T.C.
ÇUKUROVA ÜNİVERSİTESİ
TIP FAKÜLTESİ
AİLE HEKİMLİĞİ ANABİLİM DALI

4-6 YAŞ ÇOCUKLARIN EKRAN KULLANIMININ, EBEVEYN EKRAN KULLANIMI VE AİLE İŞLEVLERİ İLE İLİŞKİSİ

DR. EMİNE ÇELİK

UZMANLIK TEZİ

TEZ DANIŞMANI
DOÇ. DR. SEVGİ ÖZCAN

Bu çalışma, Çukurova Üniversitesi Bilimsel Araştırma Projeleri tarafından TTU-2017-8506 proje numarası ile desteklenmiştir.

ADANA–2017

T.C.
ÇUKUROVA ÜNİVERSİTESİ
TIP FAKÜLTESİ
AİLE HEKİMLİĞİ ANABİLİM DALI

4-6 YAŞ ÇOCUKLARIN EKRAN KULLANIMININ, EBEVEYN EKRAN KULLANIMI VE AİLE İŞLEVLERİ İLE İLİŞKİSİ

DR. EMİNE ÇELİK

UZMANLIK TEZİ

TEZ DANIŞMANI
DOÇ. DR. SEVGİ ÖZCAN

Bu çalışma, Çukurova Üniversitesi Bilimsel Araştırma Projeleri tarafından TTU-2017-8506 proje numarası ile desteklenmiştir.

ADANA–2017

TEŞEKKÜR

Uzmanlık eğitimim ve tez çalışmam sürecinde bilgilerini ve desteklerini her zaman hissettiğim başta tez danışmanım ve hocam Doç. Dr. Sevgi Özcan'a, Prof. Dr. Nafiz Bozdemir'e, Prof. Dr. Esra Saatçı'ya, Prof. Dr. Ersin Akpınar'a ve Doç. Dr. Hatice Kurdak'a, uzmanlık eğitimimin ilk yarısını geçirdiğim Atatürk Üniversitesi Aile Hekimliği Anabilim Dalında öğretim üyesi olan değerli hocalarıma ve araştırma görevlisi arkadaşlarıma, yoğun eğitimim ve tez çalışmam boyunca sevgisini, desteğini ve sabrını daima hissettiğim değerli eşim Halil'e, anneme, babama ve zaman ayıramadığım biricik kızım Berfin Sema'ya, dostlukları ve yardımları için Aile Hekimliği Anabilim Dalının tüm araştırma görevlilerine ve personeline, projemizi destekleyen Çukurova Üniversitesi Rektörlüğü Bilimsel Araştırma Projeleri Fonu'na teşekkür ederim.

Dr. Emine ÇELİK

İÇİNDEKİLER

TEŞEKKÜR I
SİMGELER VE KISALTMALAR V
ÖZET VI
1. GİRİŞ 1
2. GENEL BİLGİLER 3
2.1. Ailenin İşlevleri ve Sağlık ile İlişkisi 3
2.1.1. Ailenin İşlevleri 3
2.1.1.1. Biyolojik İşlev 4
2.1.1.2. Psikolojik İşlev 5
2.1.1.3. Toplumsal İşlev 6
2.1.1.4. Eğitim İşlevi 8
2.1.1.5. Kültürel İşlev 8
2.1.1.6. Ekonomik İşlev 8
2.1.2. Aile Sağlık İlişkisi 9
2.2. Ekran Kullanımı 10
2.2.1. Tanım ve Tarihçe 10
2.2.2. Ekranın Sağlığa Etkileri: Yararları ve Zararları 12
2.2.2.1. Televizyon 12
2.2.2.2. Bilgisayar 15
2.2.2.2.1. İnternet 15
2.2.2.2.2. Dijital Oyunlar 17
2.2.2.3. Tablet Bilgisayarlar 18
2.2.2.4. Akıllı Telefonlar 19
2.2.3. Bağımlılık 19
2.2.3.1. İnternet Bağımlılığı 20
2.2.4. Ekran Kullanımı Konusunda Öneriler 22
2.2.5. Aile Hekimlerinin Ekran Kullanımı Konusunda Rolü 24
2.3. Çocuk Gelişimi Özellikleri 25
2.4. Aile İşlevleri ile Ekran Kullanımı İlişkisini İnceleyen Çalışmalar 28
3. GEREÇ VE YÖNTEM 32
3.1. Araştırmanın Tipi 32
3.2. Araştırmanın Evreni ve Örneklem Seçimi 32

3.3. Çalışma İçin Alınan İzinler 33
3.4. Veri Toplama Araçları 34
3.4.1. Bilgi Formu 34
3.4.2. Aile Değerlendirme Ölçeği (ADÖ) 34
3.5. Araştırmanın Uygulanması 37
3.6.Verilerin Değerlendirilmesi 37
4. BULGULAR 39
5. TARTIŞMA 56
5.1. Çocukların ekran kullanım süreleri nasıldır? Yaş, cinsiyet ve devam ettikleri okula göre ekran kullanım süreleri değişmekte midir? 56
5.2. Ebeveynlerin yaş, çalışma ve öğrenim durumlarına göre çocukların ekran kullanım süreleri değişmekte midir? 58
5.3. Ailelerin sosyodemografik özelliklerine göre çocukların ekran kullanım süreleri değişmekte midir? 59
5.4. Ailenin ekran kullanım alışkanlıklarına/kurallarına göre çocukların ekran kullanım süreleri değişmekte midir? 60
5.5. Ekran kullanımı konusundaki hekim önerisine göre çocukların ekran kullanım süreleri değişmekte midir? 62
5.6. Aile işlevleri ile aile bireylerinin ekran kullanım süreleri arasında ilişki var mıdır? 63
6. SONUÇ VE ÖNERİLER 65
6.1. Sonuçlar 65
6.2. Öneriler 67
7. KAYNAKLAR 68
EK-1: Bilgilendirme, Onam ve Anket Formu 75
AYDINLATILMIŞ ONAM FORMU 75
ANKET FORMU 76
EK-2: Etik Kurul Onay Formu 82

TABLOLAR

Tablo 1 Çalışmaya dahil edilen okulların öğrenci sayısı ve çalışmaya katılım yüzdeleri. 33
Tablo 2 Aile Değerlendirme Ölçeği Puanlama 36
Tablo 3 Çocukların yaş, cinsiyet ve devam ettikleri anaokuluna göre dağılımları 39
Tablo 4 Anne-babaların yaş, çalışma ve öğrenim durumlarının dağılımı 40
Tablo 5 Ailelerin sosyodemografik özelliklerinin dağılımı 41
Tablo 6 Ailelerin çocukları için aile hekimlerine başvuru durumları ve ekran konusunda hekim önerisi 42
Tablo 7 Ailedeki ekran kullanım alışkanlıkları ve kuralları 43
Tablo 8 Anne-baba dışında bakım verenler ve ekran kurallarını uygulama durumları 44
Tablo 9 Çocukların ekran kullanımına başlama yaşları 45
Tablo 10 Çocukların ekran kullanım süreleri 45
Tablo 11 Ebeveynlerin ekran kullanım süreleri 46
Tablo 12 ADÖ alt ölçeklerinin ortalama puanları 46
Tablo 13 Çocukların yaş, cinsiyet ve devam ettikleri okula göre ekran süreleri 47
Tablo 14 Anne-babaların yaş, çalışma ve öğrenim durumlarına göre çocukların ekran süreleri 48
Tablo 15 Ailelerin sosyodemografik özelliklerine göre çocukların ekran süreleri 49
Tablo 16 Ailenin ekran kullanım alışkanlıklarına göre çocukların ekran süreleri 51
Tablo 17 Ekran kullanımı konusunda hekim önerisi 53
Tablo 18 Aile işlevleri ve ekran süreleri arasındaki korelasyon analizleri 55

SİMGELER VE KISALTMALAR

AAP: Amerikan Pediatri Derneği (American Academy of Pediatrics)

ABD: Amerika Birleşik Devletleri

ADÖ: Aile Değerlendirme Ölçeği

ARPA: İleri Araştırma Projeleri Ajansı (Advanced Research Projects Agency)

ARPA-NET: İleri Araştırma Projeleri Ajansı Ağı (Defence Advanced Research Projects Agency Network)

BBC: İngiliz Yayın Şirketi (British Broadcasting Corporation)

CPS: Kanada Pediatri Topluluğu (The Canadian Paediatric Society)

DARPA: İleri Savunma Araştırma Projeleri Ajansı (Defence Advanced Research Projects Agency)

DSM: Ruhsal Bozuklukların Tanımsal ve Sayımsal El Kitabı

MOBİSAD: Mobil İletişim Araçları ve Bilgi Teknolojileri İş Adamları Derneği

SPSS: Statistical Package for Social Sciences

SRI: Stanford Araştırma Enstitüsü

SSBC: Sovyet Sosyalist Cumhuriyetler Birliği

TPD: Türkiye Pedagoji Derneği

TRT: Türkiye Radyo ve Televizyon Kurumu

TÜBİTAK: Türkiye Bilimsel ve Teknolojik Araştırma Kurumu

TÜİK: Türkiye İstatistik Kurumu

UC: California University

UCLA: California University Los Angeles

WWW: World Wide Web

ÖZET

4-6 Yaş Çocukların Ekran Kullanımının, Ebeveyn Ekran Kullanımı ve Aile İşlevleri ile İlişkisi

Amaç: Bu çalışmanın amacı okul öncesi çocukların ekran kullanım alışkanlıklarının ebeveynlerin ekran kullanım alışkanlıkları ve aile işlevleri ile ilişkisinin araştırılmasıdır.

Gereç ve Yöntem: Tanımlayıcı kesitsel tipteki çalışmada, gerekli izinler alındıktan sonra Adana Sarıçam ilçesindeki tüm anaokullarına tarafımızca oluşturulan anketler dağıtıldı. Sınıf öğretmenleri aracılığıyla ebeveynlere ulaştırılan anketlerden eksiksiz doldurulanlar (n=198) analiz edildi. Aile işlevleri "Aile Değerlendirme Ölçeği" ile değerlendirildi. Ekran süreleri, tablet, televizyon, cep telefonu ve bilgisayar karşısında geçirilen süreler toplanarak hesaplandı.

