



T.C.

SAĞLIK BAKANLIĞI

TÜRKİYE KAMU HASTANELERİ KURUMU

Ankara İli İkinci Bölge Kamu Hastaneleri Birliği Genel Sekreterliği

Dr. Sami Ulus Kadın Doğum, Çocuk Sağlığı ve Hastalıkları

Eğitim ve Araştırma Hastanesi

1-60 AY ARASI ÇOCUKLARDA MOBİL MEDYA CİHAZI KULLANIMI

Uzmanlık Tezi

Dr. Ahmet Osman KILIÇ

Tez Danışmanı: Doç. Dr. Saliha ŞENEL

ANKARA-2017

TEŞEKKÜR

Uzmanlık eğitimim süresince; verdikleri katkı ve desteklerinden dolayı Hastane Yöneticisi Uzm. Dr. Sayın Eyüp SARI'ya,

Tezimin her aşamasında büyük desteğini gördüğüm, bilgi birikimi ve tecrübeleriyle beni yönlendiren, yardımını esirgemeyen Doç. Dr. Sayın Saliha Şenel'e

Hastanemiz tüm eğitim görevlileri ve uzmanlarına, birlikte çalışmaktan büyük mutluluk duyduğum sevgili asistan arkadaşlarıma, çok değerli hemşire, laborant, teknisyen ve personelimize,

Çalışmamın başlangıcından bitişine kadar desteklerinden kuvvet aldığım, en büyük gücüm olan aileme;

Annem Gülşen KILIÇ, babam Kubilay KILIÇ, kardeşim Sefa KILIÇ'a

En iyi dostum, sırdaşım, biricik eşim Dr. Pelin KILIÇ'a

Uyurken nefes alış verişlerini şükrederek izlediğim kızım Ece KILIÇ'a

Bütün samimiyetimle teşekkür ederim.

Dr. Ahmet Osman KILIÇ

İÇİNDEKİLER

İÇİNDEKİLER	ii
KISALTMALAR DİZİNİ.....	iii
GRAFİKLER DİZİNİ.....	iv
TABLolar DİZİNİ.....	v
ÖZET	vi
ABSTRACT.....	ix
1. GİRİŞ VE AMAÇ.....	1
2. GENEL BİLGİLER	3
2.1. Tarihçe ve gelişim.....	3
2.2. Neden mobil cihazlar çocuk sağlığı açısından önemlidir?	4
2.3. Mobil cihazları kimler kullanıyor?	6
2.4 Mobil cihazlar nasıl etkiliyor? Olumlu mu, olumsuz mu?	7
2.5. Kontrol, monitörizasyon, önlem	12
3. MATERYAL VE METOD.....	17
3.1 Çalışma grubu	17
3.2 Yapılan anket	17
3.3 İstatistiksel Analiz.....	20
4. BULGULAR.....	21
5. TARTIŞMA	34
6. SONUÇLAR.....	44
1. Çalışmamızdaki çocukların %50,2'si kız, % 49,8'i erkekti.	44
2. Çalışmamızdaki çocukların yaş ortalaması 27,6 ay \pm 0,86 ay idi.....	44
3. Çalışmamıza katılan ailelerin %87,5'inin aylık geliri 5000 TL'nin altında idi.....	44
7. KAYNAKLAR	46

KISALTMALAR DİZİNİ

SPSS : Scientific Package for Social Science

ABD : Amerika Birleşik Devletleri

AAP : Amerikan Pediatri Akademisi



GRAFİKLER DİZİNİ

Grafik 1: Cinsiyete göre dağılım	21
Grafik 2: Ailelerin gelir düzeyleri	22
Grafik 3: Katılımcıların annelerinin eğitim düzeyi	23
Grafik 4: Katılımcıların babalarının eğitim düzeyi	23
Grafik 5: Ebeveynlerin medya cihazı sahipliği	24
Grafik 6: Çocukların yaş gruplarına göre medya cihazı sahipliği	25
Grafik 7: Ailelerin mobil cihaz kullandırma nedenleri.....	27
Grafik 8: Yaş gruplarına göre kullanım dağılımı.....	28
Grafik 9: Yaş Gruplarına göre mobil cihazlarda yapılan faaliyetlerin dağılımı	29
Grafik 10: Kullanılan uygulama sayıları	30
Grafik 11: Aynı anda birden fazla mobil cihaz kullanma oranları	31
Grafik 12: Mobil cihazlar hakkında doktor tarafından bilgilendirilme oranları.....	31
Grafik 13: Çocukların mobil cihaz kullanırken yardım alma oranları	32
Grafik 14: Mobil cihazların ailenin beraber vakit geçirmesine etkisi	33

TABLÖLAR DİZİNİ

Tablo 1: Anket soruları.....	19
Tablo 2: Sosyodemografik veriler.....	22
Tablo 3: Mobil cihazlara sahip olma sıklığı.....	25
Tablo 4: Ailelerin mobil cihaz kullanımına izin verme sebepleri	26
Tablo 5: Yaş gruplarına göre mobil cihaz kullanma sıklıkları	27
Tablo 6: Çocukların mobil cihazlarda yaptıkları faaliyetler	28
Tablo 7: Mobil cihazlara uygulama indirme sıklıkları.....	30
Tablo 8: Çocukların mobil cihaz kullanırken yardım alma sıklıkları	32



ÖZET

1-60 Ay Arası Çocuklarda Mobil Medya Cihazı Kullanımı

Amaç

Mobil medya cihazı kullanımı çocukluk çağında da oldukça yaygınlaşmıştır. Çocukluk çağında mobil medya cihazı kullanımı ile ilgili çalışmalar yapılmış olmakla birlikte özellikle süt çocukluğu ve okul öncesi dönemi çocukların mobil cihazların kullanımı ile ilgili çalışmalar oldukça sınırlıdır. Çalışmamızda 1-60 ay arası çocukların mobil medya cihazı kullanma sıklığı, kullanma nedenleri, hangi cihazları kullandıkları, mobil medya cihazlarının kullanımı ile ailenin sosyoekonomik ve eğitim düzeyleri ile ilişkisi araştırılarak 1-60 ay arası çocukların mobil medya cihazları ile bağlantılarının tanımlanması ve literatüre katkıda bulunulması amaçlanmıştır.

Gereç ve Yöntem

Ankara Dr. Sami Ulus Kadın Doğum, Çocuk Sağlığı ve Hastalıkları Eğitim ve Araştırma Hastanesi Genel Pediatri Polikliniklerine 01.06.16-01.08.16 tarihleri arasında başvuran 1-60 ay arası, anne ve/veya babası refakatinde gelen çocukların çalışmaya katılmaya gönüllü 422 ebeveyni çalışmamıza dahil edildi. Nöromotor gelişme geriliği olan çocuklar çalışmaya dahil edilmedi. Ebeveynlere 21 tane çoktan seçmeli ve boşluk doldurmalı sorulardan oluşan anket yüzyüze görüşme tekniği ile uygulandı.

Bulgular

Çalışmadaki çocukların yaş ortalaması 27,6 ay±0,86 ay idi. Çocukların ilk defa mobil medya aygıtı kullanma yaşının ortancası 12 ay olarak saptandı. Annelerin %39,8'i (n=168), babaların %33,4'ü (n=141) ilköğretim mezunu idiler. Ebeveynlerin %50,5'inin

(n=213) aylık geliri 2000 TL'nin altındaydı. Mobil cihazlar içinde en sık sahip olunan cihaz %83,7 sıklığı ile tablet idi. Ebeveynlerin %90'ı akıllı telefon, %10'u eski-tuşlu telefon kullanıyordu. Çalışmadaki çocukların %15,8'nin tableti vardı. Mobil cihazlar içinde en sık sahip olunan cihaz %83,7 sıklığı ile tablet idi. Mobil cihaz kullanan çocukların %25,7'si aynı anda birden fazla cihaz kullanıyordu. 25 aydan itibaren tablet sahibi olma oranlarının istatistiksel olarak anlamlı şekilde arttığı görüldü ($p<0,01$). Mobil medya kullanan çocukların ailelerinin %74,4'ü çocuklarına mobil medya aygıtı kullanma iznini günlük ev işlerini yaparken veriyordu. Çocuklar tarafından mobil cihazlarda en çok yapılan faaliyet, %71 sıklık ile video izleme olarak saptandı. Ebeveyn eğitim düzeyi arttıkça tablet sahibi olma sıklığının anlamlı olarak azaldığı görüldü ($p<0,05$). Bu anlamlı azalmanın daha çok anne eğitim düzeyi ile ilişkili olduğu belirlendi ($p<0,01$). Ebeveynlerin %85,5'i cep telefonu ya da tabletine uygulama indirmişti. Ebeveynlerin %91,5'inin mobil cihazların çocuklarına etkileri konusunda bir doktor tarafından bilgilendirilmediği görüldü. Çocukların yaşları arttıkça mobil cihaz kullanırken yardım alma sıklığı azalmaktaydı ($p<0,01$). Mobil cihaz kullanımı ile gelir seviyesi arasında anlamlı farklılık saptanmadı ($p>0,05$). Bir ay yirmi dört ayarasındaki çocukların %41,3'ü mobil cihazları kullanırken ya hiç yardım almıyordu ya da çok nadiren yardım alıyordu. Ebeveynlerin %30'u cep telefonu veya tabletlerine çocukları için eğitici uygulama indirmişti. Ebeveynlerin %91,5'inin mobil cihazlar konusunda bir doktor tarafından bilgilendirilmediği görüldü

Sonuç

Yirmi dört aydan küçük çocukların mobil cihazları kullanmaması ve 24 aydan sonra da kısıtlı ve denetimli kullanması önerilirken çalışmamızda mobil media cihazlarının bağımsız-kontrolsüz kullanımının 24 aydan küçüklerde bile gelir düzeyinden bağımsız olarak dikkat çekici boyutta olduğu saptanmıştır. Çocukların mobil media

cihazları ile bilinçli ve faydalı etkileşimleri için sağlık sunucuları tarafından ebeveynlere eğitim verilmelidir. Uygulama geliştiricilere, yaş gruplarına özel tasarlanmış eğitici uygulama ve videoların üretilmesi için destek ve katkıda bulunulmalıdır.

Anahtar Kelimeler: mobil medya cihazı, tablet, akıllı telefon, uygulama, çocuk,



ABSTRACT

The Use of mobile media devices in children between 1-60 months

Aim

The use of mobile media devices has become very common in childhood. Although studies have been made on the use of mobile devices in childhood; studies in infancy and pre-school period about this issue are very limited. In our study, we investigated the frequency of mobile media device use, causes of use, type of mobile media device and the relation between socioeconomic and educational levels of parents in children with 1-60 months.

Materials and Methods

Our study was conducted at outpatient clinics of Ankara Dr. Sami Ulus Maternity, Children Health and Diseases Training and Research Hospital between 01.06.2016 - 01.08.2016. Volunteered Parents of 422 children accompanied by mother and/or father between the age of 1-60 months were enrolled the study. Children with neuromotor developmental retardation were not included in the study. The questionnaire consisting of 21 multiple-choice and filling questions was applied to parents with face-to-face interview technique.

Results

The mean age of children in study was 27.6 months \pm 0.86 months. The median age of using mobile media for the first time was 12 months. 39.8% of the mothers and 33.4% of the fathers were primary school graduates. 50.5% of the parents had monthly income below 2000 TL. Of the parents; 90% were using smartphones and 10% were using

old-phones. Of the children, 15.8% had tablets. Of the mobile devices tablet ownership was 83,7%. 25.7% of children using mobile devices were using more than one device at the same time. The frequency of tablet ownership was increased statistically from 25 months ($p < 0.01$). Of the parents; 74.4% gave permission to their children to use mobile media device while doing daily work and housework. As the level of parental education increased, the frequency of having tablets decreased significantly ($p < 0.05$). It was observed that this significant decrease was more related to mother's education level ($p < 0,01$). 41.3% of children between one month and twenty-four months were receiving or rarely receiving help when using mobile devices. 30% of participants had downloaded educational applications for their children on their mobile phones or tablets. It was found that as the educational level of parents increased, the number of educational applications decreased ($p < 0.01$). The most common activity that has been done by children on mobile devices was watching videos. 91.5% of the participants were not informed by a doctor about mobile devices.

Conclusion

Although it is recommended not to use mobile devices in children under twenty-four months and limited and controlled use in children older than twenty four months, uncontrolled and independent mobile device use regardless of income level was detected in our study even in children less than twenty- four months. Parents should be trained by health care providers to make children have conscious and beneficial interactions with mobile media devices. Application developers should be supported for the production of educational applications and videos according to age groups

Keywords: mobile media device, tablet, smartphone, application, child

1. GİRİŞ VE AMAÇ

Mobil medya cihazlarının üretilmelerinden kısa bir süre sonra, önce üretildikleri gelişmiş ülkelerde hemen akabinde gelişmekte olan ülkelerde kullanıma sunulmuştur. Bilişim teknolojilerinin hızla geliştiği ve değiştiği bu çağda, bu yeni, taşınabilir ve kolay erişilebilir aygıtlar hayatımızda her geçen gün daha fazla yer almaktadır (1). Mobil cihazların kendi içindeki çeşitliliğinin artması farklı sosyoekonomik gruptaki insanların bu cihazlara daha kolay erişimini beraberinde getirmiştir. Toplumun her katmanında artan mobil medya cihazı kullanımı çocukları da etkilemiştir. Büyük çocukların kendisinin, daha küçük yaşta çocuk ve infantların ailelerinin kullandığı mobil medya cihazları çeşitli amaçlara hizmet edip çeşitli ihtiyaçları gidermektedir. Küçük çocuklar ve infantların mobil medya cihazlarına maruziyeti büyük çocuklara kıyasla daha fazla etki bırakmaktadır. “Pediatrik rehberlerde bu konuyla ilgili spesifik yönergeler mevcut değildir, ancak 24 aydan önce bu cihazların kullanımı önerilmemektedir. Bu yaşta büyüklerde ise potansiyel etkiler açısından uyarılar ve önlemlere ihtiyaç vardır (2).

Mobil aygıtlar, ekran boyutları, mobiliteleri, akış içerikleri, interaktif kapasiteleri nedeniyle çocuklar tarafından gittikçe daha fazla kullanılmaktadır (1). Çocuklar mobil medya cihazlarını oyun oynamak, video izlemek, resim çekmek, uygulamalara erişme gibi amaçlarla kullanmaktadır (1). Yaş grubu farklılıkları çocukların mobil medya cihazlarını kullanma zamanları ve amaçlarını belirleyen en önemli faktörlerden biridir (1). Psikolojik ve sosyal iyilik hali, çocukların hayat tarzlarının, davranış biçimlerinin potansiyel bir çıktısı olarak karşımıza çıkmaktadır. Elektronik ve mobil medyanın kullanımı bu davranış biçimlerini şekillendiren güncel unsurlardan biridir (3). Dünya Sağlık Örgütü’ne göre sağlıklı olmak; psikolojik,

bedensel ve sosyal iyilik halinin birarada bulunmasıyla mümkündür. Çocukluk çağında ve özellikle de erken çocukluk çağında sağlıklı olmaya ve olmamaya etki edebilecek unsurlardan biri olan ve bir davranış biçimi olarak karşımıza çıkan mobil medya kullanımının nedenleri, bu cihazların kullanımının sağlığa etkileri ile ilgili veriler kısıtlıdır.

