüksek bulunmuştur. Spor yapmanın yaşla arttığı, 9 yaşta en yüksek oranda (%33,3) iken 7 ve 8 yaşlarda en düşük oranda (% 9,1) olduğu bulunmuştur. 7

yaşta oyun oynama diğer yaşlara göre en yüksek orandadır (%28,8). Resim yapma 7 yaş ve 11 yaşta (% 27,8) yüksektir. Aile ile konuşma oranı 7 (% 11,5) ile 8 yaşta (%3,8) oldukça düşüktür ve oran yaşla yükselmektedir. Yaşlar arasındaki farklılık istatistiksel olarak da anlamlı bulunmuştur.

TARTIŞMA

Tablo 1'e göre çocuklar günde ortalama $3,49 \pm 2,1$ saat televizyon izlemektedir. Strasburger ve arkadaşlarının çalışmasında çocukların haftada ortalama 16-17, Vessey ve arkadaşlarının çalışmasında ise 21-28 saat televizyon izledikleri belirtilmektedir (4, 7). Bu çalışmadaki oran (haftalık 24,4 saat), Vessey ve arkadaşlarının belirlediği haftalık TV izleme saatinden düşük olmakla birlikte, Strasburger'in belirlediği saatten fazladır. Amerikan Pediatri Akademisinin önerileri dikkate alındığında bir çocuğun haftada en fazla 14 saat TV izlemesi gerekmektedir (1, 12). Buna göre bu çalışmadaki çocukların önerilen TV izleme süresini aştığı görülmektedir. Wake ve arkadaşlarına göre 12 yaşına kadar çocuklar TV de gördükleri karakterleri, gerçek karakterlerden ayırmakta güçlük yaşamaktadırlar (6). Bu açıdan özellikle okul çağı çocuklarının yaş artışı ile birlikte aile denetiminden uzaklaşmaları ve sonuçta TV nin etkilerine daha açık hale gelmeleri nedeniyle (15), 6-12 yaş grubundaki çocukların TV izlemelerinin, kurallara bağlanması gerektiği değerlendirilmektedir.

Tablo 2'de yaşlara göre günlük televizyon izleme süreleri

karşılaştırılmıştır. Tabloya göre yaşla birlikte çocukların televizyon izleme süreleri artmaktadır. Warren'ın çalışmasında, televizyon izleme süresi arttıkça çocukların olumsuz etkilenme oranlarının da arttığı belirtilmiştir. Ayrıca, çocuk büyüdükçe erişkin denetiminin azaldığı ve birlikte televizyon izleme oranının azaldığı da belirtilmektedir (15). Wake ve arkadaşlarının çalışmasında daha büyük yaştaki çocukların TV izleme ve bilgisayar oyunları oynama gibi aktivitelere daha çok zaman ayırdıkları belirlenmiştir (6). Chen ve arkadaşları da çalışmalarında, yaş grubunun TV izlemeye ayrılan zaman üzerinde etkili olduğunu ve daha büyük çocukların daha fazla zaman ayırdıklarını bulmuştur (11). Çalışmamızda yaşla birlikte televizyon izleme sürelerinin artması, bu bulgularla benzerlik göstermektedir. 100 çocuktan 32'sinin bir saatten az ve 25'inin 1-3 saat televizyon izlemesi olumlu bir tutum olarak değerlendirilebilir. Amerikan Pediatri Akademisinin önerdiği günlük TV izleme süresi de 1-2 saattir (1, 12). Ebeveynlerin eğitim düzeyi arttıkça TV izleme konusunda kural koyma ve denetimin arttığı Warren tarafından belirtilmektedir (15). Bu çalışmaya katılan okul çağı çocuklarının ebeveynlerinin eğitim düzeyinin yüksek olmasının, bu olumlu tutumun gelişmesine katkıda bulunduğu değerlendirilmektedir. Ancak yarıya yakın (% 43,0) çocuğun 3 saatten fazla TV izlemesi, ebeveynlerin önemli bir bölümünün, televizyonun olumsuz etkilerini değerlendirme ve çocuğun televizyon izlemesine sınır koyma

konusunda yeterli olmadığını düşündürmektedir.