Bulgular: Çocukların %57,6'sının hafta içi, %76,3'ünün hafta sonu ekran kullanım sürelerinin iki saatin üzerinde olduğu saptandı. Çocuğun yaşının, annenin çalışma durumunun, anne-baba eğitiminin ve devam edilen okulun çocukların ekran sürelerini etkilediği bulundu. Ebeveynlerden %88,9'u ekran konusunda aile içi kurallarının olduğunu, %62,6'sı çocuklarının yemek yerken ekran karşısında olduğunu, %44,4'ü çocuklarının kendine ait bir ekranının olduğunu, %90,9'u aile veya çocuk hekimlerinden ekran kullanımı konusunda herhangi bir öneri almadıklarını bildirdi. Ekran konusunda aile içi kuralların olmamasının, çocukların kendilerine ait ekranlarının olmasının, hekimlerin ekran kullanımı konusunda öneride bulunmamasının çocukların ekran kullanım sürelerini arttırdığı saptandı. Çocukların ekran kullanım süreleri ile ebeveynlerin ekran kullanım süreleri arasında pozitif yönde orta derecede ilişki saptandı. Aile işlevleri ile çocukların ekran kullanım süreleri arasında ilişki bulunamadı.

Sonuç: Ebeveynlerin ekran kullanım alışkanlıkları ile çocuklarının ekran kullanım süreleri arasındaki güçlü ilişki göz önüne alındığında, bu yaş grubunda birçok teması olan aile hekimlerinin bunu fırsata çevirebilecekleri ve daha aktif rol alabilecekleri düşünülmüştür. Bu doğrultuda ülkemizde birinci basamağa yönelik hazırlanmış olan rehberlere ekran kullanımı konusunda danışmanlık hizmetinin eklenmesi bu konuda farkındalığı ve uygulanabilirliği arttırabileceği düşünülmektedir.

Anahtar Kelimeler: okul öncesi çocuk, ekran süresi, ebeveyn, aile işlevleri

ABSTRACT

Screen Usage of 4-6 Year-Old Children, and Its' Relation with Parental Screen Usage and Family Functions

Aim: The purpose of this study is to investigate the screen usage habits of pre-school children in relation to their parents' screen usage habits and family functions.

Materials and Methods: In this descriptive cross-sectional study, questionnaires were distributed to all kindergarden students in the Adana Sarıçam district after obtaining the necessary permits. Those filled out completely (n=198) from the questionnaires sent to the parents via class teachers were analyzed. Family functions were assessed by the "Family Assessment Scale". Screen durations were calculated by adding up the time spent on tablets, television, mobile phones and computers.

Results: It was determined that 57.6% of the children were using screens for over 2 hours during weekdays and 76.3% of them were using screens for over two hours on weekends. It was found that the child's age, mother's working status, parents' education and the children attending the school affected the screen time of the children. 88.9% of the parents said that there are domestic rules about the screen,62.6% of the parents reported that their children were facing the screen while eating, 44.4% of the children had their own screen, and 90.9% said they did not get any suggestions from the family physican or pediatrician about screen usage. It has been determined that the children having screens of their own and the lack of suggestions from physicians on screen usage increase children's use of screens. There was a moderate correlation in the positive direction between the screen usage times of the children and the screen usage times of the parents. There was no relationship between family functions and children's screen usage time.

Conclusion: Given the strong relationship between parental screen usage habits and children's screen usage times, it is thought that many family physicians who have many contacts with this age group, will be able to use this as an advantage and take a more active role. In this respect, it is thought that the addition of consultancy services to the screening of guides for the first step in our country may increase the awareness and applicability of this issue.

Keywords: preschool child, screen time, parent, family functions

1. GİRİŞ

Türk Aile Yapısı Özel İhtisas Komisyonu aile kavramını "kan bağlılığı, evlilik ve diğer yasal yollardan, aralarında akrabalık ilişkisi bulunan ve çoğunlukla aynı evde yaşayan bireylerden oluşan; bireylerin cinsel, psikolojik, sosyal ve ekonomik ihtiyaçlarının karşılandığı, topluma uyum ve katılımlarının sağlandığı ve düzenlendiği temel toplumsal birim" şeklinde tanımlamıştır.[1] Her türlü sosyokültürel dönüşüm aileyi etkilediği gibi aileden de etkilenmektedir. Ancak, toplumun değişen yapısına rağmen, aile kavramı halen tüm toplumlarda değerini ve önemini korumaktadır.[2]

Sağlıkla ilişkili davranış ve alışkanlıkların ilk ve temel süreci ailede başlamakta ve bireyin yaşama ilişkin algıları aile ortamında şekillenmektedir.[2,3] Kişilerin aile içi stresleri, aile içinde duygusal destek alıp almaması, herhangi bir hastalık durumunda diğer aile bireylerinin hekim ile iş birliği yapıp yapmaması gibi faktörler sağlık durumunu, mortalite ve morbiditeyi doğrudan etkileyebilmektedir.[4] Aile ilişkileri ve dinamikleri bireylerin sağlıklı bir şekilde var olması ile yüksek derecede ilişkilidir.[4]

Ekran kavramı ilk ekran olarak hayatımıza giren televizyonun yanı sıra günümüzde bilgisayar, tablet ve cep telefonlarını da kapsayacak şekilde kullanılmaktadır.[2] Son yıllarda tablet ve akıllı telefonların kullanımının artmasıyla ekran başında geçirilen süre çok artmıştır ve artmaya da devam etmektedir. Bilgi ve iletişim teknolojilerinin uzun süreli kullanımı birtakım fizyolojik ve psikososyal sorunlara da sebep olabilmektedir. Bu durumdan büyüme ve gelişme çağındaki çocuk ve ergenlerin daha fazla etkilendiği bilinmektedir.[3] Yapılan araştırmalarda, çocukların ve gençlerin cep telefonu, tablet gibi teknolojik aletleri sık kullanmaları sonucunda, gelişim gecikmesi, epidemik obezite, uyku bozuklukları, mental hastalıklar, saldırganlık, digital demans ve bağımlılıklar gibi sağlık sorunlarıyla karşı karşıya kaldıkları gösterilmiştir.[4] Bu nedenle çocukların ekranın zararlı etkilerinden korunması amacıyla ekran kullanımlarının belli sürelerle sınırlı tutulması önerilmektedir. Amerikan Pediatri Derneği (AAP- American Academy of Pediatrics), Kanada Pediatri Topluluğu (CPS- The Canadian Paediatric Society), Avustralya Sağlık Departmanı, Türk Pedagoji Derneği (TPD) gibi kurumların bu konuda tavsiyeleri bulunmakla birlikte bu önerilerin uygulamasında güçlükler olduğu da bilinmektedir.[5-27]

Ekran kullanımı ile ailesel bazı faktörlerin ilişkisini araştıran çalışmalara rastlansa da sayıları oldukça azdır ve bu çalışmaların çoğu okul ve ergenlik dönemine aittir.[7,11,13,15,19,21,22,25,28-34] Okul öncesi çocukların ekran kullanımının aile işlevleri ile ilişkisini değerlendiren bir çalışmaya ise rastlanmamıştır. Oysa günümüzde mobil cihazlara (tablet ve akıllı telefonlar) erişimin artmasıyla çocukların ekran kullanımı çok daha erken yaşlara inmiştir. Bu noktadan hareketle planlanan çalışmada 4-6 yaş grubu çocuklarda ekran kullanımının ebeveynlerin ekran kullanımı ve aile işlevleri ile ilişkisinin araştırılması amaçlanmıştır.

2. GENEL BİLGİLER

2.1. Ailenin İşlevleri ve Sağlık ile İlişkisi

Genelde aile denildiğinde anne, baba ve çocuklardan oluşan çekirdek aile anlaşılır. Ancak farklı bakış açılarıyla ailenin çeşitli tanımları yapılmıştır. Bell ailenin dört ayrı tanımı üzerinde durmaktadır. İlk tanım, aile üyelerinden birinin görüşüne dayanarak, onun duyguları ve düşünceleri aracılığıyla aileyi tanıma ile yapılır. Bu tanım psikiyatride daha çok kullanılır. İkinci tanım, aileyi çekirdek ve geniş aile yönüyle bir kurum olarak ele alan kültürel yaklaşımı içerir. Bu tanımda özel bir aile değil, kuramsal bir yaklaşım olarak aile kavramı ele alınır. Bu tanımlama daha çok sosyoloji ve sosyal psikoloji alanlarında kullanılmaktadır. Üçüncü tanımda ise aile çeşitli parçalardan oluşan bir sistem ve sosyal bir birim olarak ele alınır. Küçük grupların davranışları incelenirken sosyal psikoloji dalında kullanılır. Dördüncü tanımda ise aile toplumun değerleri ile sınırlanmış bir grup olarak kabul edilir. Kanunlar ile belirlenmiş kuralları olmakla birlikte, aileyi yöneten açık ve kapalı bazı yasalar da vardır.[35] Türk Aile Yapısı Özel İhtisas Komisyonu tarafından yapılan tanım bu dört tanımın hemen hepsini de kapsamaktadır: "Aile, kan bağlılığı, evlilik ve diğer yasal yollardan, aralarında akrabalık ilişkisi bulunan ve çoğunlukla aynı evde yaşayan bireylerden oluşan; bireylerin cinsel, psikolojik, sosyal ve ekonomik ihtiyaçlarının karşılandığı, topluma uyum ve katılımlarının sağlandığı ve düzenlendiği temel toplumsal birimdir".[1]

2.1.1. Ailenin İşlevleri

Aile işlevleri, bireylerin aile içinde alacağı rolleri belirler. Bu roller içinde yaşanılan topluma, ailenin çekirdek ya da geniş aile olmasına, bireylerin birbirinden rol beklentilerine göre değişir. Ancak belli başlı aile işlevleri tüm toplumlarda geçerlidir.[35]

Ogburn, ailenin temel işlevlerini yedi başlık altında incelemiştir. Bu başlıklar; ekonomik ihtiyaçları karşılamak, statü sağlamak, çocukların eğitimini planlamak, din eğitimi vermek, boş zaman faaliyetlerini gerçekleştirmek, aile üyelerinin birbirini koruması ve karşılıklı sevgi ortamı yaratmaktır.[36] Ackerman ise ailenin temel işlevlerini biyolojik, sosyal, psikolojik ve ekonomik işlevler olarak dört ana başlıkta incelemiştir.[37]

Türk araştırmacılardan Kır ise 2011'de yayınlanan çalışmasında daha geniş bir şekilde konuyu ele alarak; biyolojik işlev, psikolojik işlev, eğitim işlevi, toplumsal işlev, kültürel işlev ve ekonomik işlev şeklindeki başlıklar altında sunmuştur.[38]

2.1.1.1. Biyolojik İşlev

Evlilik ilişkisinin temelinde kadın ve erkeğin temel gereksinimlerinin karşılanması ve doyurulması bulunmaktadır. Cinsellik güdüsü biyolojik bakımdan cinsin devamını sağlayan bir ilgi, sosyal bakımdan bir kişiyi diğer kişiye yönelten bir eğilimdir.[38]

Evliliğin biyolojik işlevinin başında eşler arasında cinsellik güdüsünün meşru ve toplum tarafından kabul edilir bir şekilde doyurulması gelir. Bununla birlikte "çocuk yapmak, yetiştirmek ve kendi nesillerini üretmek" ihtiyacı da giderilmiş olur.[39] Ailenin neslin devamını sağlayan işlevi insanın yeryüzünde var olması ile başlamış olup, insanlık var oldukça da devam edecek bir işlevdir.[40] Aile kurumu, insanların cinsel gereksinimlerini meşru yoldan karşılaması, nüfusun artışını ve neslin devamını sağlayan biyolojik işlevini yerine getirmesi için nikah akdi ile sosyal ve yasal açıdan meşru zemin hazırlamaktadır.[38] Aile, nikâh sözleşmesi ile cinsel ihtiyaçları karşılamakta, çiftlerin birlikte yaşamasını meşrulaştırmaktadır.