Çalışmamızda mobil medya kullanımı sıklığı, hangi aygıtların daha çok ve hangi amaçla kullanıldığı, mobil cihazlara ulaşım sıklığının sosyoekonomik düzeyle ilişkisinin araştırılması planlanmıştır. Hedefimiz bu konuda güvenilir verilerle çocukların hayatında önemli rol oynayan medya kullanımını tanımlamak ve medya kullanımı ile ilgili ailelere, sağlık hizmeti sunucularına ve tüm topluma etkili önerilerde bulunabilmektir. Okul öncesi çocuklarda mobil medya kullanımı ile ilgili ülkemizde yapılan ilk çalışma olması nedeniyle literatüre önemli katkıda bulunacağımızı düşünüyoruz.

2. GENEL BİLGİLER

2.1. Tarihçe ve gelişim

Dünya ilk akıllı mobil cihazla 1993 yılında tanışmıştır. 20. Yüzyılın sonuna kadar bu teknoloji giderek gelişmiş ve değişmiştir. İlk akıllı telefon terimi 1997 yılında kullanılmakla birlikte bugünkü anlamıyla dokunmatik, internet bağlantılı, akıllı ve mobil telefon 2007 yılında kullanıma sunulmuştur. Yine ilk “tablet” 2005 yılında karşımıza çıkmış, ancak 2010 yılından itibaren tabletler bilgisayarlarla yarışır hale gelmiştir.

Mobil medya uygulama marketlerinde (Apple Store® ve Google Play Store®) Temmuz 2016 tarihi itibarıyla dört milyondan daha fazla uygulama satışı vardır. 2015 yılında sadece Apple Store®’da 38 milyar dolardan daha fazla para harcandığı tahmin edilmektedir (4). Bu denli büyük bir pazarın tüm dünyayı ve hatta neredeyse tüm aileleri etkilemesi, değiştirmesi ve dönüştürmesi kaçınılmazdır.

Digital 2016’nın raporuna göre Türkiye’de bütün nüfusun %58’i aktif internet kullanıcısı, % 53 ‘ü aktif sosyal medya kullanıcısı, %90 ‘ını mobil bağlantıya sahip ve %45’i aktif mobil sosyal medya kullanıcısıdır (5). Yine tüm nüfusun %86’sının cep telefonu , %56’sının akıllı telefonu, %48’inin masaüstü ya da dizüstü bilgisayarı, %11’ nin tableti vardır. Türkiye’de tablet ya da bilgisayar üzerinden internet kullanımı ortalama günlük 4 saat 14 dakika, herhangi bir cihazdan sosyal medya kullanımı ise günlük 2 saat 32 dakikadır (5).

Gündelik hayatta bu kadar yer tutan bir olguyla ilgili olarak aileler çocuklarını bu cihazları kullanırken ne gibi kurallara tabi tutacaklarını bilmemektedirler (6). Ailelerin mobil medya cihazlarının çocuklar tarafından nasıl kullanılacağına dair

bilgiler içeren rehberlere ihtiyacı bugün dünden daha fazladır. Yarın da bugünden daha fazla olacaktır.

2.2. Neden mobil cihazlar çocuk sağlığı açısından önemlidir?

Gelişmekte olan teknolojiler günlük hayatımızda daha fazla yer tutmaktadır. Televizyonun hayatımıza girişinden beri on yıllar geçse de, televizyonun çocuk sağlığına etkileri araştırılsa da yeni medya cihazlarının bilhassa mobil medya cihazlarının çocuk sağlığına etkisi açısından araştırmalar yetersizdir (7). Ülkemizdeki insanların hemen hemen yarısının yaşam alanlarında mobil cihazları kullandığı düşünüldüğünde bu durumun her yıl yaşanan influenza salgınlarına, çeşitli meslek hastalıklarına ve belki sigara kullanımına göre daha fazla insanı etkilediği anlaşılabilecektir. Toplumda bu kadar sık kullanılan, herbirimizin hayatına bu kadar giren mobil medya kullanımının temelde halk sağlığını ilgilendiren bir olgu olduğu da düşünülebilir. Tüm toplumun etkilenmesine bağlı olarak çocukların da bu olgudan etkilenmesi kaçınılmazdır. Çocukların etkilenmesi denilince sadece olumsuz etkilenme anlaşılmalıdır. Çünkü bu bakış açısı bu konuya önyargıyla yaklaşmaya, gerçekleri anlamamanın zorlaşmasına ve mobil medya kullanımının çocuklara muhtemel faydalarının gözden kaçırılmasına neden olabilecektir. Çocukları etkileyen her sağlık durumunda olduğu gibi bu olguda da en önemli belirleyici etmen yaştır (7). Çocukların yaş gruplarına göre bedensel, zihinsel, ruhsal değişimleri mobil medya kullanımında da yaşa göre farklı etkiler gösterecektir. Özellikle okul öncesi çocukların beyin plastisitesinin muazzam olması ve bu dönemde kazanılan deneyimlerin sosyal, bilişsel, duygusal gelişime çok önemli katkılarının olması ayrıca yeme içme, fiziksel aktivite, uyku gibi sağlıkla ilişkili davranışların şekillenmesi nedeniyle hayatları boyunca etkisi altında olacakları medya kullanımı alışkanlıklarının doğru istikamette oluşması

önemlidir (7).

Mobil medya cihazlarının kullanım sıklığının artışından hem teknolojinin gelişmesi hem de buna bağlı olarak artan çeşitlilik ve sonucunda ortaya çıkan geniş pazar payı sorumlu tutulabilir (7). Gerçekten mobil cihazların diğer mobil cihazlarla ve tüm internetle bağlantı kurabiliyor olması medya kullanım kombinasyonlarını hayli artırmıştır. Aynı uygulamanın hem tablette hem cep telefonunda hem bilgisayarda kullanılabilir olması, birinde yapılan işlemin diğerlerine aynı anda aktarılabilir olması bilgi ve çıktılarının paylaşılmasını çok kolaylaştırmıştır. Mobil medya iş dünyasından sanata, tıbbi verilerin işlenmesinden çocukların oyunlarına kadar geniş bir yelpazede hayat alanı bulmakta ve her geçen gün bu alanları daha fazla işgal etmektedir.

Mobil medya cihazları ve dijital medya çocuklarca beyin gelişiminin başladığı erken yaşlardan itibaren kullanılmaktadır (7). Erken başlayan kullanımın, çocukların zihinlerinde mobil cihazsız bir dünya olmadığı düşüncesini geliştireceği öngörülebilir. Bu düşünce biçimi çocuklarda mobil cihazlara bağlanmayı kolaylaştırıp bu cihazların olası olumlu ya da olumsuz bütün etkilerine onları açık hale getirecektir. Olumlu da olsa denetimsiz biçimde mobil medyaya maruziyet çocukların hayatlarının ileriki dönemlerinde olumsuzluğa yol açabilecektir. Olumlu etkilerin görülebilmesi sadece medyanın içeriğinin iyi düzenlenmesi ile ilgili değildir. Uygun zaman, uygun kullanım müddeti, uygun içerik, uygun mekân ve uygun kişilerle kullanım olumlu etkilerin görülebilmesi için vazgeçilemez bileşenlerdir.

Bütün bu verilerin, değerlendirmelerin ve öngörülerin ışığında mobil medya cihazlarının çocukların hayatında özellikle okul öncesi çocuklarda neden, ne zaman, ne kadar yer ettiğini araştırmak gerekliliği doğmuştur.

2.3. Mobil cihazları kimler kullanıyor?

Hem yüksek hem düşük gelir gruplarında mobil medya cihazları sıklıkla kullanılmaktadır. Mobil cihazların kalitelerine göre çeşitliliğinin artması, internete ulaşımın kolaylaşması toplumda yaygın kullanımının önünü açmıştır. Erişkinlerin kullanımındaki artış doğrudan çocukların kullanımını da artırmaktadır. Çocukların mobil medya cihazlarını kullanma oranlarını hem yakınındaki erişkinlerin, hem de akranlarının kullanması geometrik olarak artırmıştır. Wartella ve arkadaşlarının araştırmasına göre düşük gelir grubundaki aileler daha çok medya merkezli aileler olarak göze çarpmaktadır (8). Wartella ve arkadaşlarına göre medya merkezli aile; ebeveynin günün hemen hemen yarısını ekran başında geçirdiği, hemen yarısının çocuklarının odasında televizyon bulunan, çocuğun aktif ve uyanık olduğu zamanlarda televizyon açan, aile etkinlikleri ve beraber vakit geçirme oranlarının düşük olduğu ailelerdir (8). Bu da ebeveyn ve çocuk arasındaki oyun ve benzeri etkileşim faaliyetlerini kısıtlamaktadır. Ebeveyn ve çocukların etkileşiminde beraber vakit geçirmenin önemi çok büyüktür. Ebeveyn ve çocuğun geçirdiği zamanların kalitesi çocukta oluşacak çıktıları doğrudan etkilemektedir. Geçirilen zamanın kalitesi, o zaman içinde yapılan faaliyetlere göre değişmektedir. Ebeveyn ve çocuğun beraber televizyon izlemesi, beraber mobil medya cihazında vakit geçirmesi ile ebeveyn ve çocuğun direkt iletişime geçtiği, oyun oynamak, sohbet etmek yahut indirekt olarak etkileştiği ebeveynin çocuğuna örnek olacak davranışları sergilemesi arasında kaliteli zaman geçirme ve çocukta muhtemel çıktıları arasında farklılık olup olmadığı kontrollü çalışmalarla araştırılmalıdır.

Küçük çocukların görsel medyadan bir şeyler öğrenebilmesi geniş ölçüde yaş bağımlıdır. Çocukların iki yaşın altında iki boyutlu ekrandan gördüğü içeriği anlama

olasılığı zayıftır. Belki gördüğü kişi ya da nesnelere veya hareketleri benzetim yoluyla anlayabilir ama yeni bilgilere bu yolla ulaşamaz. 30 aydan önce gerçek hayatta bir erişkinden yardım almadan bu yolla yeni bir beceri kazanması oldukça zordur. Bütün bu olumsuz ihtimallere rağmen iyi tasarlanmış programlar vasıtasıyla 24 aydan küçük çocuklara mobil medya aracılığıyla yeni bilgi ve becerilerin kazandırılabilmesi iddia edilmektedir (9,10).

2.4 Mobil cihazlar nasıl etkiliyor? Olumlu mu, olumsuz mu?

Medyanın çocukların gelişimine, saldırgan davranışlar, obezite, uyku bozuklukları gibi olumsuz etkileri bugüne kadar hep söylenegelmiştir (3). Okul öncesi ve okul çocuklarının sıklıkla oynadıkları medya oyunlarının önemli bir kısmı şiddet içeriklidir. Hırsızlık, cinayet, gasp, savaş temalı oyunların çocukların zihinsel gelişimlerinde olumsuz rol oynadığı ile ilgili raporlar mevcuttur (11,12,13). 2000 yılında kendini “pokemon” karakteri ile özdeşleştirerek yüksekten atlayan ve hayata zor tutunan çocuğu hatırladığımızda karşımızdaki tehdit daha iyi anlaşılabilir. Yine çocuklara hitaben hazırlanan süper kahraman karakterli oyunlar da benzer bir tehlikeyi beraberinde getirmektedir. Özellikle okul öncesi çocuklarda yetersiz olan soyut düşünme yeteneğine bağlı olarak izlenen görüntülerin ve içeriklerin doğru algılanamaması fiziksel ve ruhsal zararlara yol açabilir (7).

Akıllı mobil cihazlar çocukları susturmak, oyalamak için kullanılan susturucu oyuncaklar olarak kullanıldığında olumsuz etkilerle karşılaşmak muhtemel olacaktır (2). Çocuğun mobil cihazla vakit geçirmesi sırasında sessiz, suskun ve hareketsiz kalması ebeveyne çocukla geçireceği zaman yerine başka işlerini yapma fırsatı verebilmektedir. Ancak bu durum çocuğun mobil cihazı kontrolsüz kullanımına ve mobil cihazların zararlı etkilerine açık kalmasına zemin hazırlayabilir.

Geleneksel medyanın aksine yeni gelişen medya cihazlarıyla alakalı olarak düzgün ve planlı kullanımla olumlu etkiler de görülebilir. Yönetimsel fonksiyonlar dört yaş civarında kazanılan erken çocukluk çağındaki deneyimlerden köken alan okul başarısını belirleyen ve zekâyla bağlantılı fonksiyonlardır (7). Bu fonksiyonlar dürtü kontrolü, duygu düzenlenmesi, yaratıcı ve esnek düşünebilme olarak sıralanabilir. Bu fonksiyonların zaman içerisinde kazanılmasıyla somut düşünceden soyut düşünceye geçiş gerçekleşmektedir (7). Bu fonksiyonlar uygun ebeveyn davranışları ile geliştirilebilir. Bu ebeveyn davranışlarını geliştirmek için mobil medya cihazlarından ve uygulamalarından faydalanılabilir. Örneğin doğayı ve çevreyi tanıtan uygulamalarla hem görsel hem işitsel olarak bitkiler, hayvanlar, doğa olayları çocuğa öğretilir. Gerçek hayatta bunlarla karşılaşıldığında çocuğun öğrendiği bilgiler pekiştirilebilir. Yine; hafıza kartları medya üzerinden kullanılarak çocuğun hafızası geliştirilebilir. Hikâye kitapları hareketli görsellerle zenginleştirilerek çocuğa hem okunup hem gösterilebilir. Yine zihin geliştirici programlar mental kapasiteyi artırabilir (7). Dikkat eksikliği hiperaktivite bozukluğu olan hastalarda bilgisayarlı hafıza testleri efektif olarak kullanılabilir. Ancak uygunsuz kullanımın dikkat eksikliği hiperaktivite bozukluğunu olumsuz yönde etkilediği akıldan çıkarılmamalıdır (7).

Mobil ya da mobil olmayan medyanın çocukların hayatında olumsuzluklara yol açmasının yollarından bir tanesi çocuğun ailesiyle beraber geçirmesi gereken zamanı medya ile oyalanarak başka bir mecrada geçirmesidir. Bunun zararları iki yolla oluşmaktadır ve yer değiştirme teorisi ile açıklanabilir (14,15)

1.Yapmak gerekenleri yapmamak: Uygunsuz zamanda, uygunsuz yerde mobil medya cihazlarını kullanmaktan kaynaklanmaktadır. Akranlarıyla oynaması, aile bireyleri ile beraber olması, uyuması, ders çalışması gereken zamanda çocukların mobil

cihazlara mesai harcaması buna örnek olarak gösterilebilir. Bunun mobil cihazla vakit geçirip kaybettiği zamanın yanısıra ilerleyen yıllarda yapması gerekenleri erteleme gibi kötü alışkanlıklar kazanmasına yol açacağı tahmin edilebilir. Bu senaryonun mobil cihazla bağlantılanmış ve mobil cihaza bağımlılaşmış nesiller yetişmesine neden olacağı tahmin edilebilir.

Çocukların mobil medya cihazlarıyla ilgilenirken hareketsiz kalmaları obezite ve onun yol açtığı sorunları da beraberinde getirmektedir. Özellikle uygunsuz kullanımda, uzun süreler hareketsiz kalmanın obezite riskini artırdığı bildirilmiştir (16). Yapılan bir araştırmada haftada bir saat daha fazla medyayla zaman geçirmenin vücut kitle endeksini artırdığı gösterilmiştir (17).

Falbe ve arkadaşlarına göre ekran başında geçirilen fazla her bir saat düşük kaliteli besleyicilerin alınması, fast food ve tatlandırılmış gıda alımını artırmaktadır. Buna mukabil sebze ve meyve tüketimini azaltmaktadır (18). Bu veriye ekran başında geçirildiği için hareketten mahrum saatleri de ekleyince obezitenin ve beraberinde getireceği sorunların karşımıza çıkması şaşırtıcı olmayacaktır.