Tablo 3'te, yaşlara göre televizyon izleme nedenleri incelenmiş, katılımcıların % 49,1'inin (n=54) can sıkıntısı, % 43,6'sının (n=48) ise sevdikleri için televizyon izledikleri belirlenmiştir. Arkadaşsızlık ya da aile ilgisizliği nedeniyle TV izlemeye yönelenlerin oranı oldukça düşüktür (%7,3). Kennedy'nin çalışmasında çocukların yarısı televizyonu, kendilerini iyi hissetmelerine yardım etmesi için izlediklerini ve TV izlemenin iyi hissetmelerine yardım ettiğini belirtmişlerdir (12). Bu çalışmada çocukların çoğunluğunun can sıkıntısını gidermek amacıyla TV izlemeleri bu bulgu ile ilişkili olabilir. Katılımcıların çoğunluğunun (%57,0) 3 saatten az TV izlemesi (Tablo 2), Spor yapma ve oyun oynama aynı kapsamda değerlendirildiğinde, TV izlemenin (% 17,3) boş zamanları değerlendirme aktivitelerinin 3. sırasında gelmesi ve çocukların kitap okuma (% 21,3) ve oyun/spor aktivitelerine (% 26,1) de büyük oranda zaman ayırması (Tablo 5) televizyonun olumsuz etkilerine çok fazla maruz kalmadıklarını düşündürmektedir. Kennedy ve arkadaşlarının çalışmasında (12) 7-10 yaş arasındaki çocukların TV izlemenin bazı negatif etkilerinin farkında oldukları, çocukların satın alma davranışlarını, beyin gelişimlerini, çok yakından izlerlerse görme duyularını olumsuz etkileyeceğini belirttikleri görülmüştür. Bu çalışmada çocukların TV izlemenin etkilerini nasıl algıladıkları değerlendirilmemiştir. İzleme süreleri üzerinde televizyonun olumsuz etkilerini

algılama durumları, daha sonra yapılacak çalışmalarda değerlendirilebilir. Chen Batı toplumlarındaki en sedanter davranışın TV izlemek olduğunu belirtmektedir (11). Çocuklarda erken dönemde aktif yaşam tarzı geliştirme çabalarının erişkinler arasındaki fiziksel aktiviteyi artırmak ve böylece aşırı kilo ve obezite insidansını azaltmak için başarılı bir strateji olabileceği değerlendirilmektedir (5). Kennedy ve arkadaşlarının çalışmasında çocuklar, oynayacak kimseyi bulamadıklarında, akşam yemeği sırasında, ev ödevinden sonra, yorulduklarında ve boş zamanlarında TV izlediklerini bildirmişlerdir (12). Bu çalışmada çocukların can sıkıntısı ya da aile ilgisizliği nedeniyle TV izleme oranlarının düşük olması (Tablo 3), çocukların aileleri ile zaman geçirmekte sorunları olmadığını ve çocukların diğer yararlı aktivitelere yönelmelerinde (Tablo 5) ailelerinin de etkili olduğunu gösterebilir.

Tablo 4'de, Annesi çalışmayan çocukların genel olarak TV izleme oranlarının ve sürelerinin annesi çalışan çocuklara göre daha uzun olduğu görülmektedir. 1-3 saat arasında TV izleyen çocukların oranı her iki grupta da birbirine yakın iken, annesi çalışmayan çocukların 3 saatten fazla TV izleme oranlarının, çalışan annelerin çocuklarına göre daha yüksek olduğu görülmektedir. Warren'ın belirttiğine göre uzun saatler çalışan anneler, zamanlarını iş ve aileleri arasında dengelemekte zorlanmakta ve çocukları ile oynama ve onlarla etkileşme olanakları azalmaktadır (15). Bu çalışmada, annesi çalışan çocukların uzun

süre TV izleme oranının düşük bulunması, Warren'ın bulgusu ile çelişen bir sonuç gibi görünmesine karşın, çalışan annelerin % 82,4'ünün (toplam 34 anneden 28'i, Tablo 1) memur olması, memuriyet nedeniyle çalışma saatlerinin belirli olması ve genellikle işlerinin uzun saatler çalışmalarını gerektirmemesi yüzünden Warren'ın bulgusu ile çelişkili değildir. Ayrıca, ebeveynlerin televizyon izleme alışkanlıklarının da çocuğun izleme durumunu etkilediği belirtilmektedir (15). Çalışmayan annelerin evde ve televizyon karşısında geçirdikleri süre daha fazla olduğu için edindikleri TV izleme alışkanlığı çocuklarının daha uzun süre TV izlemesinde etkili olmuş olabilir. Ayrıca çalışan annelerin tüm gün ayrı oldukları için, çocukları ile daha nitelikli zaman geçirme gayreti içinde oldukları, çocuklarını iş nedeni ile ihmal ettiklerini düşünerek, okul dışında akşamları, çocukların daha sık TV izledikleri saatlerde çocukla daha fazla ilgilenerek bu süreyi düşürdükleri düşünülebilir.

Tablo 5'de çocukların boş vakitlerini değerlendirmek için yaptıkları aktiviteler yaş gruplarına göre karşılaştırılmıştır. Tüm aktiviteler içinde çocuklar, en yüksek oranda oyun oynama ve spor yapma aktivitelerini yürütürken, ikinci sırada kitap okuma ve üçüncü sırada TV izleme aktivitelerini yürütmektedir. Okul çağı çocuğu, yaş dönemi gereğince hareketli ve çeşitli faaliyetlerde yeteneğini geliştirmeye çalışan bir dönemdedir (14). Televizyonun üçüncü öncelikte olması bu yaş dönemi özelliğinden kaynaklanabilir. Ayrıca bizim çalışmamıza katılan çocukların