Aile, toplumda nüfusun kaynağını oluşturması ve neslin devamını sağlaması açısından temel bir sosyal kurumdur. Bu işlev, eşlerin cinsel ihtiyaçlarını karşılamakla birlikte, kuşakların sürekliliğini de sağlamaktadır. Toplumda çiftlerin evlenme yaşları, çocuk yapmaları, çocuk, genç, orta ve yaşlı nüfusun dağılımı, erkek ve kadınların oranı, nüfustaki artış hızı gibi veriler ailenin, biyolojik işlevinin toplumun demografik yapısında önemli bir belirleyici olduğunu göstermektedir.[38]

Biyolojik işlevin koruyuculuk yönü de mevcuttur. Bebekler, doğduklarında korumasız, aciz her şeye muhtaç haldedirler. En aciz ve korunmaya muhtaç halde olunan zamanda, bebeklik ve çocukluk döneminde, en temel ihtiyaçların sağlandığı, bireyin besleyip, büyütüldüğü, barındırıldığı ve yetiştirildiği yer aile kurumudur.[38] Çevreden gelebilecek her türlü maddi ve manevi zararlardan korunulan yer ailedir. Aile neslin devamını sağlamakla hem kendi varlığını hem de insanlığın varlığını

korumaktadır.[2] Geleneksel toplumlarda çocuğun bakımı ve korunmasını büyüdükten sonra da aile üstlenmektedir. Ancak günümüzde bu görevin; sağlık, işsizlik, yaşlıların bakımı ve tüm toplumsal güvenlik gibi önemli bir kısmını devlet üstlenmektedir.[41]

2.1.1.2. Psikolojik İşlev

Aile üyeleri duygusal bağlarla birbirine bağlıdır. Çocukların biyolojik korumaya ihtiyacı olduğu gibi, psikolojik korumaya da ihtiyacı vardır. Bireyin yetiştirilmesi, sevgi, saygı ve sığınma gibi psikolojik gereksinimlerinin doyurulması da ailenin temel işlevlerindendir.[38]

Çocukların, üzülme, ağlama, öfkelenme, sevinme, oynama, şımarma, nazlanma, sığınma, sevgi, saygı gibi psikolojik ihtiyaçları da vardır.[38] Aile, çocuğun bu psikolojik ihtiyaçları için sıcak bir yuva oluşturur. Anne şefkatinin karşılandığı yer de ailedir. Bu şekilde çocuklar insanlığa yararlı sosyal bir şahsiyet olarak aile ortamında hazırlanır.

Sevgi ve güvenliğin en doğal kaynağı ailedir. Ailenin diğer işlevlerini toplumsal değişim etkilemiş ancak doğal olduğu için sevgi işlevi değişmemiştir.[41] Psikolojik bir gereksinim olarak 'sevgi' evlilik ilişkileri içinde ancak doyuma ulaşır, taraflar kendilerini eşlerine adar, acı ve tatlı yaşantılarını paylaşır ve birlikte vakit geçirmekten büyük bir haz duyarlar.[39]

Sevgi, çocuğun gelişiminde en önemli ihtiyacıdır. Çocuğun gözünün içine bakarak konuşmak, tebessüm etmek, dinlemek, birlikte vakit geçirmek, paylaşmak, dokunmak, onunla oyun oynamak, şakalaşmak, ilgilenmektir. Sevgi hoşgörüyü de barındırır. Fakat hoşgörü de sınırsız olmamalıdır. Sınırsız hoşgörü ile büyüyen çocuklar sosyal ilişkilerde bencil, sınır tanımayan, sabırsız, anlayışsız bir kişi olurlar.[42] Yapılan hatalar çocuğu sevgiden mahrum etme ile cezalandırılamaz. Hiçbir anne baba da çocuğunu sevgisizlikle cezalandırmak istemez.[42,43] Ancak tabi ki aşırı sevgiye boğulan çocuklar da sağlıklı yetişemez. Aşırı sevgi ile yetişen çocuklar daha bağımlı, edilgen, sorunlarını kendi başına çözemeyen güvensiz bir kişiliğe sahip olurlar.[42] Küreselleşen dünyamızda ailenin birçok işlevi değişmektedir ancak sevgi işlevi daima devam etmektedir.

Çocuğun öz saygı kazanması da ailenin psikolojik işlevi içindedir. Öz saygı ailedeki sevgi ortamı ve iyi bir eğitimin ürünüdür. Aile verdiği eğitimle çocuğun öz saygısının ilk temellerini oluşturur.[44] Aile bu işlevini gerçekleştirerek çocukta anne-babaya karşı derin saygının temellerini atar.

2.1.1.3. Toplumsal İşlev

Toplumun temeli ailedir. Birey toplum içinde gerçek kişiliğini ancak diğer bireylerle sosyal ilişkiler kurarak oluşturur. Bireye bu ortamı en iyi aile sağlar.[40]

Evlilikte eşler sosyal bir gereksinim olarak birlikte güven içinde yaşama, dayanışma içinde olduklarını hissetme, geleceğe daha güvenli bakabilme, toplumda bir yer edinebilme, birbirlerinden onur ve kıvanç duyabilme gibi 'bireyin destek, korunma ve yaşam gereksinimlerini de doyurma' olanağı bulurlar".[39] Aile ortamı bireyin sevildiği, sayıldığı, beğenildiği, sosyal güvenliğinin sağlandığı yerdir. Bunula birlikte; para kazandığı, geçimini sağladığı, beslendiği, barındığı ekonomik güvenliğinin temin edildiği bir yuvadır.[38] Çocuğu eğitmenin yolu ona önce güvenli bir ortam sağlamaktan geçer. Güven içinde bulunan kişi başkalarını sevme davranışında bulunur.[43] Birbirlerine karşılıklı güven ve sevgi duyan bireylerin oluşturduğu en etkin grup ailedir. O halde çocuğu eğitmek için aile, en ideal ortamdır.

İnsan, biyolojik varlık olarak dünyaya gelmekte, içinde yaşadığı toplumun değer ve normlarını benimseyip, öğrenerek, yaşam süreci içinde bir sosyal varlık haline dönüşmektedir.

Çocuğun kişiliğinin gelişmesi de aile ortamında başlar. Yaşanılan toplumun değerleri ailede öğrenilir. Aile, bilinçli ya da bilinçsiz ilk beş yılda cinsel rolleri, tuvalet eğitimi, küçükleri sevme, büyüklere saygı duyma gibi hayata dair birçok şeyi çocuğa öğretir. Bu dönem, çocuğun ilk toplumsallaştığı süreçtir.[41]

Sanayileşme ile birlikte eğitim sağlık kurumları ailenin bazı görevlerini devralmıştır. Diğer kurumlar gibi ailenin de görevleri azalmış ancak bu işlevler uzmanlaşarak derinleşmiş ve gelişmiştir.[45,46]

Sosyalleşme süreci bir sosyal olgu olarak bireyin doğumundan başlayarak toplum üyeliğini kazanmasında geçirdiği safhaların tümüne verilen addır.[47] Sosyalleşme de yüz yüze olduğu için en büyük rol anneye düşüyor gibi görülmektedir. Bununla beraber baba, kardeş, akraba ve ailenin yakınları bu konuda önemli bir rol oynar. Çocuğun sosyalleşmesinde ilk yıllardan itibaren aile etkili olurken, eğitim ve öğretim yaptığı okul ve sosyal ilişkilerde bulunduğu çevrenin etkisi de yadsınamaz.[40] Çocuğun kişiliğinin gelişimi ailede başlar ve insan kişiliğini ailede tamamlar. Aile kişiliğin geliştiği, şekillendiği, terbiye edici rolü ile temel bir alt kurum olarak üst grupları destekleyen besleyen bir güç merkezidir.[48]

İnsanların en önemli ihtiyaçlarından birisi de "ait olma" duygusunu tatmin etmektir. Bu ihtiyacın en güzel yaşandığı ve doyurulduğu yer ailedir. Özellikle aşırı bireyselleşmenin ön plana çıktığı çağımızda bu daha da önem kazanmıştır. Sıcak bir yuvada birlikte yaşamaktan hem ebeveynler hem de çocuk büyük zevk alır, doyum sağlar. Bu yuva geçmişte, bugün ve gelecekte de ailedir.[42]

Birey, kendini bir gruba bağlı hissetme, bir yere ait olma ihtiyacını, akran grubu, kulüp, parti, dernek, çete gibi sosyal gruplara üye olarak gidermeye çalışır. Ancak bireyin bu gereksinimini ve duygularını karşılayabilecek en doğal kurum ailedir. Aile bireyin birçok insani ihtiyaçlarını karşıladığı gibi bağlılık veya ait olma ihtiyacını da bu vesile ile karşılamış olur. Özellikle anne çocuğun en temel ihtiyacı olan beslenmesini sağlayarak aileye bağlılığın ilk düğümünü atar.[38]

Aile ortamında rastlantısal olarak hayatın akışı içinde boş zamanları değerlendirme öğrenilir. Ailenin çocuğa sağladığı boş zaman eğitimi, oyuncakların, araçların ve eylemlerin seçimine sağladığı katkı ile sağlanmaktadır. Ayrıca ortaklaşa eğlence ve zaman geçirme aile bağlarını güçlendirir.[41,49]