Hareketsiz olmak sadece obeziteye değil aynı zamanda postür bozuklukları, gözde kırma kusurlarına yatkınlık, edinilmesi gereken hareket kabiliyetlerinin gecikmesi sorunlarına da yol açmaktadır (19).

Ailenin çocuğu takip etmek adına yaptığı baskılar neticesinde çocuğun her geçen gün ailesinin takibinden uzakta mobil cihazı kullanması da ihtimaller arasındadır. Bu durumda ailenin denetiminden uzak yerlerde, ailenin çocuğu göremeyeceği farklı mekânlarda çocuğun mobil cihazla vakit geçireceği, aileden uzakta ya da ailenin erişemeyeceği yerde olmak suretiyle farklı dış tehditlere maruz kalabileceği de iddia edilebilir. Bunun ilk basamağı çocuğun bağımsız olarak kendi başına kendi odasında

mobil cihazla vakit geçirmesidir.

2.Yapmamak gerekenleri yapmak: Çocukların mobil cihaz kullanımında bir kısıtlamayla karşılaşmamasına bağlı olarak zararlı etkilere maruz kalmasıyla ortaya çıkan durumlardır. Bu başlık uygunsuz içerikle daha çok ilişkilendirilebilir. Mobil cihazlar vasıtasıyla şiddet içerikli oyunlar veya görsellerden etkilenip bunun gerçek hayata yansıtılması, yabancı şahıslarla medya üzerinden bağlantı kurmak, daha büyük çocuklar için uygunsuz cinsel içerikli unsurlara, uyuşturucu kullanımına maruziyet bunlar arasında gösterilebilir. Şiddet içerikli medya unsurlarına maruziyet saldırgan davranışlar şeklinde belirti verebilir (20). Christakis ve arkadaşları okul öncesi çocuklarda şiddet içerikli unsurlar yerine profesyonel olarak hazırlanmış eğitici programların izlenilmesiyle, izlenme sürelerinde değişiklik olmadan davranışlarda belirgin iyilik saptamışlardır (20). Burada değinilmesi gereken bir başka husus da çocukların mobil cihazlar üzerine gerek oyun oynarken gerek video/televizyon izlerken, gerek resim yaparken tam kontrol sağlıyor olmalarıdır (2). Cihazın çocuğun verdiği komutlara anında yanıt verebiliyor olması, çocukta istediği şeyin anında ve eksiksiz olarak yerine geleceği gibi yanlış bir algıya sebebiyet vermektedir. Bu durum gerçek hayata yansıdığı anda kendisinden büyüklerle veya akranlarıyla kurduğu ilişkilerde çocuğu başarısızlığa sürükleyebilir. Bu durumun önlenememesi halinde kümülatif olarak artan sosyal başarısızlık okul öncesinde dikkat eksikliği hiperaktivite bozukluğuna, adölesan ve erken erişkinlik döneminde anti sosyal kişilik bozukluğundan, anksiyete bozukluklarına kadar çok geniş olumsuz sonuçları karşımıza çıkarma potansiyeline sahiptir. Uygunsuz kullanım dikkat eksikliği gibi rahatsızlıklara yol açabilmektedir (14). Mevcut çalışmalar ayrıca erken yaşta başlayan mobil medya cihazı kullanımının kötü yönetsel fonksiyonları beraberinde getirdiğini göstermektedir (7). Özellikle küçük yaşlarda başlangıç ilerleyen yıllarda kümülatif etkileri beraberinde

getirmektedir.

Medya cihazlarını yoğun kullanan çocukların uyku bozukluklarını daha çok yaşadıklarını görülmektedir. Özellikle gece yarısından sonra kullanım olması durumunda ekranlar yüzünden endojen melatonin salgılanımının baskılandığı gösterilmiştir (21).

Brockmann ve arkadaşlarının çalışmasına göre çocukların odasında televizyon bulunması uyku bozuklukları, gece terörü, uyku kalitesinin bozulmasına sebebiyet vermektedir (22). Ancak mobil medya cihazlarının çocukların odasında durmasıyla uyku bozuklukları arasında ilişki gösterilmiş değildir. Ancak mobil medya cihazlarının çocuklar tarafından odalarında tek başlarına bağımsız biçimde kullanılması yukarıda değinilen “uygun mekân” şartını ihlal edeceğinden, uzun süreli kullanım durumunda uyku bozukluklarına da yol açacağı düşünülebilir.

Hinkley ve arkadaşlarının çalışmasına göre erken çocukluk döneminde günlük iki saatten daha fazla elektronik medya kullanımı davranış sorunları, dil sorunları ve sosyal sorunlara neden olmaktadır (3).

Mobil medya cihazlarının bilgiye ulaşmada sağladığı kolaylıklar elbette inkar edilemez ancak çocukların kendini kontrol etme, empati kurma, sosyal becerileri artırma, sorun çözme yeteneğini geliştirme, doğayı ve çevreye keşfetme isteği, yaşlılar ve büyüklerle ilişkilerin nasıl kurulacağını öğrenme, yeni oyunlar üretip yeni kurallar koyma becerisini artırmadığı da göz önünde bulundurulmalıdır (23). Burada tartışılması gereken bir diğer husus akıllı cihazlarla çocuklar arasındaki etkileşimin nasıl gerçekleştiği olmalıdır. Önceden de değinildiği üzere mobil akıllı medya cihazları çocukların komutlarını hemen, aksatmadan hayata geçirmektedir. Esasen çocuğun mobil cihazla kurduğu ilişkiyi tek yönlü olarak nitelemek daha doğru olacaktır. Bu

durumun bazı istisnaları olsa da çocuk medya cihazına komut verirken karşısına çıkan “böyle mi demek istediniz”, “bir başka seçeneği denemek ister misiniz” gibi sorularla karşılaştığında çift taraflı etkilenme gerçekleşse de çoğu zaman tek yönlü ilişki devam etmektedir. Hâlbuki insanlarla kurulan ilişkilerinde bu tek yönlü etkilenimden söz etmek mümkün değildir.

Mobil medya cihazları hayatın her alanında kullanım alanı bulmaktadır. Her geçen gün etkinliği ve yaygınlığı artan bu cihazların tıbbi amaçlı kullanımları da kayda değerdir. Akıllı telefonlar ve tabletlerdeki uygulamalar çocuklara anestezi indüksiyonu verilmeden önce premedikasyon olarak bile kullanılmaktadır (24).

2.5. Kontrol, monitörizasyon, önlem

Ailelerin çocuklarıyla geçirdiği zamanın kalitesi ne kadar önemliyse çocukların mobil medya cihazlarında geçirdiği zamanın kalitesi de o kadar önemlidir. Bu zamanın kalitesini belirleyen en önemli unsurlardan biri de medyanın kalitesi ve içeriğidir. Aileler tarafından medya kullanımının içeriğinin kontrol edilmesi önemlidir. Ama çoğu aile çocukları medya cihazlarını kullanırken özellikle de mobil medya cihazlarını kullanırken içerik kontrolünü sağlamanın daha zor olduğunu belirtmektedir. Mobil medya cihazlarının mekân bağımsız olarak kullanılması ve indirilen içeriklerin takibinin görece zorluğu bütün kontrol mekanizmalarında yetersizlik meydana getirmektedir (7). Bazı ailelerin bu hususta yetersiz kalması “tavşan kaç tazı tut” deyiimiyle özdeşleşmektedir. Aileler takip etmekte zorlandıkça ve bu durum çocuklarca anlaşıldıkça tabiri caizle çocuklar daha çok kaçmakta aileler daha çok tutamamaktadır. Çocuğun yaşının ilerlemesiyle de takip zorlaşmaktadır. Özellikle erken çocukluk çağında mobil cihazlara maruziyet azaltılamasa da takip mekanizmalarını sağlam temeller üzerine oturtmak çocukları olumsuz etkilerden daha uzak tutacaktır. Mobil

medya cihazlarının olası zararları daha çok göz önündedir. Fakat bu oranda geniş kullanım alanı bulabilen çağımızın bu altın keşfi çocukların faydasına da kullanılabilir. Bunu temin etmek için ayrıntılandırılmış algoritmalara, uygun planlara ve bunları destekleyecek mobil uygulamalara ihtiyaç vardır.

İki yaşın altındaki çocukların interaktif medya aracılığı ile bir şeyler öğrenebilmesi, ebeveynin çocuğa medya kullanımı esnasında eşlik etmesi, içerikle ilgili çocuğu doğru şekilde bilgilendirmesiyle mümkün olabilir (7). İnfant ve okul öncesi çocuklarda mobil medya cihazları ve mobil medya içerikleri ebeveynin rehberliğinde kullanıldığında ve yukarıda bahsedilen uygun müddet, uygun zaman, uygun mekân kurallarına uyulduğunda olumlu anlamda ve çocukların gelişimine katkı sağlayacak biçimde kullanılabilir. Daha büyük çocuklar için de aynı kurallar çerçevesine bağlı kalınarak uygunsuz medya kullanımı engellenebilir veya anlamlı derecede azaltılabilir.

Okul öncesi çocuklarda iyi tasarlanmış uygulamalar eğitici olabilir. Fakat mevcut uygulamalarda bu tasarımın olduğunu söylemek pek mümkün değildir. Çocukların kullanacakları uygulamaların çocuklara göre tasarlanmış olması oldukça önemlidir. Nasıl ki oyuncak endüstrisinde oyuncakların yapıldıkları maddelerden boyutlarına, hangi yaş grubuna nasıl hitap edeceğine dair standartlar mevcutsa benzer prosedürler mobil uygulamalara da getirilmelidir. Standardize edilmiş uygulamalar vasıtasıyla mobil medya cihazları çocukların bilgi birikimlerine, davranışlarına olumlu katkılar sağlayabilir. Bu konunun her aşamasında kontrol elzendir. Kontrolsüz uygulama üretimi, piyasaya bu ürünlerin sürülmesi, yine bu ürünlerin çocukların erişimine açık hale getirilmesi çocuklar için risk taşımaktadır.

Nihayetinde çocukların medya cihazlarını kullanma alışkanlıklarını şekillendiren en temel faktör içinde bulunduğu ailenin medya cihazlarıyla olan

ilişkisidir (7). Çocuklar özellikle de erken yaşlarda rol model olarak aldıkları anne ve babanın davranışlarının birebir taklit etmeye meyillidir. Bu durum erken çocukluk çağında mobil medya cihazlarına maruziyete dikkat etmek adına önem taşımaktadır. Aile çocuk ilişkileri ve etkileşimleri erken çocukluk çağında ne kadar sağlıklı olursa çocuklar hayatlarının ilerleyen dönemlerinde o kadar sağlıklı olacaktır. Ailenin çocukla etkileşeceği zamanları medya cihazlarıyla geçirmesi hem çocuğa olumsuz örnek olmaya hem de çocuğun potansiyel sosyal kapasitesini azaltmaya sebep olacaktır (7).

Amerikan Pediatri Akademisi (AAP) internet bağlantılı elektronik cihazların çocukların odasında bulunmamasını ve çocukların ne tür medya içerikleriyle zaman geçirdiklerinin takip ve kontrol edilmesini önermektedir (25).

Aileler çocuklarının mobil medya cihazlarını kullanırken hangi sitelere girdiklerini, hangi uygulamaları indirdiklerini takip etmelidir. Bunun için çeşitli metodlar hali hazırda kullanılmaktadır. Uygulamaları beraber indirmek, arama geçmişini takip etmek, mobil cihazları beraber kullanmak bunlar arasında sayılabilir (6). Bütün bunlardan uygun olanı ailenin çocuğun karakterine göre mekanizmalar geliştirip mobil cihazların kullanımını takip etmesidir. Her önerinin her çocuğa uygulanamayacağı, bu hususta başarılı olmanın çeşitli değişkenlere bağlı olduğu unutulmamalıdır. Çocuklarla ilgili her önlemden olduğu gibi bu önlemden de baskıcı olmayan bilakis teşvik edici olan yollar kullanılmalıdır. Mobil cihazlar davranışlara karşılık ödül ya da ceza olarak kullanılmamalıdır (1).

Gentile ve arkadaşları çocukların medya kullanımının aile tarafından denetimi ve düzenlenmesiyle çocukların fiziksel, sosyal ve akademik sahalarda olumsuz etkilenmelerinin önüne geçilebileceğini bildirmiştir (14). Mühim olan korunma yollarını doğru biçimde belirleyip doğru biçimde uygulamaktır.

Aileler, çocukları özellikle eğitici olduğu düşünölen uygulamalarla meşgul olduğunda çocukların mobil cihazların zararlı etkilerinden korunduğunu düşünmektedir (2). Ancak eğitici olan uygulamaların kullanımı sırasında bile çocukların dikkatinin başka program ve içeriklerine kayması çok olasıdır.

Çocukların hayatında mobil medya cihazlarının ne kadar yer tuttuğı ebeveynlerinin bu cihazları hayatlarında ne kadar tuttıkları ile doğrudan bağlantılıdır. Ev içinde anne babanın mobil cihazlarla geçirdiğı vakit çocuk veya çocuklarla geçirmesi gereken vaktin yerini almaya başladıkça çocukların anne babayı örnekleyerek mobil medya cihazlarına bağlanmalarının yolunu açacaktır. Zaten oldukça cazip olan mobil medya kullanımı çocuklar için anne babayla geçirilecek zamanın alternatifi olacaktır. Bu durumun aile içi iletişimi bozmak yoluyla da çocuklara zararlı olacağı muhakkaktır.

Çocukları mobil medya cihazlarının olumsuz etkilerinden korumanın yolları:

- 1- Zamanı kontrol etmek
- 2- Mekânı kontrol etmek
- 3- İçeriğı kontrol etmek
- 4- Bütün bunların hepsini çocukla beraber yapmak

Olarak sıralanabilir. Kontrol etme vazifesi evde ebeveyne şayet çocuk okula gidiyorsa okulda çocuğun öğretmenine düşmektedir.

Çocuk hekimlerinin ailelere bu konuda yol gösterici olması gerekmektedir. İçerik ve zaman kısıtlaması kadar mekân kısıtlaması da gündeme getirilmeli, medya cihazlarıyla geçirilen zamanın çocuklar için eğitici olmasına ayrıca önem gösterilmelidir (7). Çocuk hekimleri ve aile hekimleri bu konuda gerekirse hizmet içi

eğitime tabi tutulmalı, mobil medyanın etkileri hakkında bilgilendirilmeli, oluşturulacak yönergelerin ailelere anlatımı konusunda teşvik edilmelidir.

Artık bir halk sağlığı sorunu haline gelmiş olan mobil ve interaktif medya ve cihazlarının kullanımı konusunda devlet, gerek bu cihazlara çocukların erişiminin denetlenmesi, gerek uygunsuz içeriklerin çocuklardan uzak tutulması, gerek mevcut teknolojinin çocuklara faydalı şekilde kullanılabilmesi için sosyal devlet olmanın gereği olarak her türlü tedbiri almak durumundadır.



3. MATERYAL VE METOD

3.1 Çalışma grubu

Çalışmamıza, Ankara Dr. Sami Ulus Kadın Doğum, Çocuk Sağlığı ve Hastalıkları Eğitim ve Araştırma Hastanesi Genel Pediatri Polikliniklerine 01.06.16-01.08.16 tarihleri arasında başvuran 1-60 ay arası, anne ve/veya babası refakatinde gelen çocukların çalışmaya katılmaya gönüllü 422 ebeveyni dahil edildi. Nöromotor gelişme geriliği olan çocuklar çalışmaya dahil edilmedi.