anne ve babalarının eğitim düzeylerinin yüksek olmasının, çocukları yeteneklerini geliştirme konusunda çocuğa fırsat sunulmasında ve desteklenmesinde önemli bir faktör olabileceği değerlendirilmektedir. Çocuklar en düşük oranda ise uyuma (n=8, % 2,3) ve gezmeye (n=18, % 5,1) zaman ayırmaktadır. Çocukların yaş nedeniyle uyku gereksinimlerinin azalması ve gündüz okulda olmaları nedeni ile hem uykuya hem de gezmeye daha az zaman ayırmaktadırlar. Müzik dinlemenin 7 ve 8 yaşta en düşük oranda olması ve yaş arttıkça artması giderek adölesan döneme doğru müziğin çocuklar için önem kazanması nedeniyle olabilir. Aile ile konuşma oranı 7 (% 11,5) ile 8 yaşta (%3,8) oldukça düşüktür ve oran yaşla yükselmektedir. Yaşlar arasındaki farklılık istatistiksel olarak da anlamlı bulunmuştur. Çocukların giderek soyut düşünme yeteneklerinin ve kendilerini ifade etme becerilerinin artmasının (14), ebeveynlerle konuşmaya daha fazla zaman ayırmalarına neden olduğu değerlendirilmektedir.

SONUÇ VE ÖNERİLER:

Bu çalışmada çocukların çoğunluğunun, önerilen süre dâhilinde TV izlediği, annesi çalışmayan çocukların TV izleme sürelerinin daha uzun olduğu ve yaş artışı ile birlikte TV izleme sürelerinin artış gösterdiği belirlenmiştir. Ebeveynlerin eğitim düzeyinin yüksek olmasının, çocukların önerilen zaman sınırları içinde TV izlemeleri ve TV izleme dışında diğer aktivitelere zaman ayırmaları üzerinde önemli bir etken olduğu değerlendirilmiştir.

Bu çalışma sonucunda, büyük yaştaki çocukların TV izleme sürelerinin de denetlenmesi, çalışmayan annelerin çocukları ile birlikte zaman geçirmelerinin teşvik edilerek, çocuklarının TV izleme sürelerinin azaltılmasına çalışılması ve sağlık personelinin, televizyonun olumsuz yönleri konusunda toplumu bilinçlendirmesi önerilebilir.

Kaynaklar

1. Yalçın SS, Tuğrul B, Naçar N, Tuncer M, Yurdakök K. Factors that affect television viewing time in preschool and primary school children. *Pediatrics International*. 2002; 44: 622–627.
2. American Academy of Pediatrics. Children, adolescents, and television, *Pediatrics* 2001; 107 (2):423–426.
3. Broek PVD. The role of television viewing in the development of reading comprehension, <http://www.ciera.org/ciera/publications/archive/99-10/04OCT99-58-MSarchive.html>. P:1–5.
4. Vessey AJ, Yim-Chiplis PK, Mackenzie NR. Effectes of television viewing on children's development. *Pediatric Nursing*. 1998; 23 (5):483–486.
5. Heelan KA, Donnelly JE, Jacobsen DJ, Mayo MS, Washburn R, Greene L. Active commuting to and from school and BMI in elementary school children—preliminary data, *Child: Care, Health and Development*. 2005; 31 (3):341–349.
6. Wake M, Hesketh K, Waters E. Television, computer use and body mass index in australian primary school children, *J. Paediatr. Child Health* 2003; 39: 130–134.
7. Strasburger VC, Donnerstein, E. Children, adolescents, and the media: issues and solutions. *Pediatrics*. 1999; 103 (1): 129–138.
8. Şirin MR. Televizyon, şiddet içerikli haber öyküleri ve çocuk. *Çocuk Forumu Dergisi*. 2003; 6 (1):60-67.
9. Woodward DR, Cumming FJ, Ball PJ, Williams HM et al. Does television affect teenagers' food choices. *Journal of Human Nutrition and Dietetics*. 1997;10: 229–235.
10. Lobstein T, Dobb S. Evidence of a possible link between obesogenic food advertising and child overweight. *Obesity Reviews*. 2005; 6: 203–208.
11. Chen JL, Kennedy C. Cultural variations in children's coping behaviour, TV viewing time, and family functioning. *International Nursing Review*. 2005; 52:186–195.
12. Kennedy CM, Strzempko F, Danford C, Kools S. Children's perceptions of TV and health behavior effects. *Journal of Nursing Scholarship, Third Quarter*. 2002; 289–294.
13. Robinson TN. Reducing children's television viewing to prevent obesity. *JAMA*. 1999;282:1561–1567.
14. Hancox RJ, Milne BJ, Poulton R. Association between child and adolescent television viewing and adult health: a longitudinal birth cohort study. *Lancet*. 2004;364:257–62.
15. Warren R. Parental mediation of children's television viewing in low income families, *Journal of Communication*. 2005; 847–863.

16. Wong DL. Health promotion of the school-age child and family, Eds.: Wong DL, Hockenbery-Eaton M, Wilson D, Winkelstein ML, Ahmann E, Divito-Thomas PA. In Whaley and Wong Nursing Care of Infants and Children. 6 th. edition. St Lois, Baltimore, Newyork, London: Mosby; 1999. p.777–817.