2.1.1.4. Eğitim İşlevi

Çocuğun eğitilmesi de ailenin işlevlerindendir. Her ne kadar sanayileşmiş toplumda bireylerin eğitimini devlet üstlenmiş olsa da her türlü eğitim ailede başlar ve eğitimin temelleri ailede atılır. Çocuk ailede aldığı eğitimle hayata hazırlanır ve yapacağı mesleği seçer.[2] Günümüz toplumunda okula giriş yaşı düşmüş, çıkış yaşı ise yükselmiştir.[50] Fakat yine de çocuğun eğitiminde ailenin aldığı temel görev devam etmektedir. Eğitim aileler ile eğitim kurumlarının iş birliği içinde yürümektedir.[51] Günümüzde yeniden şekillenen aileler eskiye oranla eğitim konusunda daha ilgili ve bilgilidir. Eğitimcilerle yakın iş birliği halinde olan ebeveynler kendilerine düşen eğitim görevini daha etkin biçimde yerine getirebilmektedir.[41]

2.1.1.5. Kültürel İşlev

Kültür; bir toplumun yaşam biçimi, maddi ve manevi değerlerinin bütünü, hayat deneyimlerinin bir birikimidir. Kültür, o toplumda bulunan bir insanın, öğrendiği bilgi, beceri, sanat, teknoloji, gelenek, görenek ve alışkanlıklarından oluşan karmaşık bir bütündür.[52,53] Kültürü, her kuşak bir sonraki kuşağa aktarır. Kültür aktarımının en önemli araçları, bilgi, deneyim ve dildir.[3,53] Çocuğun hayata dair ilk deneyimlerini kazandığı, ana dilini öğrendiği ve ilk bilgilerini edindiği yer de ailedir.

Kültür, toplumların ayakta kalmasını sağlayan temel dinamiklerdendir. Temel kültürel değer ve normlarını kaybetmiş toplumların uzun süre ayakta kalabilmesi olası değildir. Kültürün görevi, toplumu bir arada tutarak canlı ve dinamik kalmasını sağlamaktır. Toplumun çekirdeğini oluşturan, temel eğitimin verildiği bir sosyal kurum olarak aile, kültürel değerlerin ve normların ev ortamında birincil ilişkiler yoluyla öğretildiği yerdir.[53]

2.1.1.6. Ekonomik İşlev

Çağımız bilgi çağı olarak adlandırılmaktadır. Her türlü toplumsal faaliyette olduğu gibi ekonomide de yetişmiş bilgili ve donanımlı insanlara ihtiyaç vardır. Aile bireye temel bir bilgi kazandırmakla birlikte, sanayi toplumunda ihtiyaç duyulan bilgili ve donanımlı insan profili eğitim kurumlarında yetişmektedir. Bugün eğitimin en

önemli gayesi ekonomik sistemin ihtiyaç duyduğu beyin gücü ve iş gücünü yetiştirmektir. Ailenin görevi ise bireyin yetişmesi için gerekli alt yapıyı oluşturmaktır.

Aile çocuğu mesleğe yönlendirmek ve mesleki bilgi ve beceriyi edindirmekle de yükümlüdür. Birçok genç, mesleğini seçerken ailesinin etkisi altında kalır ve sunulan imkanlara göre mesleğini belirlemektedir. Ancak günümüzde ailenin bu işlevini de büyük çoğunlukta eğitim kurumları ve sanayi sektörü üstlenmiştir. Ancak ailenin bu konudaki katkısı halen devam etmektedir.[53,54]

İnsan kaynaklarını daha iyi değerlendirebilmek için, mesleki rehberlik mutlaka yapılmalı, çocuklara kendi yetenek ve kabiliyetlerini tanıma imkanı tanınmalı, meslek planlaması yapılarak çocuklar yetenekleri olan alanlara yönlendirilmelidir.[3,53] Ailenin görevi çocuğu tanıyarak onun yetişmesi için gerekli imkânları sunmak, destek sağlamak ve yol gösterici olmaktır.

2.1.2. Aile Sağlık İlişkisi

Toplumun değişen yapısına rağmen, aile kavramı halen tüm toplumlarda değerini ve önemini korumaktadır. Aile, bireyin sağlıkla ilişkili davranış ve alışkanlıklarının ilk şekillendiği yerdir. Sağlık bakımına aile temelli yaklaşım, sağlıktaki biyolojik, kişiler arası ve sosyal faktörler arasındaki etkileri vurgulayan biyopsikososyal modele dayanmaktadır. Kişilerin aile içi stresleri, aile içinde duygusal destek alıp almaması, herhangi bir hastalık durumunda diğer aile bireylerinin hekim ile iş birliği yapıp yapmaması gibi faktörler sağlık durumunu, mortalite ve morbiditeyi doğrudan etkileyebilmektedir.[4]

Aile ilişkileri, dinamikleri ve sosyal desteği bireyin sağlıklı bir şekilde var olması ile yüksek derecede ilgilidir. Evlilik ilişkileri sağlık üzerinde en güçlü etkiye sahiptir. Pozitif ilişkiler sağlık fonksiyonunu desteklerken negatif ilişkiler strese katkı koyarak istenmeyen sağlık sonuçlarına neden olur. Birçok epidemiyolojik çalışmada sosyal desteğin, özellikle aile kaynaklı olanın, daha iyi sağlık durumu ile ilişkili olduğu görülmüştür. Sosyolog James House ve arkadaşları Science dergisinde 1988 yılında yayınlamış olan bir çalışmayı gözden geçirmiş ve şu çıkarıma varmıştır: “Sosyal ilişkiler ve sağlık ile ilgili kanıtlar giderek, sigara içmenin birçok hastalık için mortalite

ve morbidite kaynağı veya risk faktörü olduğunu ortaya koyan 1964'deki Surgeon General raporundaki kanıtlara benzemektedir. Yaşa göre düzeltilmiş göreceli risk oranları, sigara içimi için rapor edilen tüm ölüm nedenlerine ilişkin göreceli risklerden daha güçlüdür."[4]

Evlilik ilişkilerinin kalitesi kronik tıbbi rahatsızlıkların prognozunu da etkileyebilmektedir. Evlilik kalitesi konjestif kalp yetmezliği sağkalımı için belirleyicidir ve evlilik stresinin kadınlarda koroner arter hastalığını kötüleştirdiğini gösterilmiştir. Eşleri ile paylaşımda bulunmayan erken evre meme kanseri olan kadınlarda, eşleri ile paylaşımda bulunanlara kıyasla daha yüksek oranda nüksettiği görülmüştür. Eşleri veya partnerleri ile ilişkilerindeki negativitenin son evre renal hastalığı olup diyaliz hastası olan kadınlardaki sağ kalımı kısalttığı gösterilmiştir.[4]

Aile ilişkileri sağlıklı davranışlar ve alışkanlıklarla da ilişkilidir. Sigara içimi, kötü beslenme ve obezite genellikle aile ilişkilerinden etkilenmektedir ve aile üyeleri birbirilerini negatif etkileyebilmektedir. Bu alışkanlıkları değiştirirken de ailenin dahil olması ve desteği çok önemlidir.[4]

2.2. Ekran Kullanımı

2.2.1. Tanım ve Tarihçe

Dilimize Fransızcadan giren ve Türk Dil Kurumu Sözlüğünde "üzerine bir cismin ışık yoluyla görüntüsü düşürülen, saydam olmayan düz yüzey, görüntülük" olarak tanımlanan ekran kelimesi günümüzde ilk ekran olarak hayatımıza giren televizyonun yanı sıra bilgisayar, tablet ve cep telefonlarını da kapsayacak şekilde kullanılmaktadır.[55]

İlk ekran olan televizyon, fikir olarak 1873 yılında İrlandalı bilim adamı Andrew May tarafından çalışılmış, Alman bilim adamı Paul Nipkow tarafından geliştirilmiş ve 1923 yılında Amerikan Jenkins, 1925 yılında ise İngiliz Logie Baird tarafından ilk deneme yayını gerçekleştirilmiştir.[56] İlk düzenli televizyon yayınını British Broadcasting Corporation (BBC) 2 Kasım 1936'da İngiltere'de başlatmıştır.[57] Türkiye'de ise 30 Ocak 1968'de Türkiye Radyo ve Televizyon Kurumu (TRT) yayın hayatına başlamıştır. Doksanlı yıllarda özel televizyon yayıncılığı başlamıştır.[58]

Televizyondan sonra en aktif kullanılan ekran olan bilgisayarlar ve onları cazip hale getiren şey ise internettir. İnternet ve "world wide web" Bush tarafından 1940'lı yıllarda yazılmış olan bir makaleye dayandırılmaktadır.[59] Bush, birinci dereceden diferansiyel denklemleri çözebilen mekanik bir bilgisayar geliştirmiştir. Bu araç ile Amerikan ordusu ve üniversiteler arasında bağ kurmuştur. Böylece hem Amerikan ordusuna destek sağlayan projelerin yürütülmesinde üniversiteler için büyük araştırma fonları oluşturulmasını hem de ordunun geliştirilmesini sağlamıştır.[60]

Amerika Birleşik Devletleri (ABD) ve Sovyet Sosyalist Cumhuriyetler Birliği (SSBC) arasında yıllarca süren soğuk savaş, internet teknolojisinin icat edilmesindeki en önemli sebeplerden biridir.[60] 4 Ekim 1957'de SSBC tarafından ilk uydu olan Sputnik yörüngeye yerleştirilmiştir. Buna karşılık olarak ABD Savunma Bakanlığı, Amerika'yı olası bir nükleer saldırıdan korumak için, Şubat 1958'de, Harvard ve Berkeley Üniversiteleri ile iş birliği yaparak İleri Araştırma Projeleri Ajansı'nı (ARPA-Advanced Research Project Agency) kurmuştur.[59] ARPA araştırma grubu, bilginin belli bir merkeze bağlı olmadan bir ağ sistemiyle akışını ve bu teknolojinin orduya en iyi şekilde uygulanabilmesini sağlamak için İleri Savunma Araştırma Projeleri Ajansı (DARPA- Defence Advanced Research Projects Agency) adı verilen yeni bir proje oluşturmuştur.[59] Yapılan araştırmalar ile herhangi bir merkezi olmayan ağın, olası bir nükleer saldırıya karşılık verebileceği sonucuna ulaşılmıştır. 1960'lı yıllarda, ordunun kullanımı için İleri Araştırma Projeleri Ajansı Ağı (ARPANET-Advanced Research Project Agency Network) projesi öneri olarak sunulmuştur. ARPA projesinin yöneticisi olan Eberhardt Rechtin, Stanford Araştırma Enstitüsü (SRI), California Üniversitesi (UC) Santa Barbara, California Üniversitesi Los Angeles (UCLA) ve Utah Üniversitesinden oluşan dört bağlantısı olan ve kendisine bağlı bilgisayarların olduğu bir projeye imza atmıştır.[61] Devam eden araştırmalarda, muhtemel bir savaş tablosunda iletişim ağlarındaki kesintiyi önlemek için bilgisayarların birbirine bağlanma olasılığını sorgulanmıştır.[62] İlk bağlantının kurulması ise 1969 yılına denk gelir. ARPANET'i oluşturan dört merkezin ana bilgisayarları arasında bağlantı yapılarak internet teknolojisinin temelleri atılmıştır.[62] 1970'li yıllarda bağlantı sayısı giderek artmıştır.