3.2 Yapılan anket

Ebeveynlere 21 sorudan oluşan çoktan seçmeli ve boşluk doldurmalı anket uygulandı (Tablo:1). Anketin oluşturulmasında daha önce yapılmış benzer çalışmalardan faydalanıldı(1,26). Hazırlanan anket Dr.A.O.K tarafından ebeveynlere yüzyüze görüşme tekniği ile uygulandı. Anket formunda çocukların yaşı ve cinsiyeti, anne ve babanın eğitim düzeyi, aylık gelir düzeyleri, mobil medya cihazlarına (cep telefonu, tablet, bilgisayar) sahip olup olmadıkları, çocukların mobil cihazlarda hangi aktiviteleri yaptıkları, ailelerin çocuklara mobil cihazları kullanmalarına hangi sebeplerle izin verdikleri soruldu. Ayrıca çocukların aynı anda birden fazla mobil cihaz kullanıp kullanmadıkları, mobil medya cihazlarının kullanmanın ailece beraber vakit geçirmeye etkileri, çocuğun odasında medya cihazı bulunup bulunmadığı, ailelerin mobil medya cihazlarına hangi tür uygulamaları indirdikleri, çocukların ilk defa kaç yaşında mobil medya cihazı kullandıkları, çocukların mobil medya cihazlarını kullanırken yardım alıp almadıkları, bu konuda bir doktor tarafından bilgilendirilip bilgilendirilmedikleri soruldu. Ebeveynlere anket sorularını cevaplandırırken yardım ya da müdahalede bulunulmadı. Çocukların medyaya erişimlerini belirlemek için medya aygıtları üç tipe ayrılarak yaya eriştiği ve çocukların bunların hangisine sahip

olduğu soruldu. (TV, mobil cihazlar, bilgisayar) Mobil cihazlar kendi içinde 2'ye ayrıldı. (Cep telefonu, tablet)

Çocukların cihazları ilk kullanım yaşı ve cihazlarda ne tip aktivitelerde buldukları soruldu. Aktiviteler soruların altına (TV izleme, video izleme, oyun oynama, uygulama kullanma) şeklinde sıralandı.

Ailelerin ocuklara mobil medya aygıtlarını kullanmaları için ne sebeple izin verdiğini anlamak adına (günlük işlerinizi yaparken, ev gezmesi yaparken, dışarı çıktığınızda çocuğun oyalanması için, siz akıllı cihaz kullanırken çocuğun oyalanması için) ve sıklık (oğu zaman, bazen, çok nadiren, asla) şıklarından oluşan bir soru soruldu.

Ailelere mobil cihazlarına kaç tane uygulama indirdikleri ve bunların kaçının ocuk için olduğu soruldu. Uygulamalar eğitici olan ve olmayan şeklinde sınıflandırıldı.

Çocukların cihazları yardıma ihtiyaç olmadan ne sıklıkta kullandığı soruldu. Cevap hanesine sıklık sıralaması (oğu zaman, bazen, çok nadiren, asla) yerleştirildi.

Tablo 1: Anket soruları

Açık uçlu sorular

Çocuğunuzun yaşı nedir?

Eğer kullanıyorsanız akıllı telefonunuza ve/veya tabletinize tahminen kaç tane uygulama indirdiniz?

Çocuğunuz için telefonunuza ve/veya tabletinize tahminen kaç tane uygulama indirdiniz?

Çocuğunuz için telefonunuza ve/veya tabletinize tahminen kaç tane eğitici uygulama indirdiniz?

Çocuğunuz ilk defa kaç aylıkken / kaç yaşındayken mobil medya aygıtı kullandı?

Hangi tip cep telefonu kullanıyorsunuz?

Evet-hayır soruları

Evinizde TV var mı?

Evinizde bilgisayar var mı?

Evinizde tablet var mı?

Çoktan seçmeli sorular

Annenin eğitim düzeyi

Babanın eğitim düzeyi

Sizce medya aletleri ailenin beraber vakit geçirmesini nasıl etkiliyor?

Çocuğunuzun odasında hangi medya cihazı bulunuyor?

Çocuğunuzun kendisine ait mobil medya cihazı var mı? Varsa hangisi?

Çocuğunuz mobil medya cihazında hangi aktiviteleri yapıyor?

Çocuğunuzun mobil medya cihazı kullanmasına ne sebeple ve ne sıklıkla izin veriyorsunuz?

Çocuğunuz hangi sıklıkta birden fazla mobil medya cihazını aynı anda kullanır?

Mobil medya cihazlarının çocuklardaki etkileri için herhangi bir hekim sizinle görüştü mü?

Çocuğunuz mobil medya aygıtı kullanırken sizden ne sıklıkta yardım alıyor?

Aylık gelir seviyeniz nedir?

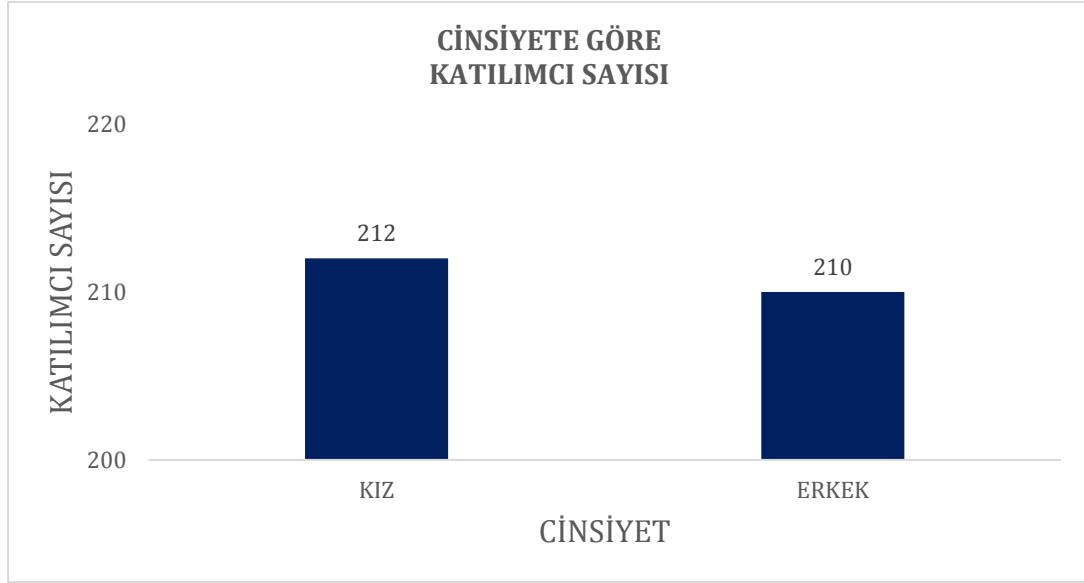
3.3 İstatistiksel Analiz

İstatiksel analizler “Scientific Package for Social Science” (SPSS) 20 programı ile yapıldı. Tanımlayıcı istatistikler ortalama \pm standart sapma ve ortanca şeklinde ifade edildi. Sayısal değişkenler yüzde (%) ve olgu sayısı olarak ifade edildi. Toplanan veriler frekans tabloları ve grafikler ile ifade edildi. İki bağımsız ölçüm grubunun karşılaştırılması için Ki-Kare testi kullanıldı ve p 0,05’in altındaki değerler anlamlı kabul edildi.



4. BULGULAR

422 tane çocuğun ebeveynine anket yapıldı. Çocukların %50,2'si kız (n=212), % 49,8'i (n=210) erkekti (Grafik 1).



Grafik 1: Cinsiyete göre dağılım

Ebeveynlerin % 50,5'i (n=213) aylık gelirin 2000 TL'nin altında olduğu, %37'si (n=156) aylık gelirin 2000-5000 TL arasında olduğu, %12,6'sı (n=53) aylık gelirin 5000 TL ve üzerinde olduğu saptandı (Grafik 2) (Tablo 2).

Tablo 2: Sosyodemografik veriler

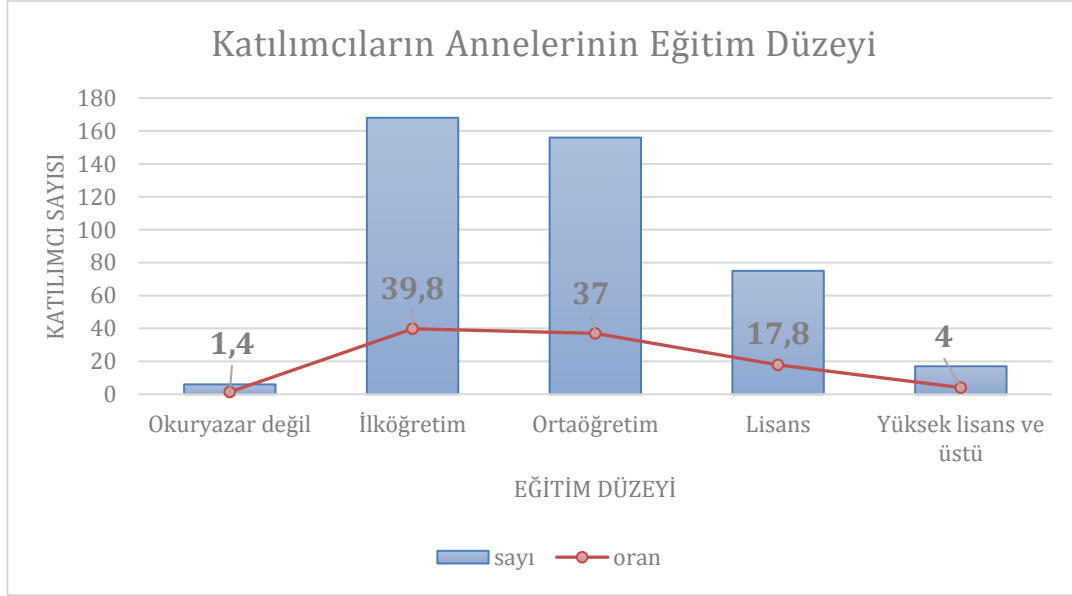
Sosyodemografik veriler	Sayı (n)	Yüzde (%)
Cinsiyet		
Kız	212	50,2 (212/422)
Erkek	210	49,8 (210/422)
Yaş grubu		
1-12 ay	121	28,7 (121/422)
13-24 ay	111	26,3 (111/422)
25-36 ay	65	15,4 (65/422)
37-48 ay	74	17,5 (74/422)
49-60 ay	51	12,1 (51/422)
Anne eğitim düzeyi		
Okuryazar değil	6	1,4 (5/422)
İlköğretim	168	39,8 (168/422)
Ortaöğretim	156	37 (156/422)
Lisans	75	17,8 (75/422)
Yüksek lisans ve üstü	17	4 (17/422)
Baba eğitim düzeyi		
Okuryazar değil	5	1,2 (5/422)
İlköğretim	136	32,2 (136/422)
Ortaöğretim	173	41 (173/422)
Lisans	86	20,4 (86/422)
Yüksek lisans ve üstü	22	5,2 (22/422)
Aylık gelir seviyesi		
<2000 TL	213	50,5 (213/422)
2000-5000 TL	156	37 (156/422)
>5000 TL	53	12,6 (53/422)



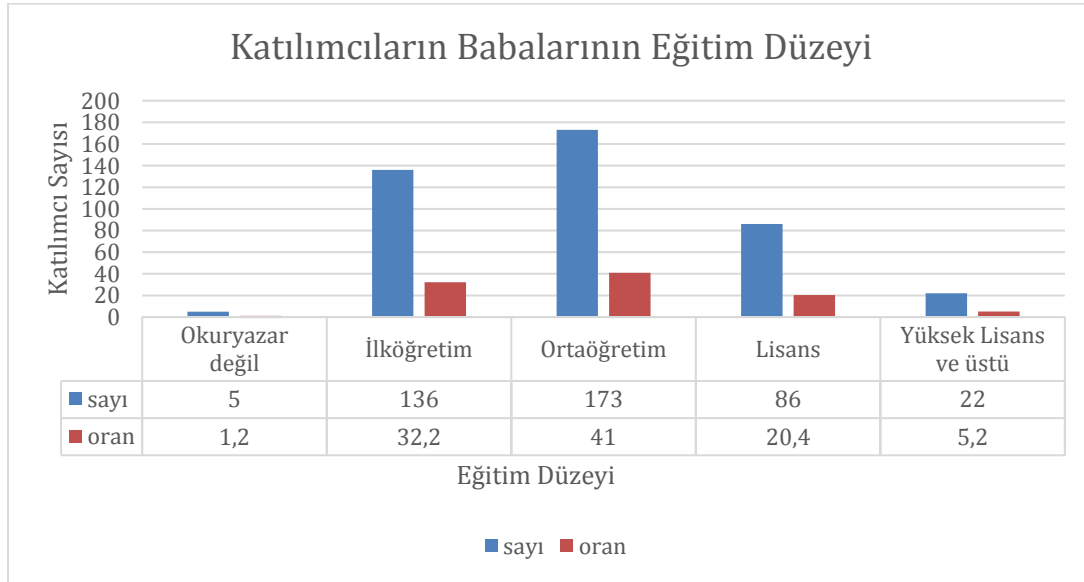
Grafik 2: Ailelerin gelir düzeyleri

Katılımcı annelerin %76,8'i (n=324) ilköğretim veya ortaöğretim mezunu idi.

Katılımcı babaların %73,2'si (n=309) ilköğretim veya ortaöğretim mezunu idi (Grafik 3) (Grafik 4) (Tablo 2)

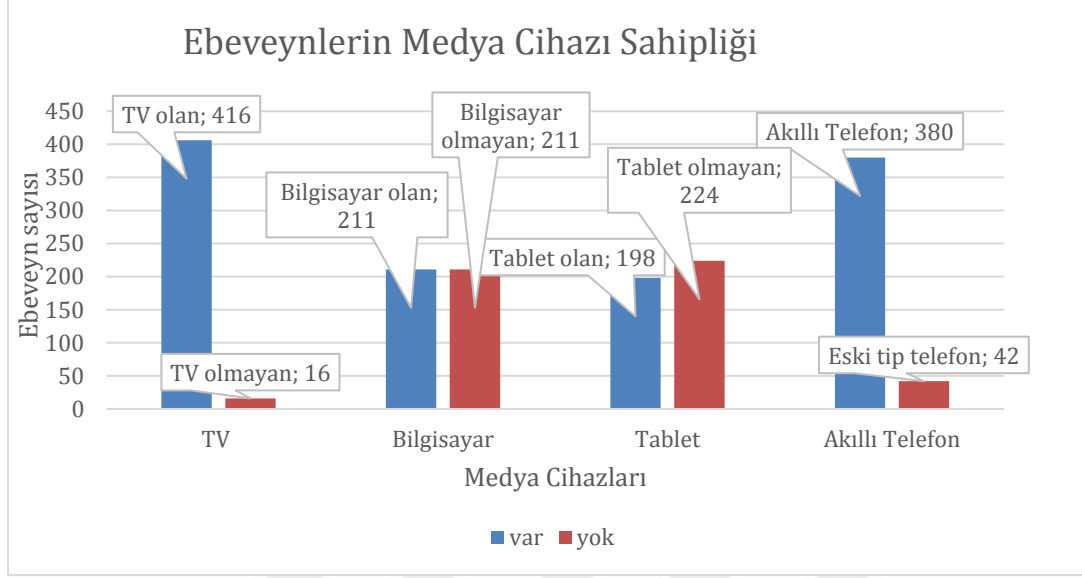


Grafik 3: Katılımcıların annelerinin eğitim düzeyi



Grafik 4: Katılımcıların babalarının eğitim düzeyi

Ebeveynlerin %96,2'sinin (n=416) evinde televizyon, %50'sinin (n=211) evinde bilgisayar, %46,9'nun (n=198) evinde tablet vardı. Yine, ebeveynlerin %90'ı (n=380) akıllı telefon , %10'u (n=42) eski-tuşlu telefon kullanıyordu (Grafik 5).

