

OTİZM VE EKİRAN İLİSKİSİ

Otizm (Otizm Spektrum Bozukluęu - ODB ve ekran kullanımı arasındaki ilişki, son yıllarda hem bilimsel araştırmalarda hem de toplumda sıkça tartışılan bir konudur. Bu ilişki, iki ana başlık altında değerlendirilebilir



EKRAN SÜRESİ VE OTİZMİN GELİŞİMİ ARASINDAKİ İLİŞKİ

NEDENSELLİK KANITLANMAMIŞTIR: EKRAN SÜRESİNİN OTİZME NEDEN OLDUĞU YÖNÜNDE DOĞRUDAN BİR BİLİMSEL KANIT YOKTUR.

ANCAK BAZI ARAŞTIRMALAR, ERKEN YAŞTA (ÖZELLİKLE 0-3 YAŞ ARASI) AŞIRI EKRAN MARUZİYETİNİN, SOSYAL İLETİŞİM BECERİLERİNİN GELİŞİMİNİ OLUMSUZ ETKİLEYEBİLECEĞİNİ GÖSTERMEKTEDİR. BU ETKİLER OTİZME BENZER BELİRTİLER OLUŞTURABİLİR.

BU BELİRTİLER ARASINDA ŞUNLAR OLABİLİR:
GÖZ TEMASI KURMAMA
ADINA TEPKİ VERMEME
SINIRLI SOSYAL ETKİLEŞİM
TEKRARLAYICI HAREKETLER



Otizm Tanılı Bireylerde Ekran Kullanımı

Pozitif Yönler:

- **Rutin oluşturma ve öğrenme:** Bazı çocuklar ekranlar aracılığıyla yeni kavramlar öğrenebilir.
- **Dijital uygulamalar:** Otizimli bireyler için özel olarak tasarlanmış eğitici uygulamalar, iletişim araçları (örneğin PECS uygulamaları, görsel destekli uygulamalar) faydalı olabilir.
- **İlgi alanları:** Bazı otizimli çocuklar, ekran içerikleri üzerinden ilgi duydukları konulara yoğunlaşabilir



RİSKLER

- Aşırı ekran süresi, gerçek sosyal etkileşimi azaltabilir.
- Bağımlılık riski daha yüksek olabilir.
- Bazı otizimli bireylerde ekran karşısında geçirilen süre arttıkça davranışsal problemler (öfke nöbetleri, ekran kesildiğinde aşırı tepki) görülebilir



ÖNERİLER

Erken Çocukluk Dönemi (0–3 yaş):

- Ekran süresi sıfıra yakın olmalı (Dünya Sağlık Örgütü de bu yönde öneride bulunur).
- Gerçek sosyal etkileşim, fiziksel oyun ve yüz yüze iletişim çok daha önemlidir.

Daha büyük çocuklar için:

- Ekran süresi sınırlandırılmalı (örneğin: günde maksimum 1 saat)
- İçerik yaşına ve gelişim düzeyine uygun olmalı.
- Ebeveyn gözetimi ve ekran başında ortak etkileşimli zaman önemlidir.

SUGGESTION