World Wide Web (www) terimi ilk olarak 1991'de Tim Barnes Lee tarafından ortaya atılmıştır.[63] Www sistemi, bilgiye ulaşmayı ve araştırma yapmayı daha kolay hale getirerek, ticari çevrelerin de internete yönelmesini sağlamıştır.

Türkiye'de ise Orta Doğu Teknik Üniversitesi ve Türkiye Bilimsel ve Teknolojik Araştırma Kurumunun (TÜBİTAK) ortaklaşa yürüttüğü proje ile 1993 yılında bağlantı sağlanmış ve bağlantıya TR-NET adı verilmiştir.[64]

Haziran 2017 verilerine göre dünya genelinde 3.835.498.274 kişi yani dünya nüfusunun %51'i internet kullanmaktadır.[65] Türkiye'de ise 2017 yılı 31 Mart verilerine göre, 46.282.850 kişi yani nüfusun %59,6'sı internet kullanmaktadır.[65]

Akıllı telefonlar ise 2007 yılından itibaren piyasaya sürülmüş ve insanlar tarafından hemen benimsenip, vazgeçilmez hale gelmiştir.[66] Türkiye İstatistik Kurumu (TÜİK) 2017 yılının ilk çeyreğinde güncellenen verilere göre Türkiye'de cep telefonu abone sayısı 75.724.413'tür.[67] İnternet abone sayısı ise 64.335.11'dir. Mobil İletişim Araçları ve Bilgi Teknolojileri İş Adamları Derneği'nin (MOBİSAD) verilerine göre 2016 yılının ikinci çeyreğinde 3,87 milyon cep telefonu satılmıştır ve bu cep telefonlarının nerdeyse tamamı akıllı telefon olmuştur.[68]

2.2.2. Ekranın Sağlığa Etkileri: Yararları ve Zararları

2.2.2.1. Televizyon

Evlerimizde yer eden ve bu yerleri gittikçe artan ekranların hayatımızda kaçınılmaz birçok etkisi vardır. Keyifli vakit geçirme araçları olarak kullandığımız ekranların zararları da söz konusudur. En büyük zararı ise çocuklar üzerinde olmaktadır.[27]

1990'lı yıllarda 1 yaş altı çocukların %17'si, 1 ila 2 yaş arasındaki çocukların 48'i, 2-3 yaş arasındaki çocukların %41'inin Amerikan Pediatri Derneğinin önerdiğinden daha fazla televizyon seyrettiği bildirilmiştir.[10] 2000'li yıllarda bu oran 1 yaştan küçük çocuklar için %50'nin üzerine, 1 ila 2 yaş arasındaki çocuklar içinse %100'e çıktığı görülmüştür.[23,69] Günümüzde bebekler doğumlarından 3 ay ila 9 ay sonra ekran başına geçmeye başlamakta, bir yaşlarına geldiklerinde ise küçük çocuklara yönelik programların düzenli seyircileri olmaktadırlar. Bebek seyirciler için üretilen televizyon programları ve videolar gün geçtikçe artmakta, hedef kitlesi bebekler olan tematik televizyon kanalları yaygınlaşmaktadır.[17]

Çocukların kaçınılmaz bir şekilde en çok maruz kaldığı ekran televizyondur diyebiliriz. Doğru kullanıldığında yararları da olabilen televizyonun aşırı kullanımında çocuklar üzerine birçok zararı vardır. Televizyon ekranında hızla akan görüntüler, gelişmekte olan çocuk beynini olumsuz etkilemekte dikkat problemleri ve odaklanma bozukluğuna yol açabilmektedir.[70] Üç yaş altındaki çocuklar tarafından televizyon izlenerek geçirilen her bir saat, çocuğun 7 yaşına geldiğinde dikkate dayalı bir problemi olma olasılığını %10 arttırmaktadır. Kimse seyretmiyorken televizyonun açık olması bile -ki bu dolaylı maruz kalmadır- dikkat dağılma nedeniyle hasar verebilmektedir.[20]

Çocuklar televizyon karşısında sürekli alıcı konumundadır. Televizyon izleyerek aşırı vakit geçiren çocuklar oyun kurma ve konuşma gereği duymadıkları gibi kitap okumak ve ders çalışmak gibi zihinsel çaba gerektiren işlerden de hoşlanmazlar. Dolayısıyla dil becerilerini geliştiremez ve başkalarıyla diyalog kuramaz, duygularını ve düşüncelerini doğru ifade edemezler.[71] Küçük yaşlardan itibaren aşırı televizyon izleyen çocuklarda geç konuşma ya da cümle kuramama sorunu görülebilmektedir. Okul çağına geldiklerinde ise derslere isteksizlik ve algılama sorunlarına yol açabilmektedir.[70]

Aşırı televizyon izleyen çocuklar kitap okuma alışkanlığı edinmelerini engelleyebilir ve okumaya ilgi duymamalarına neden olabilir.[29]

Medyada yapılan hazır gıda reklamları, çocukları sağlıksız beslenmeye itmekte ve aşırı televizyon izleme sonucu hareketsizlik de kötü beslenmeye eklenmektedir.[20] Bu da obeziteye zemin hazırlayıcıdır.

Çocukların televizyondaki şiddet içeriklerinden etkilendikleri de bir gerçektir. Dizilerde, filmlerde, haberlerde ve neredeyse her türlü yayında şiddet içerikli görüntüler yer almakta ve bunlar çocukların da izleyebileceği saatlerde yayınlanabilmektedir. Bu tür yayınlar, çocukların şiddeti sıradan ve yaygın olarak görmelerine sebep olmaktadır.[70]

Konya'da yapılan bir çalışma, haberlerin çocukları nasıl etkilediğini ortaya koymaktadır. İlköğretim birinci sınıfa giden 7 yaş civarındaki 174 öğrenciden "haber nedir?" sorusunu resim çizerek yanıtlamaları istendiği belirtilmektedir. Çocukların çizdikleri resimlerde çoğunlukla (%90'ın üzerinde) olumsuz imajlar gözlendiği

vurgulanmaktadır.[72] Doğal afetler, trafik kazaları, silahlı saldırı, yangın gibi olumsuz resimlerin çizildiği görülmektedir. Hatta elinde silah olan adamlar, yerde yatan ölmüş kanlı beden çizimleri bile gözlenmektedir.[72] Bu tür içeriklerin çocukların izleyeceği saatlerde yayınlanması, şiddeti sıradanlaştırmakta ve günlük hayatta olduğundan daha çok olumsuzluk olduğunu düşünmelerine sebep olmaktadır. Yine aynı çalışmada silahla öldürülmüş halde yerde yatan kişiyi erkek çocuklarının bir erkek, kız çocuklarının ise bir kadın olarak çizdikleri görülmektedir. Bu da çocukların izledikleri görüntüleri ne kadar içselleştirdiklerini ve masum zihinlerinin nasıl etkilendiğini göstermektedir.

Amerika'da yapılan bir çalışmaya göre; 4 yaş altındaki çocuklar tarafından televizyon izlenilerek geçirilen gün içindeki her bir saat için okula başladıklarında fiziksel şiddet içeren davranışlarda bulunma riski %9 artmaktadır. Televizyon izlemek mi şiddete yönlendiriyor yoksa şiddete eğilimli olanlar mı daha çok televizyon izliyorlar gibi bir belirsizliğe rağmen AAP gerçek hayattaki şiddetin %10-20'sinin medya şiddetine maruz kalmaya bağlanabileceğini öngörmektedir.[20]

Televizyondan iki yaşından önce tamamen kaçınılması en iyisidir. Ancak beş yaşından sonra bu katı hüküm geçerliliğini yitirmekte, bazı programların çocukların beyin performansını arttırabildiği görülmektedir.[20]

Televizyonun doğru ve bilinçli kullanılması ile olumlu etkileri de olabilir. Önder ve Dağal "Olumsuz içerikli programların yanı sıra; bazı televizyon programlarının çocukta istenen sosyal davranışı geliştirme, paylaşma, yardımlaşma duygusunu aşılama, zihinsel gelişim sürecini hızlandırma, erken, etkin ve çabuk öğrenmeyi geliştirme, bilinmeyen dünyaları keşfettirme, başka insanlarla duygudaşlık kurabilme, dil gelişimini hızlandırma gibi çocuğun birey olarak gelişimine büyük katkıları olduğu" yönünde görüş bildirmişlerdir.[73]

Mutlu ise özellikle etkileşimli televizyon yayıncılığının, yani izleyicinin yayın sırasında elindeki uzaktan kumanda cihazıyla içeriği seçme (örneğin bir şarkının seçimi), bilgi üretimine katılma (örneğin bir matematik probleminin çözülmesi), öyküye müdahil olma (örneğin herhangi bir film ya da dizinin karakterlerinden birinin davranışı, eylemi konusunda karar alma), görsel kompozisyonuna müdahale etme (örneğin bir konser yayınında görüş açısını değiştirme, bir futbol maçının naklen

yayınında istenen kameradan maçı izleyebilme) olanaklarını sağlayan teknolojik gelişmenin, çocukların öğrenmelerini kolaylaştıran ve eleştirel izleme becerilerini geliştiren programlar üretilmesi için yeni olanaklar sağladığı yönünde fikir bildirmektedir.[74]