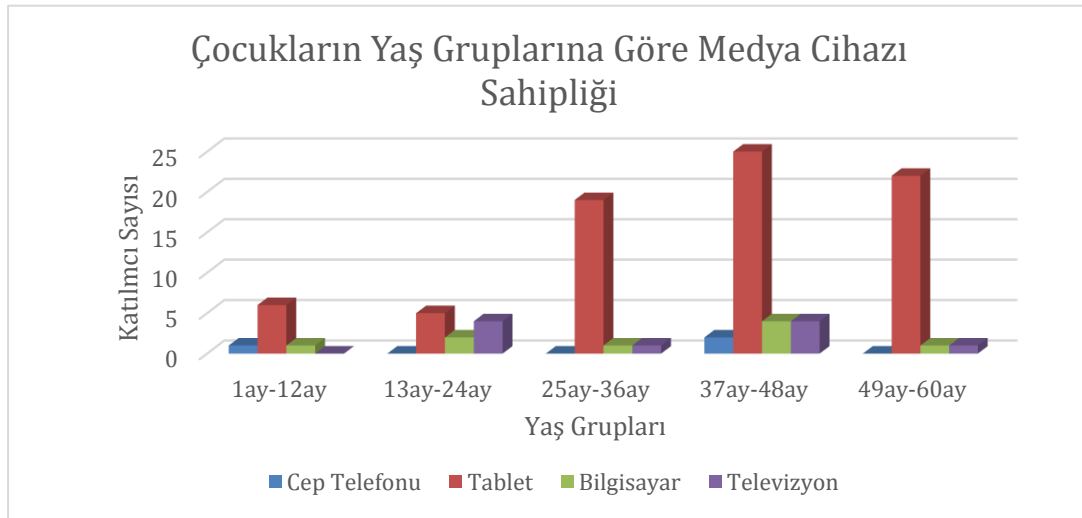


Grafik 5: Ebeveynlerin medya cihazı sahipliği

Yaş gruplarına göre bakıldığında 1-12ay arasındaki çocukların %4,9'unun (n=7), 13-24ay arasındaki çocukların %9'unun (n=11), 25-36ay arasındaki çocukların %30,7'sinin (n=21), 37-48ay arasındaki çocukların %41,8'nin (n=35), 49-60ay arasındaki çocukların %43,1'nin (n=24) en az bir tane mobil medya cihazına sahip olduğu görüldü. Çocukların medya cihazlarına sahip oluşlarına bakıldığında 25 aydan itibaren tablet sahibi olma oranlarının istatistiksel olarak anlamlı şekilde arttığı görüldü (Grafik 6) (Tablo 3) (p<0,001)

Tablo 3: Mobil cihazlara sahip olma sıklığı

Mobil cihaza sahip olma	Sayı (n)	Yüzde (%)
Yaş grubu		
1-12 ay	7	4,9 (7/121)
13-24 ay	11	9 (11/111)
25-36 ay	21	30,7 (21/65)
37-48 ay	35	41,8 (35/74)
49-60 ay	24	43,1 (24/51)



Grafik 6: Çocukların yaş gruplarına göre medya cihazı sahipliği

Gelir düzeyi arttıkça tablet sahibi olma sıklığı azalmıştır ($p<0,01$). Ebeveyn eğitim düzeyi arttıkça tablet sahibi olma sıklığı anlamlı olarak azalmıştır ($p<0,05$). Bu anlamla azalmanın daha çok anne eğitim düzeyi ile ilişkili olduğu görülmüştür ($p<0,01$). Yine çalışmamızda ebeveyn eğitim düzeyi arttıkça gelir düzeylerinin istatistiksel olarak arttığı saptandı ($p<0,05$).

Ankete katılan ebeveynin çocuklarından mobil medya cihazı sahibi olan en küçük çocuk 6 aylıktı. Katılan ailelerin çocuklarından %15,8'nin ($n=67$) tableti vardı. %0,7'sinin ($n=3$) bilgisayarını, %0,7'sinin ($n=3$) tanesinin cep telefonu vardı. Çocukların

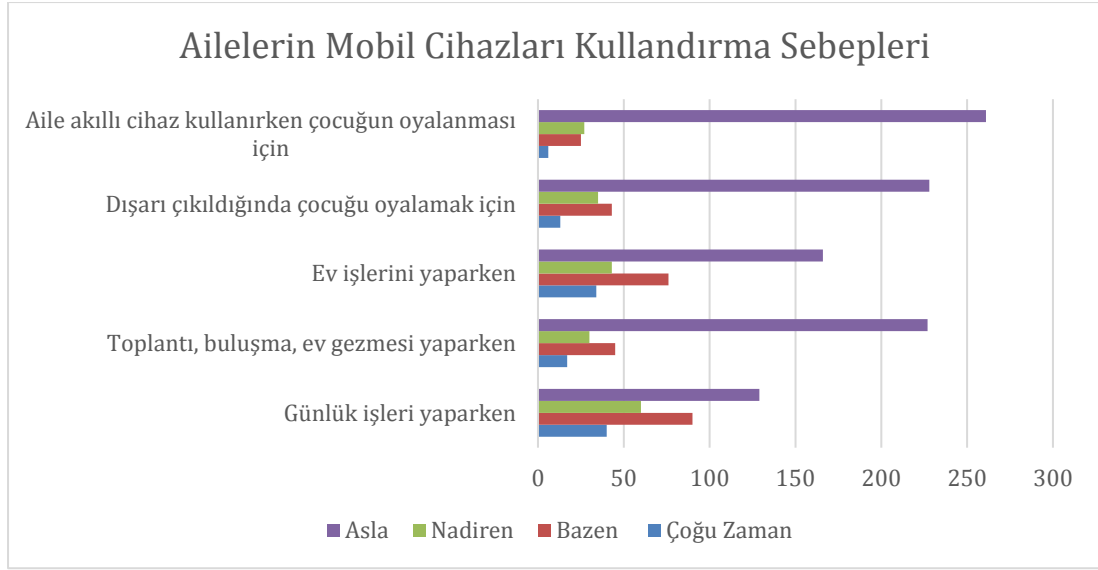
%1,6'sının (n=7) hem tableti hem bilgisayarını vardı. Mobil cihazlara sahip olma oranı ile yaş arasında ilişki bulundu (Tablo 3) ($p<0,01$)

Çocukların ilk defa mobil medya aygıtı kullanma yaşının ortancası 12 ay olarak saptandı.

Mobil medya kullanan çocukların ailelerinin %74,4'ü (n=237) çocuklarına mobil medya aygıtı kullanma iznini günlük işlerini ve ev işlerini yaparken veriyordu. Ev gezmesine, alışveriş merkezine, fatura yatırmaya gidildiğinde ve aileler akıllı cihaz kullanırken çocuklara medya aygıtlarını kullanma izni verilmesi sıklığı %27,2 (n=82) olarak saptandı (Grafik 7) (Tablo 4).

Tablo 4: Ailelerin mobil cihaz kullanımına izin verme sebepleri

Ailelerin mobil cihaz kullanımına izin verme sebepleri	Sayı (n)	Yüzde (%)
Günlük işleri yaparken		
Çoğu zaman	40	12,5 (40/319)
Bazen	90	28,2 (90/319)
Nadiren	60	18,8 (60/319)
Asla	129	40,4 (129/319)
Toplantı, buluşma, ev gezmesi yaparken		
Çoğu zaman	17	5,3 (17/319)
Bazen	45	14,1 (45/319)
Nadiren	30	9,4 (30/319)
Asla	227	71,2 (227/319)
Ev işlerini yaparken		
Çoğu zaman	34	10,7 (34/319)
Bazen	76	23,8 (76/319)
Nadiren	43	13,5 (43/319)
Asla	166	52 (166/319)
Dışarı çıktığınızda çocuğun oyalanması için		
Çoğu zaman	13	4,1 (13/319)
Bazen	43	13,5 (43/319)
Nadiren	35	11 (35/319)
Asla	228	71,5 (228/319)
Siz akıllı cihaz kullanırken çocuğun oyalanması için		
Çoğu zaman	6	1,9 (6/319)
Bazen	25	7,8 (25/319)
Nadiren	27	8,5 (27/319)
Asla	261	81,8 (261/319)

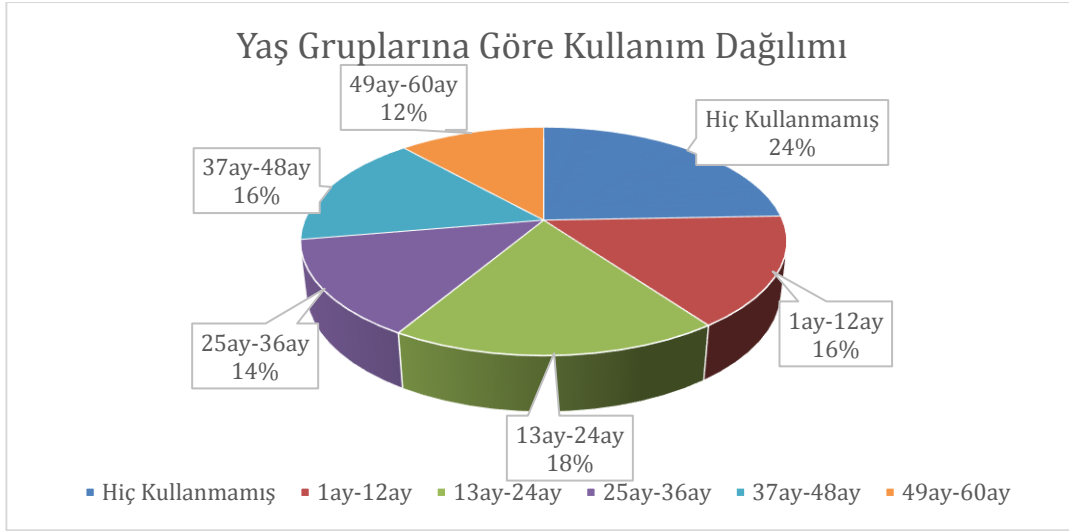


Grafik 7: Ailelerin mobil cihaz kullandırma nedenleri

Çocukların %24'ü (n=103) hiç mobil cihaz kullanmamıştı. Mobil cihaz kullanan çocukların %52'si (n=166) 1-12 ay arasında, %24,4'ü (n=78) 12-24 ay arasında, %18,1'i (n=58) 24-36 ay arasında, %21,3'ü (n=68) 36-48 ay arasında, %15,3'ü (n=49) 48-60 ay arasında olarak dağılım gösterdi (Grafik 8) (Tablo 5).

Tablo 5: Yaş gruplarına göre mobil cihaz kullanma sıklıkları

Yaş gruplarına göre mobil cihaz kullanma sıklıkları	Sayı (n)	Yüzde (%)
Yaş grubu		
1-12 ay	70	22,9 (70/319)
13-24 ay	85	26,6 (85/319)
25-36 ay	58	18,3 (58/319)
37-48 ay	64	20 (64/319)
49-60 ay	38	12 (38/319)

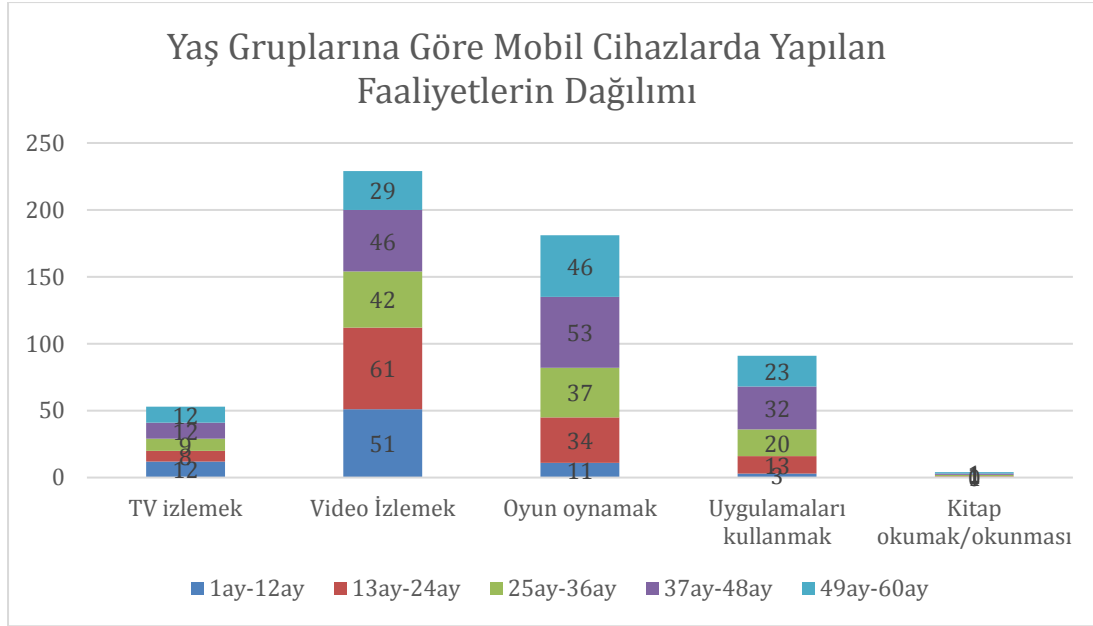


Grafik 8: Yaş gruplarına göre kullanım dağılımı

Çocuklar tarafından mobil cihazlarda en çok yapılan faaliyet, video izleme olarak saptandı. Bu oran mobil cihaz kullanan çocuklarda %70,8 (n=226) olarak saptandı. Ailelere video izleme seçeneği çizgi film, reklam, diziler, filmler olarak sunuldu. İkinci sırada oyun oynama %56,7 oranında (n=181), üçüncü sırada diğer uygulamaları kullanma %28,5 oranında (n=91), dördüncü sırada televizyon izleme %16,6 oranında (n=53), beşinci sırada kitap okuma/okunması %1,2 oranında (n=4) yer almaktaydı. Bu aktivitenin yaş gruplarına göre dağılımına bakıldığında %22'sinin (n=70) 1-12 ay arası, %26,6'sının (n=85) 12-24 ay arası, %18,3'ünün (n=58) 24-36 ay arası, %20'sinin (n=64) 36-48 ay arası, %12'sinin (n=38) 48-60 ay arası olduğu görüldü (Grafik 9) (Tablo 6)

Tablo 6: Çocukların mobil cihazlarda yaptıkları faaliyetler

Çocukların mobil cihazlarda yaptıkları faaliyetler	Sayı (n)	Yüzde (%)
Video izlemek (Çizgi film, reklam, dizi, film)	226	70,8 (226/319)
Oyun oynamak	181	56,7 (181/319)
Diğer uygulamaları kullanmak	91	28,5 (91/319)
Televizyon izlemek	53	16,6 (53/319)
Kitap okuma/okunması	4	1,2 (4/319)



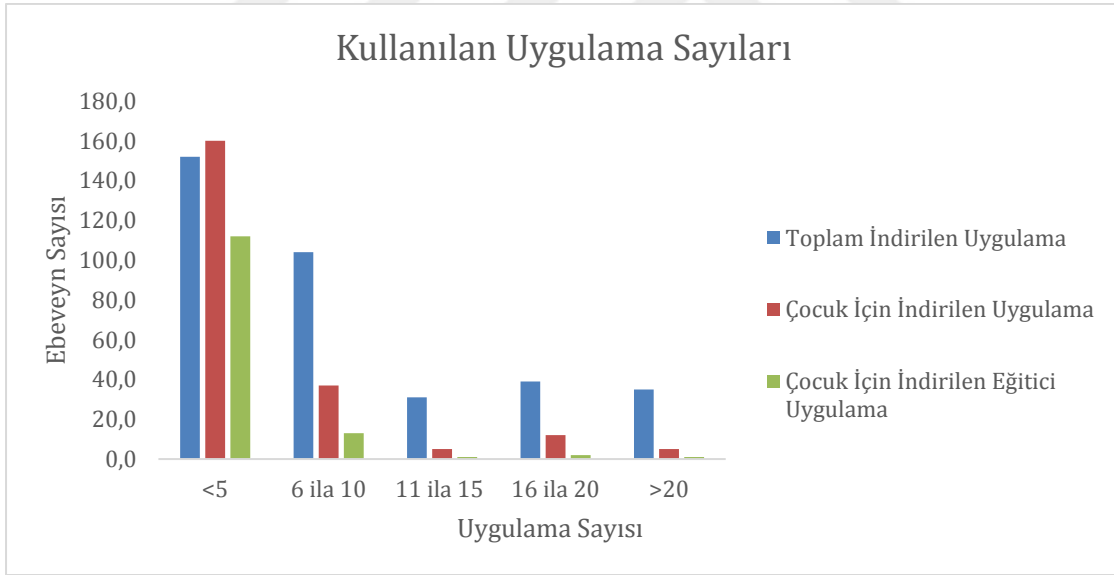
Grafik 9: Yaş Gruplarına göre mobil cihazlarda yapılan faaliyetlerin dağılımı

Ebeveynlerin %85,5'i (n=361) cep telefonu ya da tabletine uygulama indirmişti. Uygulama indirenlerin %42,1'i (n=152) 1 ila 5 tane, %28,8'i (n=104) 6 ila 10 tane, %8,6'sı (n=27) 11 ila 15 tane, %10,8'i (n=39) 16-20 tane, %9,7'si (n=35) 20 den daha fazla uygulama indirmişti. Ebeveynlerin %51,8'i (n=218) cep telefonu veya tabletlerine çocukları için uygulama indirmişti. Bunun da %73,1'i (n=159) 1 ila 5 tane uygulama indirmişti. Ebeveynlerin %30'u (n=126) cep telefonu veya tabletlerine çocukları için eğitici uygulama indirmişti. Bunların da %86,8'i (n=109) 1 ila 5 tane eğitici uygulama indirmişti. Çalışmada en fazla uygulama indiren ebeveyn 200 uygulama indirmişti. Toplam indirilen uygulama ortancası 7, çocuk için indirilen uygulama ortancası 2 idi. Çocuk için indirilen uygulama ortalaması (1,24 ± 0,35) idi (Grafik 10) (Tablo 7).

Tablo 7: Mobil cihazlara uygulama indirme sıklıkları

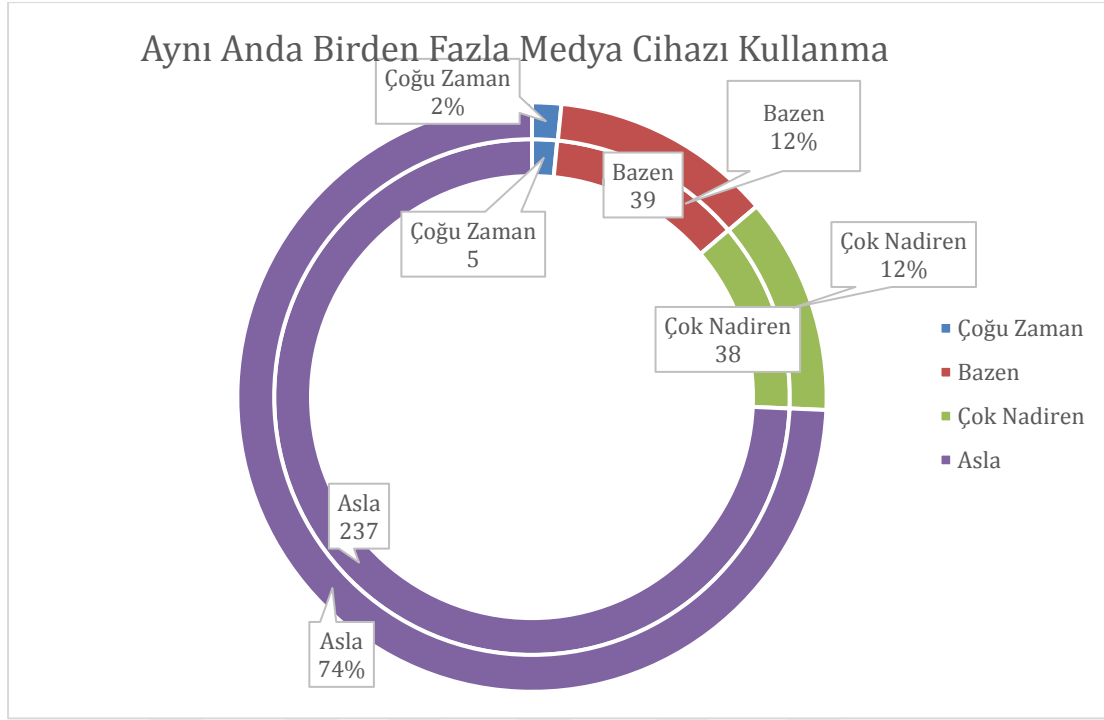
Mobil cihazlara uygulama indirme sıklıkları	Sayı (n)	Yüzde (%)
Toplam indirilen uygulama	361	85,5 (361/422)
1-5	152	42,1 (152/361)
6-10	104	28,8 (104/361)
11-15	27	8,6 (27/361)
16-20	39	10,8 (39/361)
>20	35	9,7 (35/361)
Çocuk için indirilen uygulama	218	51,8 (218/422)
Çocuk için indirilen eğitici uygulama	126	30 (126/422)

Anne ve babaların eğitim düzeyi arttıkça indirilen eğitici uygulama sayısı da artış göstermişti ($p<0,01$). Ancak baba eğitim düzeyi ile toplam indirilen uygulama ve çocuk için indirilen uygulama sayıları arasında istatistiksel olarak anlamlı ilişki saptanmadı ($p>0,05$).



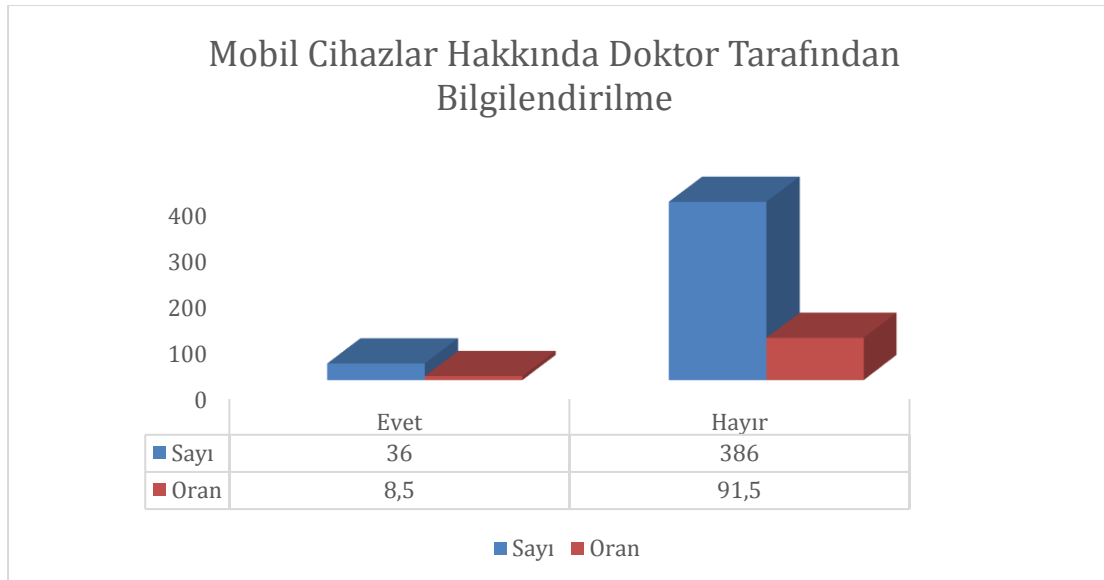
Grafik 10: Kullanılan uygulama sayıları

Mobil cihaz kullanan çocukların %25,7'si ($n=82$) aynı anda birden fazla cihaz kullanıyordu (Grafik 11).



Grafik 11: Aynı anda birden fazla mobil cihaz kullanma oranları

Ebeveynlerin %91,5'i (n=386) mobil cihazlar konusunda bir doktor tarafından bilgilendirilmediğini bildirdi (Grafik 12).

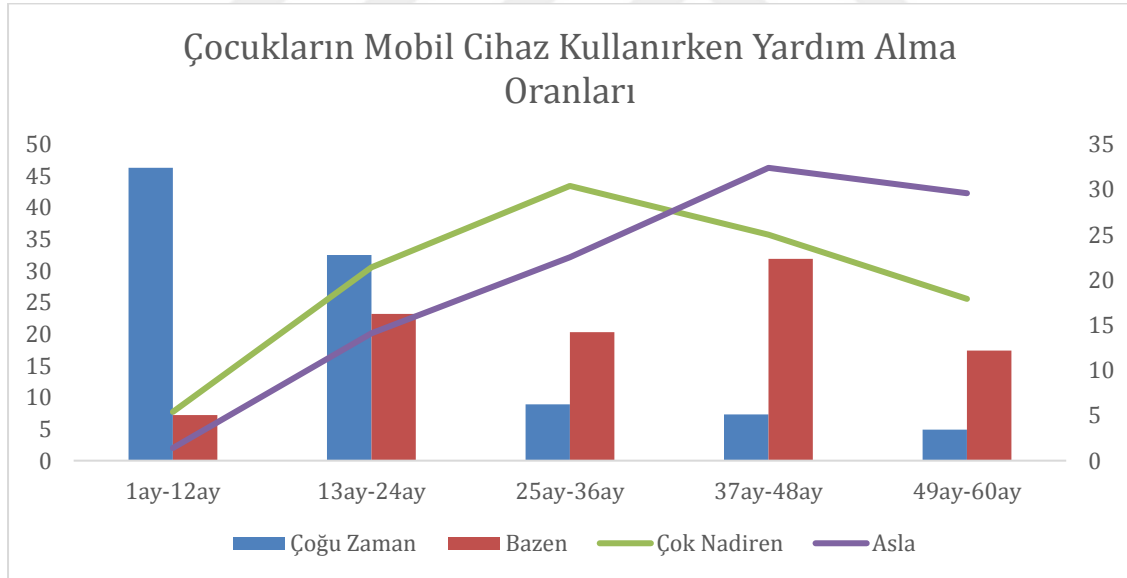


Grafik 12: Mobil cihazlar hakkında doktor tarafından bilgilendirilme oranları

Mobil cihaz kullanan çocukların cihazları kullanırken ne kadar sıklıkla yardım aldığına bakıldığında %38,6'sının (n=123) çoğu zaman, %21,6'sının (n=69) bazen, %17,6'sının (n=56) çok nadiren yardım aldığını bildirmiştir. %22,3'ü (n=71) çocuğunun asla yardım almadığını bildirmiştir. Çocukların yaşları arttıkça mobil cihaz kullanırken yardım alma sıklığı azalmaktadır (Grafik 13) (Tablo 8) ($p<0,01$).

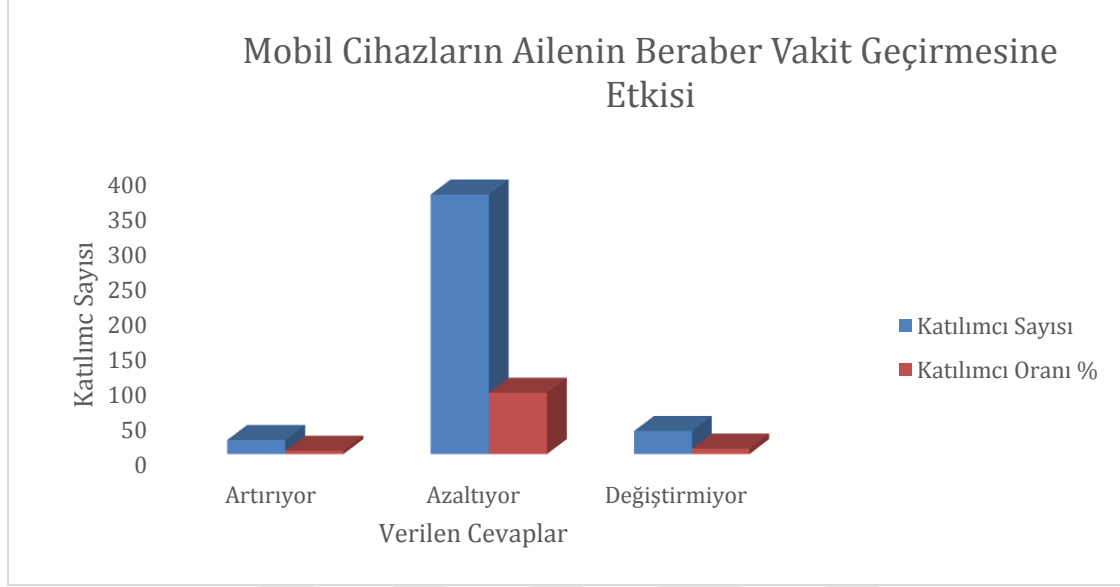
Tablo 8: Çocukların mobil cihaz kullanırken yardım alma sıklıkları

Çocukların mobil cihaz kullanırken yardım alma sıklıkları	Sayı (n)	Yüzde (%)
Çoğu zaman	123	38,6 (123/319)
Bazen	69	21,6 (69/319)
Nadiren	56	17,6 (56/319)
Asla	71	22,3 (71/319)



Grafik 13: Çocukların mobil cihaz kullanırken yardım alma oranları

Ebeveynlerin %87,4'ü (n=369) mobil cihazların ailenin beraber vakit geçirmesine etkisi sorulduğunda azaltıyor, %20'si (n=20) artırıyor, %7,8'i (n=33) etkisi yoktur yanıtını vermiştir (Grafik 14).



Grafik 14: Mobil cihazların ailenin beraber vakit geçirmesine etkisi

5. TARTIŞMA

Bu çalışma düşük, orta ve üst düzey gelir gruplarında olan ailelerin 1-60 ay arasındaki çocuklarının mobil medya cihazlarına 6 ay gibi çok küçük yaşlardan itibaren kullandığını göstermiştir. Çalışmaya katılan ailelerinin hemen hemen yarısı bir tablete sahipti. Yine ebeveynlerin yarısının evinde bilgisayar mevcuttu. Ankete katılan ebeveynlerin %90'ı akıllı cep telefonu kullanıyordu. Tablet ve telefonlar beraber değerlendirildiğinde çocuklar için uygulama indirme sıklığı %50 'nin üzerindeydi. Ebeveynlerin üçte biri çocukları için telefonuna veya tabletine eğitici uygulama indirmişti. Bütün bu tanımlayıcı veriler toplumun her kesiminde ve 1-60 ay arası çocuklarda mobil cihazların kullanılmakta olduğunu göstermektedir.

Ülkemizde bu konuyla ilgili daha önceden yapılmış bir çalışma olmaması sebebiyle 1-60 ay arası çocuklarda elde edilmiş veri bulunmamaktadır. Ancak Kabali ve arkadaşlarının 2015 yılında Amerika Birleşik Devletleri'nde yaptıkları çalışmada 6 ay ila 48 ay arasındaki çocukların %83'ünün evinde tablet, %58'inin evinde bilgisayar olduğu bildirildi (1). Çalışmamızda ise evde bilgisayar bulunma sıklığı Kabali ve ark. 'nın çalışmasına benzer iken evde tablet bulunması sıklığı daha düşüktür. Aradaki bu farklılığı sosyoekonomik sebeplere, mobil cihazların fiyatlarının daha cazip olmasına, erişim kolaylıklarına ve farklı toplumsal yapılara bağlamak mümkündür.