2.2.2.2. Bilgisayar

2.2.2.2.1. İnternet

İnternet kullanımının yaygınlaşması dijital kültürleşme denilen süreci de beraberinde getirdi. İnternet kullanımı artınca da sağlıklı internet kullanımı ve patolojik internet kullanımı kavramları gündeme gelmiştir. Sağlıklı internet kullanıcıları, internetteki sanal iletişimle gerçek hayattaki iletişimi birbirinden ayırabilirler.[75] Patolojik internet kullanımı ise internet bağımlılığı kavramını ortaya çıkarmıştır. İnternet bağımlılığı, internet kullanımına sınırlayamama, sosyal veya akademik zararlarına rağmen kullanmaya devam etme ve internete ulaşımın kısıtlandığı durumlarda anksiyete duyma gibi belirtilerle kendini gösteren bir teknoloji bağımlılığı türüdür.[12] Bireylerin patolojik internet kullanımı ile psikososyal sağlıkları, ev ve işyerlerindeki olumsuz sonuçlar arasında ilişki olduğu görüşünü öne süren uzmanlar mevcuttur.[76-79] Ayrıca patolojik internet kullanımı ile psikososyal değişkenler (depresyon, sosyal izolasyon gibi) ve iş/evdeki olumsuz sonuçlar arasında ilişki olduğuna dair kanıtlar da belirtilmiştir.[80,81] Genel olarak patolojik internet kullanımı "bir insanın hayatında psikolojik, sosyal, okul ve/veya işle ilgili zorlanmalar yaratan internet kullanımı" olarak tanımlamak mümkündür.[82,83]

Patolojik internet kullanımı; internet hakkındaki takıntılı düşünceler, tolerans, dürtü kontrolünün azalması, internet kullanımını durduramamak ve yoksunluk belirtileri gibi belirtiler ile karakterizedir.[84] Morahan ve Schumacher'e göre internet bağımlılığı, dürtü kontrol bozukluğunun bir türüdür ve televizyon gibi kitle iletişim araçlarına olan bağımlılıklara benzer olmakla birlikte daha tehlikelidir.[78] Çünkü televizyon sadece evdeki boş zamanı doldurur. Buna karşılık internet aşırı kullanımı iş, okul ve oyunun içine girerek kişisel ilişkileri, aile ve iş ilişkilerini değiştirir.[78] Young'a göre patolojik internet kullanımı ölçütlerini; interneti düşünme, çevrimiçi değilken internette yapılan etkinliklerin hayalinin kurulması, gittikçe artan oranlarda internette kalma ihtiyacı,

internet kullanımını azaltmak için tekrarlı girişimlerde bulunma ve başarısız olma internet kullanımını azaltırken yoksunluk belirtileri gösterme, zaman yönetimi sorunları, internette planlanandan daha fazla zaman geçirme, çevresel sıkıntı (aile, okul, iş, arkadaşlar vb. ile), internette harcadığı zaman konusunda yalan söyleme, internette bulunduğu süre içinde duygu durum değişikliği yaşama şekilde sıralamak mümkündür.[85] Yapılan tüm tanımlar düşünüldüğünde internet bağımlığının bireyin günlük hayatını sekteye uğratacak kadar uzun süre internet kullanımı olduğu söylenebilir.

Prensky, dijital yerliler ve dijital göçmenler diye iki kavram ortaya atmıştır.[86] Dijital yerliler, 1980 ve sonrasında doğan, y ve z kuşağı olarak adlandırılan nesilden oluşmaktadır ve bu nesli "Millennials (binyılın öğrencileri), Digital Natives (dijital yerliler), Net Generation (internet nesli), The Gamer Generation (oyun nesli), Next Generation, N-generation (yeni nesil), Cyber Kids (siber çocuklar), Homo Zappiens (zaplayan insan), Grasshopper Mind (çekirge zihin)" şeklinde isimlendirenler de olmuştur.[87] Dijital göçmenler ise, 1980 öncesinde doğmuş olan, x kuşağı olarak adlandırılan ve dijital dünyanın içerisinde doğmamış olup sonradan uyum sağlamaya çalışan nesildir.

Dijital yerli olarak nitelendirilen nesil, bazı kaynaklarda, 1977-1994 arasında doğan ve 'y' kuşağı olarak tanımlanan kuşak ve 1999'dan sonra ortaya çıkmış olan 'z' kuşağından oluşmaktadır. 1977 öncesinde doğmuş olanlar ise x kuşağı olarak tanımlanmaktadır.[12] Böylelikle 'z' kuşağının ebeveynleri 'x' ve 'y' kuşaklarından oluşacaktır; ancak 'y' kuşağının 'z' kuşağıyla daha fazla ilişkide olacağı gelecek zamanda aradaki iletişimsel uçurumun azalacağı öngörülebilir.

Dijital yerliler kendilerinden önceki nesillerden farklı bazı özelliklere sahiptirler. Bu özellikler; bilgiye hızla erişmek isterler, metin yerine grafiği tercih ederler, bir makaleyi baştan sona doğrusal bir biçimde okumak yerine kapsül halinde rastgele okumayı tercih ederler, ciddi çalışmalar yerine oyunları tercih ederler, bilişsel yapıları sıralı değil paraleldir, aynı anda birçok işi yapmak isterler, keşfederek öğrenmek isterler şeklinde sıralanabilir.[88] Bu sıralanan özelliklere bakıldığında dijital yerliler için bilgiye erişimde; hız, görsellik ve eğlence ön plandadır diyebiliriz. Veriye hızlı ulaşmak ve bunun görselliğinin zengin, mümkünse kısa ve paket veriler halinde olmasını

istemektedirler. Oyun ve eğlence içerikli sayfalarda daha çok zaman geçirmeye yatkın oldukları söylenebilir. Aynı anda birçok konu ile ilgilendikleri için uzun süre aynı konuya odaklanmadıkları ya da odaklanamadıkları da söylenebilir.[88]

2.2.2.2.2. Dijital Oyunlar

Dijital oyun kullanımı günümüzde her yaş grubu tarafından tercih edilmekte ve erken çocukluk döneminde de kullanılmaya başlandığı görülmektedir. Erken çocukluk döneminde dijital oyun kullanımı genelde çocuğun çevresindeki yetişkinlerin sunumuyla gerçekleşmektedir. Dijital oyun kullanımının yaşlara göre sınıflandırıldığı ve yapılan kategoriler incelendiğinde dijital oyunların bir yaşına kadar kategoriye indirgendiği ancak kullanım yaygınlığının beş yaşında en üst düzeyde olduğu görülmektedir. Dijital oyun kullanım yaygınlığında çocukların bakımıyla ilgilenen yetişkinlerin rolünün önem vurgulanmaktadır. Dijital oyunların çocuklar üzerinde olumlu etkileri de olduğu belirtilmektedir. Örneğin verilen komutları takip edebilme, el-göz koordinasyonu, motor yeteneklerde ilerleme olması gibi yeterlilikleri desteklediği görülmektedir. Bununla birlikte çocukların problem çözebilme, mantık yürütebilme, analiz yapabilme ve karar verme becerilerini arttırdığı, (Kim ve Smith, 2015) aynı zamanda da strateji ve tahmin edebilme yeterliliklerini desteklediği belirtilmektedir. Dijital oyun kullanımının teknolojik bilgi ve becerinin geliştirilmesinde önemli bir araç olduğu, özellikle çocukların dijital oyun araçlarını etkili bir şekilde kullanmalarının çocukların teknoloji kullanımını üst düzeye çıkardığı saptanmıştır. Dijital oyunlara gelen en önemli eleştirilerden biri oyunların sadece bir eğlence ve vakit geçirme aracı olarak algılanmasıdır. Ancak yapılan araştırmalar bu eleştirinin neredeyse tamamen geçerliliğini yitirdiğini ve insanları cezbeden dijital oyunların artık birincil öğrenme aracı olarak kabul gördüğü yönündedir. Bu konuda, Eastern Virginia Üniversitesi Medical School'da görevli Psikiyatri Profesörü Olafur Palssonl ve NASA Araştırma Merkezi'nden Alan Pope, dikkat dağınıklığı problemi olan çocuklarda bilgisayar oyunları ile tedavi sağladıklarını bildirmektedirler. Stres altında sakin kalma becerisini geliştirmek için de stresli ve hızlı bilgisayar oyunlarından fayda sağlanabilmektedir.[89]

Olumsuz yönlerine bakacak olursak; çocukların ekran bağımlılığı ve dijital oyuna ayrılan sürenin uzamasının, akranları ile yüz yüze iletişimlerinin azalmasına yol açtığı, grup oyunlarının azalmasına ve tek başına oynanan oyunların artmasına neden olduğu

düşünülmektedir. Dijital oyunların eğlenceli, merak uyandıran ve pedagojik değeri olmasına karşın birçoğunun şiddet içeriğine sahip olduğu saptanmıştır. Şiddet içeren dijital oyunlarda sürekli olarak şiddetin bir sorun çözme aracı olduğu mesajı verilmekte, amaca ulaşmak, yenmek, daha fazla kişiye hükmetmek için her yolun kullanılması gerektiği mesajını içermektedir. Bununla birlikte dijital oyunlar çocukların fazla enerji gerektirmeden bireysel zaman geçirmelerine neden olmakta ve çocukların pasif alıcılar olmalarına ve çocuğun çevresi ile temassızlığına yol açmakta ve bu durum ebeveynler ile çocuklar arasında disiplinle ilgili tartışmalara yol açabilmektedir. Çocukluk çağı obezitesinin bilgisayar oyunu oynayanlarda oynamayanlara göre üç kat daha fazla olduğu bildirilmektedir.[20]

Bilgisayar başında oturmaktan dolayı karpal tünel sendromu, kuru göz, baş ağrısı, sırt ağrısı, yeme sorunları, uyku sorunları, kişisel temizlikte eksiklikler, içe dönüklük-kaçınganlık gibi problemlerin de ortaya çıktığı görülebilmektedir.[90]

2.2.2.3. Tablet Bilgisayarlar

Uzun yıllar boyunca bilgisayarların çocuklar için soyut kavramlar içermesinden, öğretmenin rolünü en aza indirgemesinden, çocukların iş birliği içinde çalışmasını engellemesinden ve gelişimsel olarak uygun olmayan programların kullanılmasından dolayı okul öncesi çocukların bilgisayar kullanması fikri akademik çevrelerce desteklenen bir fikir olmamıştır.[91] Ancak son yıllarda yapılan bazı çalışmalarda konuya ilişkin olumlu sonuçlara da ulaşıldığı görülmüştür. Okul öncesi dönemde bilgisayarla etkileşime girmenin kavram gelişimini ve bilişsel gelişimi olumlu etkilediğini ifade eden çalışmalar vardır.[92,93] Ayrıca çocuklar öğretmenden bağımsız çalışabildikleri ikili gruplar oluşturarak çalıştıklarında akran öğretimi fırsatından da yararlanabilmektedir.[32] Dokunmatik ekranlı araçların kullanılmasının genel anlamda olumlu etkileri olduğunu ve eğitimsel amaçlara ulaşmayı kolaylaştırdığını ortaya koyan çalışmalar da mevcuttur.[94,95]

2.2.2.4. Akıllı Telefonlar

Her ne kadar her yaştan herkes akıllı telefon kullanıcısı olabilirse de akıllı telefon kullanımına en çok uyum sağlayanlar Y ve Z kuşağında yer alan bireylerdir. 1977- 1994 arası doğanlar Y Nesli olarak adlandırılırken, bu kuşakta yer alan bireyler oldukça entelektüel ve teknolojiye yatkın niteliktedir.[96] 1995 sonrası doğanlardan oluşan Z nesli ise oldukça komplike medya ve bilgisayar çevresinde yetişmiş, interneti daha fazla kavramış ve içselleştirmiş ve Y nesline göre daha uzman niteliktedir. Bu iki kuşak akıllı telefon kullanımında öne çıkmaktadır.[97] X kuşağı daha geleneksel kalsa da o kuşakta da akıllı telefon kullanımı artmaya başlamış ve akıllı telefonlar her geçen gün nerdeyse tüm kuşakların gözde kullanım aracı haline dönüşmüştür.