Çalışmamızda çocukların tablet sahibi olma sıklığı %15,9 olarak saptandı. Rideout ve ark. 2013 yılında yaptığı çalışmada bu sıklık %20 olarak saptanmıştı (26). Kabali ve ark. çalışmasında da tablet sahibi olma sıklığı %36,2 olarak bildirilmişti (1). Ülkemizde daha önceden bu yaş grubunda yapılmış bir çalışma olmaması sebebiyle geçmiş yıllardaki kullanım ile ilgili karşılaştırma yapılamamıştır. Ancak Amerika Birleşik Devletleri'nde sırasıyla 2011, 2013, 2015 yıllarındaki çalışmalarda tablet

sahibi olma sıklığının zamanla arttığı görülmüştür (1-26). Kabali ve ark. çalışmasındaki sıklık verileri ile çalışmamızdaki sıklık verileri arasındaki fark ülke koşullarının farklılıklarıyla izah edilebilir. Ülkemizde mobil medya cihazlarının piyasada yer bulma zamanı gelişmiş ülkelere görece daha geçtir. Ayrıca mobil cihazların fiyatlarının batılı ülkelerde daha ucuz olması ve kullanım sıklığının ülkemize göre daha fazla olması bu sonuca etki etmiş olabilir. Çalışmamızda temel aldığımız yaş grubu küçük çocukları temsil etmektedir. Bu sebeple mobil cihaz sahibi olma oranları görece düşük kalmaktadır. Bizim çalışmamızda cep telefonu sahibi olan üç tane çocuk vardı. Ancak gelecek dönemde küçük yaş grubunda da mobil cihazlara sahip olma oranının artacağı öngörülebilir. Bu öngörüye 2011 ve 2013 yılında Rideout ve ark. yaptığı çalışma dayanak teşkil etmektedir (26). İlgili çalışmaya göre 2011 ile 2013 yılları arasında 0-8 yaş arasındaki çocukların tablet sahibi olma oranları %8' den %40' a çıkmıştı. Yine 2015 yılında Kabali ve ark. yaptığı çalışmada bu oran %36 olarak saptandı (1). Dinleyici ve arkadaşlarının yaptığı 0-18 yaş arası çocukların değerlendirildiği çalışmada tablet sahibi olma oranları araştırılmasa da evde tablet bulunma oranı %71,2 olarak bulunmuştu (6). Bu oranın bizim çalışmamızdaki orandan (%46,9) farklı bulunmasının sebebi yaş gruplarının farklılığından kaynaklanmış olabilir. Bizim çalışmamızda da saptadığımız yaş arttıkça tablet sahibi olma oranlarının artması aradaki oran farkını izah edebilir.

Çalışmamızda çocukların mobil medya cihazlarını ilk kullanma yaşı ortancası 12 ay olarak saptandı. Yirmi dört aydan önce mobil cihaz kullanan çocukların oranı %63 olarak saptandı. Kabali ve arkadaşlarının çalışmalarında mobil medya aygıtlarının 12 aydan önce kullanan çocuklarının oranını %92 olarak saptamıştı (1). Rideout ve ark. 2011 yılında yaptığı çalışmada bu oran 24 ayın altındaki çocuklar için %10, 2013 yılında yaptıkları çalışmada %38 olarak bildirilmiştir (26). AAP ve diğer yazarlar

çocuklarda 24 aydan önce mobil medya cihazlarının kullanımını tavsiye etmemekte, 24 aydan sonra da kısıtlı kullanımı tavsiye etmektedir (15,25).

Çalışmamızda en küçük mobil medya cihazı kullanan çocuk 6 aylıktı. Altı aylık çocuğun uyumasına yardımcı olmak için su sesi, araba sesi çıkaran programlar vasıtasıyla ailesinin çocuğun hayatına çok erken dönemden itibaren mobil medya cihazlarını soktuğu görülmektedir. Bu veriler toplumlar arası farklılıklara rağmen mobil medya kullanımının ülkemizde de erken çocukluk dönemine kadar kaydığını göstermektedir. Çocukların hayatlarına bu kadar erken girmiş mobil cihazların bağlanmayı ve bağımlılığı beraberinde getireceği ve ilerleyen zamanlarda uygunsuz kullanım ihtimalini artıracığı tahmin edilebilir.

Çalışmadan çıkan diğer bir önemli sonuç çocukların mobil cihazlarda en sık yaptığı faaliyetin video izlemek olduğudur. Çalışmamızda video izleme sıklığı %71 olarak saptanmıştır. Bu sonuç çalışmaya katılma yaşının 60 ay ile sınırlandırılmış olmasına bağlanabilir. Kabali ve ark. yaptığı çalışmada da çocukların mobil cihazlarda video izleme sıklığının %76,6 olduğu bildirilmiştir (1). Rideout ve ark. yaptığı çalışmada çocukların mobil cihazlarda video izleme sıklığı %47, çocukların mobil cihazlarda en sık yaptığı faaliyet olarak oyun oynamak %63 oranıyla saptanmıştır (26). Bu sonuç farklılıkları Kabali ve ark. çalışmasında ve bizim çalışmamızda 48-60 aya kadar olan çocukların olması, Rideout ve ark. çalışmasında 8 yaşa kadar olan çocukların olması sebebiyle ortaya çıkmış olabilir. Özellikle okul çağına gelmiş, okuma yazma öğrenen çocukların mobil cihazlarda video izlemek yerine oyun oynamayı tercih etmesi daha muhtemeldir. Yine daha küçük yaş gruplarında gelişim basamakları bağlamında motor kabiliyetlerin görece daha az gelişmiş olması sebebiyle pasif bir aktivite olan video izlemek, aktif bir aktivite olan oyun oynamanın yerine geçmiş olabilir (27).

Nörogelişimsel basamakların tamamlandığı okul öncesi dönemde televizyon izlemek gibi pasif bir faaliyet olan mobil cihazda video izlemek beyin gelişimini olumsuz yönde etkileyebilir. (28,29)

Nörogelişimsel basamakları tamamlamada oyun oynamanın rolü çok önemlidir (30). Çocuklar arkadaşlarıyla oyun oynarken kuralları koyma ve ona uyma aşamasından oyunu oynamaya, bu süreçte aralarında anlaşmazlık çıkarsa onu çeşitli yollarla çözmeye varana kadar birçok aşamada sosyal yani çok yönlü etkileşim içinde olmaktadır. Yine oyun oynama faaliyeti küçük yaş grubu çocuklarda aile içinde de gerçekleşmektedir. Aile içindeki ebeveyn çocuk ilişkilerinde de çok yönlü etkileşimin mobil cihazlar nedeniyle sekteye uğraması çocuk gelişimine olumsuz etkide bulunmaktadır. Ebeveyn çocuk veya çocuk çocuk etkileşim ve iletişim süreçlerini mobil medya cihazlarıyla ikame etmek oldukça zordur (27).

Çalışmamızda ailelerin çocuklarına mobil medya cihazlarını kullandırtmalarının en sık nedeninin günlük işlerini veya ev işlerini yaparken çocukların oyalanmasını sağlamak olduğu saptandı. Kabali ve ark. Çalışmasında da en sık neden ev işlerini yaparken izin verme olduğu bildirilmiştir (1). Rideout ve ark. çalışmasında ailelerin çocuklarına mobil medya cihazı kullanması için izin verme sebepleri arasında birinci sırada dışarı çıkıldığında (yemek yemek, fatura yatırmaya gitmek gibi) izin verme, ikinci sırada ev işlerini yaparken izin verme yer almıştır (26). Mobil medya cihazlarını cazip hale getirecek yoğun pazarlama stratejileri; farklı toplumlardaki çocuklarda medya cihazlarının kullanımı ile ilgili benzer davranış biçimlerin ortaya çıkmasına sebep olabilir (27). Ebeveynin ev işlerini yaparken çocukla birebir ilgilenememesi, çocuğun mobil cihazla hangi aktiviteyi yaptığını denetlemesinde yetersizliğe yol açıyor olabilir. Ev işlerinin uzaması durumunda

çocuğun mobil cihazla geçireceği sürenin artması olasılığı faydalı kullanım için uygun zaman ve süre şartının ihlal edilmesini beraberinde getirebilir. Ebeveynin ev işleriyle uğraşırken dikkatinin o yönde olması sebebiyle çocuğun uygunsuz içeriklere maruziyeti durumu da söz konusu olabilir. Bu durumda da faydalı kullanım ihtimali azalabilir. Kullanım sebepleri arasında en sık günlük işlerin yapıldığı zamanlarda çocukların oyalanması için izin verilmesi görülse de yaş azaldıkça çocukların uykuya dalmasını sağlamak, yemek yedirmek gibi temel fizyolojik gereksinimlerin karşılanmasına yardımcı olmak için mobil cihazlar kullanılmaktadır (1). Ailelerin mobil cihazlar olmadan önce televizyon karşısında yemek yedirme davranışları ile ilgili çalışmalar yapılmış ve bu davranışın faydalı olmadığı görülmüştür (31). Benzer etkilerin mobil cihazlarda da görülebileceğini söylemek yanlış olmayacaktır.

Çalışmanın odaklandığı 60 ay altındaki çocukların ebeveyn gözetiminde mobil medya cihazını kullanmalarının daha doğru olduğu söylenebilir. Bu gözetimin sağlanmasındaki temel basamak çocukların nerede, ne zaman, ne sıklıkta ve ne sürede mobil medya cihazı kullanacağını belirlenmesidir. (14,27) Bu sonuçları ailelerin sosyoekonomik ve sosyokültürel durumu ile ilişkilendirildiğinde anlamlı sonuçlar ortaya çıkacağı öngörülebilir. Bizim çalışmamızda sosyoekonomik ve sosyokültürel düzey arttıkça ailelerin tablet sahibi olma sıklığının azalması da bu fikri desteklemektedir.

Çalışmamızda ebeveynlerin çoğu “siz mobil cihaz kullanırken çocuğunuzun sizin dikkatinizi dağıtmaması için onun da mobil cihaz kullanmasına izin veriyor musunuz” sorusuna hayır yanıtını vermişlerdir. Oysa ABD’de Kabali ve ark. yaptığı çalışmada bu soruya evet yanıtı veren ebeveyn oranının yüksekliği dikkat çekmektedir (1). Türk ailelerinin çocuklarına yüksek değer atfetmesi nedeniyle aşırı koruyucu

davranışlar gösterdiklerini bildiren çalışmalar mevcuttur (32). Çalışmamızda çıkan bu sonucun literatür ile farklı olması Türk aile yapısının koruyucu davranış biçimine bağlanabilir.

Çocukların mobil medya cihazı kullanım tarzındaki belirleyici en büyük etmen aile içinde bu cihazların nasıl, ne kadar, ne zaman ve nerede kullanıldığı ile ilişkilidir (14,33). Çocukların bu konudaki davranış kalıplarını ailelerinin davranışlarının birer yansıması olarak görmek mümkündür (34). Bu durumla ebeveynin çocuğuyla beraber mobil medya aygıtı kullanmasını birbirinden ayırmak gerekmektedir. Çünkü çocuğun mobil cihazları uygunsuz biçimde kullanmasını engellemek hatta uygun zaman, mekân ve içeriği sağlamak bağlamında çocuğu monitörize etmek için eş zamanlı ve birlikte kullanım (coviewing) faydalı olabilir (14).

Çalışmamızda çocukların birden fazla mobil cihazı aynı anda kullanma oranları (media multitasking) Kabali ve ark. çalışmasına göre daha düşük bulundu (1). Çalışmamızda çocukların yaklaşık dörtte birinin aynı anda birden fazla mobil cihazı kullandığı saptandı. Kabali ve ark. çalışmasında bu oranın üçte bir olduğu bildirilmiştir (1). Bu durum da ilgili ülkede mobil cihazların özellikle de tabletlerin ülkemize göre daha fazla kullanım oranına sahip olmasıyla ve ilgili ülkenin mobil cihazları daha uzun zamandır kullanmasıyla ilişkilendirilebilir. Birden fazla mobil aygıtın aynı anda kullanılması (media multitasking) mobil medya bağımlılığının bir ölçütü olabilir (26). Amerikan Pediatri Akademisi' ne göre aynı anda birden fazla mobil aygıtı kullanmak diğer bir tabirle çoklu medya kullanımı daha çok adölesanlarda görülmekle beraber hem çocuklarda hem erişkinlerde dikkat eksikliği ve günlük işlerin geciktirilmesiyle ilişkilidir (25). Erken yaşta çoklu medya kullanımına başlamak, gelecek dönem olumsuz etkilerin katlanarak artmasına sebep olabilir (34). Erken çocukluk çağında

başlayan etkilerin gelecek döneme kümülatif biçimde yansımaları açısından ve çalışmamızda çocukların %23,8'nin çoklu medya kullanması kaygı verici bir veri olarak değerlendirilebilir.

Çoklu medya kullanımının çocukların hayatında zaman ve mekân sınırlaması olmaksızın yayılımının çocukların gelişimine ne denli etkilerinin olduğunun anlaşılması için daha fazla çalışma yapılmasına ihtiyaç vardır (25).

Çalışmamızda mobil medya kullanım sıklığının yüksek, orta ve düşük gelir grupları arasında anlamlı farklılık göstermediği tespit edilmiştir. Ülkemizde bu konu ile ilgili 1-60 ay çocuklar arasında yapılmış bir çalışma olmaması sebebiyle verilerimizi ülkemizden başka verilerle karşılaştırma olanağımız bulunmamaktadır. Ancak ABD'de Rideout ve arkadaşlarının 2011 ve 2013 yıllarında yaptıkları çalışmasının verileri göz önüne alındığında mobil medya cihazlarının kullanımının zamanla arttığı görülmektedir (26). Mobil medya teknoloji alanındaki hızlı gelişmeler sayesinde pek çok yeni ve farklı ürünün piyasaya sürülmesi, fiyatların ucuzlaması ve her sosyo-ekonomik düzeye sahip kesimin mobil medya cihazlarına kolayca ulaşabilmesi bu durumu izah edebilir (36). Piyasada fiyat ve marka çeşitliliğinin artması fiyatları düşürmüştür, ulaşılabilirliği artırmıştır. Akıllı cep telefonları ve bilgisayarlara göre tabletlerin daha uygun fiyatlı olması mobil medya cihazı tercihinde tabletleri ön plana çıkarmaktadır. Tablet kullanımının diğer mobil medya cihazlarına göre daha sık kullanılması için bu geçerli bir neden olabilir. Tabletlerde internet erişimi, televizyon ve video izleme, oyun oynama imkânlarının bulunması aynı cihazla birden fazla ihtiyacın giderilmesini sağlayabilmektedir.

Küçük yaş gruplarındaki çocukların kendi mobil cihazlarına sahip olması kullanım oranlarını ve süresini artıracakları öngörülebilir. Kullanım oranlarının ve

sürelerinin artması kontrolsüz kullanım riskini de beraberinde getirmektedir (7). Erken yaşta mobil cihaz kullanımının etkilerini saptamak için kontrollü karşılaştırmalı çalışmaya ihtiyaç vardır. Ancak daha fazla kullanımın denetimsizliği, denetimsizliğin de kötüye kullanımı ve olumsuz etkileri karşımıza çıkaracağı tahmin edilebilir. Bu anlamda küçük çocuklarla ilgili verilerin titizlikle toplanması ve bunun bir surveyans hassasiyetiyle takip edilmesi alınacak tedbirlerin planlanması için faydalı olabilir.