Sonuç itibariyle çocuklar ve gençlerin ekranları çok sık kullanmaları sonucunda araştırmalara dayanan ciddi ve yaşam kalitesine bozan; gelişim gecikmesi, epidemik obezite, uyku bozuklukları, mental hastalıklar, saldırganlık, digital demans ve bağımlılıklar gibi sağlık sorunları yaşadıkları görülmüştür.[22,98] Dünya Sağlık Örgütü cep telefonu ve diğer kablosuz aletleri kategori 2B riskinde, olasılıklı karsinojen olarak tanımlamaktadır.[99]

2.2.3. Bağımlılık

Bağımlılık, bir madde ya da davranışı kullanmayı bırakamama veya kontrol edememe şeklinde tanımlanabilmektedir. Bireyler sigara, alkol, uyuşturucu gibi birçok maddeye bağımlı olabilirler. Ancak bağımlılık denince akla sadece sigara, alkol, uyuşturucu vb. madde bağımlılıkları gelmemeli, bunun yanında fiziksel bir maddeye dayanmayan, davranış tabanlı yeme bağımlılığı, oyun bağımlılığı, seks bağımlılığı, bilgisayar bağımlılığı, televizyon bağımlılığı, alışveriş bağımlılığı, internet bağımlılığı vb. bağımlılıklardan da söz edilebilir.[100,101] Hem alkol, sigara gibi madde bağımlılığında hem de yeme, seks, internet gibi davranış bağımlılıklarında; davranış ya da eylemi kontrol edememe ve olumsuz sonuçlarına rağmen davranış ya da eylemin süreklilik arz etmesi bağımlılık kavramı için ortak özellikler olarak gösterilebilir.[102]

Davranış tabanlı bağımlılıklar; yeme, kumar, seks vb. bağımlılıkların yanında insan-makine etkileşiminin kurulduğu teknolojik bağımlılıkları da kapsamaktadır.

Davranış tabanlı bağımlılıklar kapsamında incelenen teknoloji bağımlılıklarında birey, pasif (örneğin televizyon) ya da aktif (örneğin bilgisayar oyunları) durumda olabilmektedir. Teknoloji araçlarının sahip olduğu ve etkileşim olanağı sağlayan ses, görüntü vb. etkiler bağımlılık eğilimini arttırabilmektedir.[103] Teknoloji bağımlılıkları kapsamında medya bağımlılığı, televizyon bağımlılığı, cep telefonu bağımlılığı, bilgisayar ve internet bağımlılığı gibi bağımlılıklar ele alınabilmektedir. Özellikle internetin yaşamdaki yerinin ve öneminin giderek artması nedeniyle, oluşturduğu etkiler diğer bilgi ve iletişim teknolojilerine oranla daha çok önem taşımaktadır ve literatüre en çok giren teknolojik bağımlılık türü olduğu için aşağıda kısaca bahsedilmektedir.

2.2.3.1. İnternet Bağımlılığı

Türkçe'de çoğunlukla "internet bağımlılığı" olarak kullanılan bu kavram, uluslararası alanyazına ilk kez Dr. Ivan Goldberg'in 1995 yılında göndermiş olduğu şaka amaçlı bir maille girmiştir.[89] Uluslararası alanyazına ilk kez "internet addiction" adıyla giren bu kavram daha sonraları farklı araştırmacı ve klinisyenler tarafından farklı kavramlarla adlandırılmıştır. Bu kavramlar "internet dependency (internet bağımlılığı)", "pathological internet use (patolojik internet kullanımı)", "problematic internet use (problemli internet kullanımı), "excessive internet use (aşırı internet kullanımı)", "internet abuse (internet istismarı)", vb. şekillerde ifade edilmektedir. Young ve Goldberg, öncelikle "internet addiction" kavramını kullanmış ancak daha sonraki çalışmalarda klinik bir kavram olmamasından dolayı "internet addiction" yerine klinik bir kavram olan "pathological internet use" kavramını kullanmışlardır. Öyle ki diğer araştırmacılar tarafından da "addiction" kavramı yerine "problematic" ve "pathological" kavramlarına yönelim olduğu söylenebilir. Temelde tüm bu kavramlar benzer olarak kullanılmakta olup, çıkış noktası olarak aşırı ve problemli internet kullanımı kapsamında ele alınabilmektedir.[82,104]

Kişilerin internet bağımlılığı düzeylerinin ve internet bağımlısı olup olmadıklarının ölçülmesi ile ilgili farklı ölçüm şekillerinin ve yaklaşımlarının bulunduğu görülmektedir. Örneğin; Young internet bağımlılığını bir testle ölçerken, Cengizhan ise bağımlılığı ifade eden maddelerden oluşan ölçek aracılığı ile ölçmeyi tercih etmiştir.[9,76] Beard ölçek kullanmak ya da haftalık internet kullanım süresini dikkate almak yerine, bağımlılık ölçeklerinde yer alan soruları açık uçlu sorulara

çevirerek oluşturduğu klinik görüşme formunun kullanılmasını önermektedir.[82] Thompson kişinin kendisini internet bağımlısı hissedip hissetmediğini temel almaktadır.[105] Brenner ise haftada 40 saatten fazla internet kullananları bağımlı olarak kabul etmektedir.[106,107]

Ruhsal Bozuklukların Tanımsal ve Sayımsal El Kitabı'nda (DSM-IV) internet bağımlılığı bir hastalık olarak tanımlanmamakta, "Başka Yerde Sınıflandırılmamış Dürtü Kontrolü Bozuklukları" içinde yer alan "patolojik kumar oynama" arasında değerlendirilmektedir.[108] 2013 yılında yayınlanan DSM-V'de internet bağımlılığı kategorisinin yer almadığı görülmekte, buna karşın internet oyun bağımlılığının kendisine yer bulduğu dikkat çekmektedir.[87]

Young ise bağımlı internet kullanımını, "sarhoş edici bir madde alımını içermeyen bir dürtü kontrol bozukluğu" şeklinde tanımlamakta ve "patolojik kumar oynamaya" benzetmektedir. Young' a göre internet bağımlıları, internetle ilgili kaygı duymakta (örneğin, daha önceki çevrimiçi faaliyetleri düşünmek ya da gelecekte çevrimiçi zamanla ilgili beklenti içine girmek); tatmin olmak için interneti gittikçe artan süreler boyunca kullanmakta; internet kullanımını kontrol etmek, kesmek ya da durdurmak için başarısız ve tekrarlayan girişimlerde bulunmakta; internet kullanımını azaltmaya çalıştığında rahatsızlık, ruh halinde değişkenlik, depresyon ya da huzursuzluk hissetmekte; baştaki niyetten farklı olarak daha uzun süre çevrimiçi kalmakta; önemli ilişkilerin, işlerin, eğitim ya da kariyer imkanlarının internet kullanımı yüzünden tehlikeye girmesini ya da bunları kaybetme riskini yaratmakta; aile üyelerine, terapistlere ya da diğer kişilere internetle olan bağın kapsamını gizlemek için yalan söylemek ve interneti, sorunlardan kaçmak ya da hoşa gitmeyen bir ruh halinden (örneğin, umutsuzluk, suçluluk, kaygı ve depresyon hissi) kurtulmak için kullanmak gibi örüntüler sergilemektedir.[76] Young'ın internet bağımlılığı için tanı ölçütleri şu şekilde sıralanabilir:

1. İnternetle aşırı zihinsel uğraş (sürekli olarak interneti düşünme, internette yapılan aktivitelerin hayalini kurma, internette yapılması planlanan bir sonraki etkinliği planlama vb),
2. İstenilen keyfi almak için giderek daha fazla oranda internette kalma ihtiyacı duyma,

3. İnternet kullanımını kontrol etme, azaltma ya da tamamen bırakmaya yönelik başarısız girişimlerin olması,
4. İnternet kullanımının azaltılması ya da tamamen kesilmesi durumunda huzursuzluk, çökkünlük ya da kızgınlık hissetme,
5. Başlangıçta planlanandan daha uzun süre internette kalma,
6. Aşırı internet kullanımı nedeniyle aile, okul, iş ve arkadaş çevresiyle sorunlar yaşama, eğitim ve kariyer ile ilgili bir fırsatı tehlikeye atma ya da kaybetme,
7. Başkalarına (aile, arkadaşlar, terapist vb) internette kalma süresi konusunda yalan söyleme,
8. İnterneti problemlerden kaçmak ve olumsuz duygulardan (örn: çaresizlik, suçluluk, çökkünlük, kaygı) uzaklaşmak için kullanma[89]

Bu ölçütlerden dört tanesinden fazlasını taşıyanların internet bağımlılığı riski taşıdığını göstermektedir.[60] Bununla birlikte günde en az 2-3 saat internet kullanımı da sorgulanmalıdır.[60] Yapılan bazı çalışmalarda ise internet kullanım saatinin önemli olmadığı bunun yerine internette harcanan zamanın, günlük yaşamı aksatıp aksatmadığını temel alan ölçekler de geliştirildiği görülmektedir.[109]

2.2.4. Ekran Kullanımı Konusunda Öneriler

TPD'nin 2015 yılı Mart ayında yayınlanan makalesine göre çocuklar için önerdiği ekran süreleri şöyledir: (Burada bahsedilen ekran sürelerine tablet, telefon, bilgisayar ve televizyon dahildir)

0-3 yaş: Olabildiğince ekrandan uzak tutulmalıdır, ekran başında vakit geçirmemelidir.