Mobil cihazların çocuklar için olumlu etkileri sağlaması olasılığı mutlaka göz önünde bulundurulmalıdır. Bu kadar gelişmiş teknolojileri bir araya toplayan bu cihazların çocukların yararına kullanılma yolları mutlaka araştırılıp bulunmalıdır. Elbette olumlu etkilerin ortaya çıkabilmesi için kontrollü kullanım esastır. Bu konuda eğitici uygulamalar fayda sağlayabilir (18,37). Çalışmamızda mobil cihazına (tablet ya da telefon) eğitici uygulama indiren ebeveynlerin oranı %30 olarak bulunmuştur. Çocukları için eğitici olan veya olmayan uygulamaları indirme oranı %51,8 idi. Kabali ve ark. yaptığı çalışmada da benzer oranlar karşımıza çıkmaktadır (1).

Eğitici uygulamalar çocukların gelişim basamaklarında ilerlemelerini desteklemek amacıyla kullanılabilir (37). Bunun için çocukların yaş gruplarına göre çeşitlendirilmiş, her yaş grubuna ayrı ayrı hitap edecek uygulamalar geliştirilmelidir (18). Adı eğitici olan ama içeriği, hazırlanış ve sunuluş biçimi bu amaca hizmet etmeyen uygulamaların faydalı olması beklenemez. Uygulama geliştiriciler için eğitici uygulama yapmak açısından çocuk gelişimi uzmanları, çocuk hekimleri ve eğitim bilimcilerin katkılarının sağlanması önem arz etmektedir. Profesyonel biçimde hazırlanmış uygulamalar 24 aydan daha büyük çocuklarda uygun kullanma koşullarıyla faydalar sağlayabilir (23,25). Bu konuda bir diğer önemli husus çocukların eğitici uygulama kullanmasının ebeveynde sahte güvenlik hissini ortaya çıkarmasıdır.

Çocukların zaten eğitici uygulamalarla vakit geçiriyor olması düşüncesiyle denetimden uzak tutulması çocukların yararına olmamaktadır. Çünkü akış içerikleri ve cazibesiyle mobil dünyadaki eğitici olmayan uygulamalar çocukların dikkatinin o tarafa yönelmesine sebep olabilir.

Çalışmamızda çocukların mobil cihazlarda en sık yaptığı aktivitenin video izlemek olduğu görülmüştür. Çocukların sadece eğitici uygulamalarla değil, susam sokağı/sesame Street gibi eğitici videolarla da hem eğlenceli hem verimli zaman geçirmesi mümkün olabilir (37). Bu anlamda yine profesyonel ellerce dizayn edilmiş, çocukların gelişim basamaklarına uygun video, çizgi film ve oyunların tasarlanması teşvik edilmelidir (27).

Çalışmamızda mobil cihazları kullanan çocukların %22,3'ünün bu cihazları kullanırken hiç yardım almadığı saptanmıştır. Yardım alma sıklığının yaş büyüdükçe azalmakta olduğu görüldü. Yaş büyüdükçe yardım kullanma oranlarının düşmesi anlaşılır bir sonuçtur. Ancak bu veriden bağımsız olarak çocukların daha küçük yaşlarda da mobil cihazları yardımsız kullanabilmesi bağımsız kullanımı da beraberinde getirecektir. Bağımsız kullanımın korkutucu yanı denetimsizliğe açık bir alan bırakıyor olmasıdır. Denetimsiz kullanımın hele de okul öncesi çocuklarda neredeyse her zaman olumsuz sonuçları karşımıza çıkaracağını söylemek yanlış olmayacaktır. Çalışmamıza göre 1 ay-24 ay arasındaki çocukların %41,3'ü mobil cihazları kullanırken ya hiç yardım almıyordu ya da çok nadiren yardım alıyordu. AAP ve diğer yazarlar 24 aydan önce mobil cihaz kullanımını hiç önermezken böyle bir sonucun karşımıza çıkması çarpıcı ve kaygı vericidir (3,7,14,25).

Mobil medya cihazlarının hayatımızın her sahasında kullanım alanı bulması neticesinde çocukların da ilgili cihazlarla geçirdikleri vakit artmıştır. Mobil cihazlarla

geçirilen zamanların kalitesinin artırılması, zararlı etkilerin mümkün olabildiğince azaltılıp, yararlı etkilerden azami derecede faydalanılması için ailelere etkin rehberlikte bulunması gerekmektedir (14). Ailelere çocukların sağlığı ile ilgili kolay ve tesirli yönlendirmeler hekimler tarafından yapılabilir. Çalışmamızda ailelere mobil cihazların kullanımı ile ilgili hiç bir hekim tarafından bilgilendirildiniz mi sorusu sorulduğunda %91,5'i hayır yanıtını vermiştir. Bu sonuç bu konuda hekim duyarlılığının artırılması gerekliliğini göstermektedir. Çünkü sağlık hizmeti sunucularınca bu konunun önemi, alınacak tedbirler, mobil cihaz kullanımının muhtemel olumlu ve olumsuz tesirlerinin neler olduğu, zaman, mekân ve içerik denetiminin ehemmiyeti anlaşılmazsa topluma ve özelde ailelere net mesajlar verilemez. Öncelikle ailelerin çocuklarının sağlığı ile alakalı olarak temasta bulunduğu hekimler, hemşireler ve diğer sağlık sunucularının bu konuda bilgilendirilmesi zaruridir (27).

6. SONUÇLAR

1. Çalışmamızdaki çocukların %50,2'si kız, % 49,8'i erkekti.
2. Çalışmamızdaki çocukların yaş ortalaması 27,6 ay \pm 0,86 ay idi.
3. Çalışmamıza katılan ailelerin %87,5'inin aylık geliri 5000 TL'nin altında idi.
4. Yaş gruplarına göre bakıldığında 1-12ay arasındaki çocukların %4,9'unun, 13-24ay arasındaki çocukların %9'unun, 25-36 ay arasındaki çocukların %30,7'sinin, 37-48ay arasındaki çocukların %41,8'nin, 49-60ay arasındaki çocukların %43,1'nin en az bir tane mobil medya cihazına sahip olduğu görüldü. Çocukların medya cihazlarına sahip oluşlarına bakıldığında 25 aydan itibaren tablet sahibi olma sıklıklarının istatistiksel olarak anlamlı şekilde arttığı görüldü.
5. Çocukların en sık sahip olduğu mobil cihazın %15,8 sıklıkta tablet olduğu görüldü.
6. Ailelerin gelir düzeyi arttıkça evde tablet bulundurma sıklığı azaldığı saptandı. Ebeveyn eğitim düzeyi arttıkça tablet sahibi olma sıklığının da azaldığı saptandı.
7. Aileler çocuklarına mobil cihaz kullanma iznini %74,4 oranında günlük işlerini ve ev işlerini yaparken veriyordu.
8. Çocukların ilk defa mobil medya aygıtı kullanma yaşının ortancası 12 ay olarak saptandı.
9. Çocukların %24'ü hiç mobil cihaz kullanmamıştı.
10. Çocukların mobil cihazlarda en sık yaptığı aktivite %71 sıklıkta video izlemek (çizgi film, reklam, dizi) idi.

11. Ebeveynlerin %85,5'i cep telefonu ya da tabletine uygulama indirmişti. Ebeveynlerin %51,8'i cep telefonu veya tabletlerine çocukları için uygulama indirmişti. Ebeveynlerin %30'u cep telefonu veya tabletlerine çocukları için eğitici uygulama indirmişti.

12. Anne ve babaların eğitim düzeyi arttıkça indirilen eğitici uygulama sayısı da artış göstermişti.

13. Mobil cihaz kullanan çocukların %25,7'si aynı anda birden fazla cihaz kullanıyordu.

14. Ailelerin %91,5'i mobil cihazlar etkileri konusunda herhangi bir doktor tarafından bilgilendirilmemişti.

15. Mobil cihaz kullanan çocukların %22,3'ü bu cihazları kullanırken asla bir erişkinden yardım almıyordu.

16. 1-24 ay arasındaki çocukların %41,3'ü mobil cihazları kullanırken ya hiç yardım almıyordu ya da çok nadiren yardım alıyordu.

17. Çocukların yaşları arttıkça mobil cihaz kullanırken yardım alma sıklığının azalmakta olduğu görüldü.

18. Ebeveynlerin %87,4'üne göre mobil cihazlar aile içi etkileşimi azaltıyordu.

19. Çalışmamız ülkemizde de süt çocukluğu dönemi dahil bütün okul öncesi çocuklarda mobil medya cihazlarının yaygın olarak kullanıldığını, bu yaygınlığın gelir düzeyinden bağımsız olarak gerçekleştiğini göstermiştir.

7. KAYNAKLAR

1. Kabali H.K., Irigoyen M.M., Davis N.R., Budacki J.G., Mohanty S.H., Leister K.P., Bonner Jr R.L Exposure and Use of Mobile Media Devices by Young Children: *Pediatrics* 2015;136:1044-1050
2. Radesky J.S, Schumacher J., Zuckerman B. et al. Mobile and Interactive Media Use by Young Children: The Good, the Bad, and the Unknown. *Pediatrics* 2015;135:1-3
3. Hinkley T., Verbestel V. et al. Early Childhood Electronic Media Use as a Predictor of Poorer Well-being: *JAMA Pediatr.*2014;168:485-492
4. <https://www.statista.com/statistics/276623/number-of-apps-available-in-leading-app-stores/>
5. Kemp S. We are Social. 2016. URL: <http://wearesocial.com/uk/special-reports/digital-in-2016> [accessed 2016-03-27] [WebCite Cache ID 6gKPCmW4x]
6. Dinleyici M, Carman KB, Ozturk E, et al. Media Use by Children, and Parents' Views on Children's Media Usage. *Interact J Med Res.* 2016;5:e18.
7. Radesky J.S., Christakis D.A. Increased Screen Time Implications for Early Childhood Development and Behavior: *Pediatr Clin North Am.* 2016;63:827-39.
8. Wartella E, Rideout V, Lauricella AR, et al. Parenting in the age of digital technology. Chicago: Northwestern University Press; 2014.
9. Roseberry S, Hirsh-Pasek K, Golinkoff RM. Skype me! Socially contingent interactions help toddlers learn language. *Child Dev* 2014;85:956–70.
10. Kirkorian H, Choi K, Pempek T. Toddlers' word learning from contingent and noncontingent video on touchscreens. *Child Dev* 2016;87:405–13.

11. Anderson CA, Gentile GA, Buckley KE. Violent Video Game Effects on Children and Adolescents: Theory, Research and Public Policy. New York, NY: Oxford University Press; 2007.
12. Anderson CA, Bushman BJ. Effects of violent video games on aggressive behavior, aggressive cognition, aggressive affect, physiological arousal, and prosocial behavior: a meta-analytic review of the scientific literature. *Psychol Sci.* 2001;12:353-9.
13. Polman H, de Castro BO, van Aken MA. Experimental study of the differential effects of playing versus watching violent video games on children's aggressive behavior. *AggressBehav.* 2008;34:256-64.
14. Gentile DA, Reimer RA, Nathanson AI, Walsh DA, Eisenmann JC. Protective effects of parental monitoring of children's media use: a prospective study. *JAMA Pediatr* 2014;168:479-484.
15. Christakis DA. Interactive Media Use at Younger Than The Age of 2 Years: Time to Rethink The American Academy of Pediatrics Guideline? *JAMA Pediatr.* 2014;168:399-400.
16. Cox R, Skouteris H, Rutherford L, et al. Television viewing, television content, food intake, physical activity and body mass index: a cross-sectional study of preschool children aged 2-6 years. *Health Promot J Austr* 2012;23:58-62
17. Wen LM, Baur LA, Rissel C, et al. Correlates of body mass index and overweight and obesity of children aged 2 years: findings from the healthy beginnings trial. *Obesity* 2014;22:1723-30.
18. Falbe J, Willett WC, Rosner B, Gortmaker SL, Sonneville KR, Field AE. Longitudinal relations of television, electronic games, and digital versatile discs with changes in diet in adolescents. *Am J Clin Nutr* 2014;100:1173-1181

19. Karaagac AT. Undesirable Effects of Media on Children: Why Limitation is Necessary? *Indian Pediatr.* 2015;52:469-71.
20. Christakis DA, Garrison MM, Herrenkohl T, et al. Modifying media content for preschool children: a randomized controlled trial. *Pediatrics* 2013;131:431–8.
21. Salti R, Tarquini R, Stagi S, et al. Age-dependent association of exposure to television screen with children’s urinary melatonin excretion? *Neuro Endocrinol Lett* 2006;27:73–80.
22. Brockmann PE, Diaz B, Damiani F, Villarroel L, Núñez F, Bruni O. Impact of television on the quality of sleep in preschool children. *Sleep Med* 2015
Published online ahead of print: June 25, 2015
23. Pasek K. H, Zosh J.M, Golinkoff R.M et all: Putting Education in “Educational” Apps: Lessons From the Science of Learning. *Psychological Science in the Public Interest* 2015, Vol. 16 3–34
24. McQueen A, Cress C, Tothy A. Using a tablet computer during pediatric procedures: a case series and review of the “apps”. *Pediatr Emerg Care.* 2012;28:712–714
25. American Academy of Pediatrics. Children, adolescents, and the media. *Pediatrics* 2013;132:958-961.
26. Rideout V, Saphir M, Pai S, Rudd A. Zero to eight: Children’s media use in America 2013. *Common Sense Media.* Available at: <https://www.commonsensemedia.org/research/zero-to-eight-childrens-media-use-in-america-2013>
27. AAP Council On Communications And Media. Media and Young Minds. *Pediatrics.* 2016;138:e20162591

28. Jordan AB, Hersey JC, McDivitt JA, Heitzler CD.
Reducing children's television-viewing time:
A Qualitative Study of Parents and
Their Children. *Pediatrics*. 2006;118:e1303-10.
29. Anderson DA, Pempek TA. Television and Very Young Children. *American Behavioral Scientist* 2005; 48: 505-522
30. Kenneth R. Ginsburg. The Importance of Play in Promoting Healthy Child Development and Maintaining Strong Parent-Child Bonds. *Pediatrics* 2007;119:182-191
31. Cox R, Skouteris H, Dell'Aquila D, Hardy LL, Rutherford L.
Television viewing behaviour among pre-schoolers: implications for public health recommendations. *J Paediatr Child Health* 2013;49:E108-11.
32. T.C. Başbakanlık Aile ve sosyal araştırmalar genel müdürlüğü 2010. Türkiyede aile değerleri araştırması. http://ailetoplum.aile.gov.tr/data/54293ea2369dc32358ee2b25/kutuphane_61_turkiyede_aile_degerleri.pdf
33. Radesky J, Miller AL, Rosenblum KL, Appugliese D, Kaciroti N, Lumeng JC.
Maternal mobile device use during a structured parent-child interaction task. *Acad Pediatr*. 2015;15:238–244
34. Linebarger DL, Barr R, Lapierre MA, Piotrowski JT. Associations between parenting, media use, cumulative risk, and children's executive functioning. *J Dev Behav Pediatr*. 2014;35:367–377
35. Jago R, Stamatakis E, Gama A, et al. Parent and child screen-viewing time and home media environment. *Am J Prev Med*. 2012;43:150–158

36. Seyrek S, Cop E, Sinir H, Ugurlu M, Şenel S. Factors associated with Internet addiction: Cross-sectional study of Turkish adolescents. *Pediatr Int.* 2016 Aug 10. doi: 10.1111/ped.13117.
37. Chiong C, Shuler C; The Joan Ganz Cooney Center at Sesame Workshop. Learning: Is there an app for that? Investigations of young children's usage of learning with mobile devices and apps. Available at: http://dmlcentral.net/wp-content/uploads/files/learningapps_final_110410.pdf. Accessed September 2, 2016