3-6 yaş: Günlük toplam süre 20-30 dakikayı geçmemelidir.

6-9 yaş: Günlük toplam süre 40-50 dakikayı geçmemelidir.

9-12 yaş: günlük toplam süre 60-70 dakikayı geçmemelidir.

12 yaş üzeri: Günlük toplam süre 120 dakikayı geçmemelidir.[27]

Çocukların ekrana olan ilgisini arttıran en önemli faktörlerden biri de sanal oyunlardır. TPD'nin bu konudaki önerisi 6 yaş öncesi çocukların sanal oyunlarla tanışmaması yönündedir.[27] Sanal oyunlarla tanışma yaşı 7 yaş olarak bildirilmiş, çocukların sanal oyun oynamalarına sadece okulun olmadığı günlerde ve tatil dönemlerinde müsaade edilmesi ve günde 2 saat ile sınırlandırılması önerilmiştir.[27]

Çocukların internet kullanımı için önerilen yaş ise yine 7 yaş civarıdır.[27] TPD'nin sosyal medya kullanımı için önerisi ise 16 yaştır.

AAP iki yaşından küçük çocukların hiç ekran ile karşılaşmamalarını, daha büyük çocukların ise günde en fazla iki saat ekrana zaman ayırmalarını önermektedir. Ayrıca ev içinde mutlaka ekran ile ilgili kurallar olmasını ve çocukların yatak odalarında hiçbir elektronik cihazın bulunmamasını önermektedir.[5] Kanada Pediatri Topluluğu okul öncesi çocukların günlük televizyon izleme sürelerinin en fazla 1 saat olması gerektiği yönünde görüş bildirmiştir.[6] Avustralya Sağlık Departmanı ise 2 yaşından önce sıfır televizyon, 2-5 yaş arasında ise günde en fazla 1 saat televizyon izlenebileceği önerisinde bulunmuştur.[11]

Çocukların televizyon programlarından olumsuz etkilenmemesi için ailelerin bazı noktalara dikkat etmesi gerekmektedir. Bunlar; Ertürk'ün çalışmasında şu şekilde özetlenmiştir:

1. Televizyon izleme davranışını günde bir-iki saatle sınırlandırmak,

2. Televizyonda neyi seyrettiğinden haberdar olmak için içerikleri kontrol etmek,

3. Televizyonda gördüğü ve anlayamadığı şeyleri açıklamak

4. Televizyon önünde yalnız kalmasını önlemek,

5. Televizyonu bir ödül ceza aracı olarak görmemesine zemin hazırlamamak,

6. Televizyondan bir çocuk bakıcısı olarak yararlanmasına fırsat vermemek,

7. Televizyon izleyerek bütün boş zamanını doldurmasına izin vermemek,

8. Televizyonda sadece reklam ve video kliplerle uyarılmasına izin vermemek,

9. Televizyon eşliğinde yemek yeme alışkanlığını kazandırmamak,

10. Televizyonda izlediği belirlenmiş programın bitiminde televizyonu kapatmak.[16]

Ebeveynler internet ve bilgisayar konusunda bilgili olmalıdır. Bilgisayarlarına internet filtresi koymalı ve bu filtre sık sık yeni çıkanlarla değiştirmelidirler. Bilgisayar ev içinde açık bir alanda bulundurulmalıdır; çocuğun kendi odasında bulunmamalıdır. Ebeveynler de söylediklerinden çok yaptıklarının taklit edildiğini unutmamalı ve ekranlar konusunda, bağımlılık noktasında kendilerini gözden geçirmelidirler.[90]

2.2.5. Aile Hekimlerinin Ekran Kullanımı Konusunda Rolü

Disiplinin ilkeleri doğrultusunda aile hekimleri, uygun ve etkili girişimlerle sağlık ve iyilik durumunu geliştirirler.[110] Bu bağlamda bakıldığında, çocuklarda ekran kullanımının önerilenden fazla olması çeşitli sağlık problemlerine yol açabildiği için, aileleri bu konuda bilinçlendirmek, bilgilendirmek ve hatta gerekiyorsa eğitim vermek aile hekimlerinin görev tanımı içine girmektedir. Aile hekimlerinin bunun için sayısız fırsatı da olmaktadır. Aile hekimleri anne adaylarına daha hamilelik öncesinde prekonsepsiyonel bakım uygulayarak dünyaya gelecek olan çocuğun sağlığını gözetir. Gebelik döneminde anne ve bebeği izlemlerle takip eder. Bebek doğduktan sonra yine belirli aralıklarla çocuğu takibe alır. Beslenme konusunda bilgilendirme, boy-kilo-baş çevresi takibi, aşıların yapılması nedeniyle aile hekimleri ebeveynlerle pek çok kez temas kurmaktadır. Hekimler bu temasları fırsata çevirerek ebeveynlere ekran kullanımı konusunda danışmanlık verebilirler.

Türkiye'de bebek-çocuk-ergen izlem protokollerine bakıldığında, çocukların yaşına göre bebek bakımı, emzirme, ev kazalarından korunma, taşıt güvenliği, yaşına göre beslenme, üreme sağlığı gibi birçok konuda danışmanlık hizmeti verilmesinin önerildiğini görülmektedir. Ancak çocuklar ve ekran konusunda danışmanlık ya da bilgilendirme gibi öneri bulunmamaktadır.[111] Aynı şekilde Aile Hekimliği dernek ve kuruluşlarının da bu konuda önerisine rastlanmamıştır.

2.3. Çocuk Gelişimi Özellikleri

Çocukların kişilik gelişimi ile ilgili birçok araştırmacı tarafından çeşitli kuramlar ortaya atılmıştır. Bu kuramlardan en meşhuru Freud'un psikoseksüel kuramına göre çocukluktaki gelişim evreleri şu şekilde sıralanır:

1. 0-1 Yaş Oral Dönem

2. 1-3 Yaş Anal Dönem

3. 3-6 Yaş Fallik Dönem

4. 6-11 Yaş Latens Dönemi

5. 11 Yaştan Sonra Genital Dönem.[112]

Bu kuramda ilk 3 evre pregenital dönem olarak da adlandırılır.

Erikson'ın psikososyal kuramına göre, insanın yaşamında belli başlı sekiz kritik dönem vardır. Bu dönemlerin her birinde atlatılması gereken bir kriz, bir çatışma bulunmaktadır. Çocukluk dönemine dâhil olan ilk beş dönem şunlardır:

1. Temel güvene karşı güvensizlik (0-1 yaş),

2. Özerkliğe karşı kuşku ve utanç (2-6 yaş),

3. Girişimciliğe karşı suçluluk (4-6 yaş),

4. Çalışma ve başarılı olmaya karşı aşağılık duygusu (7-11 yaş),

5. Kimliğe karşı kimlik bocalaması (12-17 yaş).[113]

Her bir dönemde ortaya çıkan, döneme özgü karmaşaların, kişinin kendini geliştirmesini, potansiyelini ortaya çıkartabilmesini ve bir sonraki dönemde ortaya çıkacak karmaşalarla baş edebilmek için gerekli donanımı kazanmasını sağladığı ifade edilir.[113]

Piaget'in bilişsel gelişim kuramı ise; bireyin, çevresindeki dünyayı anlamasını ve öğrenmesini sağlayan aktif zihinsel faaliyetlerde gelişmeyi, düşünme yollarının daha karmaşık ve etkili hale gelmesini inceler.[114] Bilişsel gelişim kuramı dünyaya ilişkin bilginin kodlanması, işlenmesi, depolanması ve sıralanması konuları üzerinde

durmaktadır. İsviçreli bir psikolog olan Jean Piaget, çocuğun doğumdan ergenliğe kadar olan bilişsel gelişimini ayrıntılı araştırmalarla incelemiştir. Piaget'e göre bilişsel gelişim beynin ve sinir sisteminin olgunlaşması ve bireyin çevreye uyum sağlaması sonucunda gerçekleşmektedir. Bilişsel gelişim dört evreye ayrılmaktadır. Bunlar;

- ✓ Duyusal-hareket dönemi (0–2 yaş),
- ✓ İşlem öncesi dönem (2–7 yaş),
- ✓ Somut işlem dönemi (7– 11yaş) ve
- ✓ Soyut işlem dönemidir (11–12 yaş ve üstü).[114]

Piaget'e göre çocuk bir dönemde kazanması gereken tüm gerekli bilişsel yapılarını tamamladığında, bir sonraki döneme geçmektedir. Piaget tüm çocukların bu gelişim aşamalarının sırasıyla geçirmesi gerektiğine, bir gelişim dönemini atlayarak diğerine geçilemeyeceğine inanmaktadır. Ancak çocukların gelişim dönemlerine girme ve tamamlama yaşları farklılık gösterebilmektedir.[115]

Kişilik ile ilgili birçok farklı kuram olsa da yaşam sürecinde çocukluğun, özellikle de ilk 5-6 yılın kişiliğe olan etkisinin azımsanmayacak kadar büyük olduğu noktasında birleşmektedirler.[116] Genel olarak çocuğun gelişim evreleri; bebeklik (0–2 yaş), ilk çocukluk (okul öncesi, 3–6 yaş), ve orta çocukluk (okul dönemi, 7–12 yaş); ortalama 13–17 yaşları arasındaki dönem de ergenlik dönemi olarak kabul edilmektedir. Bu çalışmada 4-6 yaş yaş grubu çocuklar incelendiği için yazının bundan sonraki bölümünde ilk çocukluk dönemi özellikleri verilmiştir.

İlk Çocukluk (Okul Öncesi) Dönemi: 3-6 Yaş: Çocukta, bu dönemde birbirine karşıt eşzamanlı iki eğilimden birini seçebilme yetisi gelişmektedir. Ebeveynlerin davranışları çocuğun seçim yapma yetisini, özerklik duygusunu zedeleyici olmamalıdır. Çocuk, içinde bulunduğu toplumun beklentilerine göre bazı şeyleri yapmayı öğrenirken sergilediği hatalı davranışlar karşısında ağır utandırmalar ve cezalarla karşılaşırsa utanç ve suçluluk duyguları yerleşebilir. Bu duygularda seçim yapabilme yeteneğinin ve iradesinin gelişmesine engel olur.[117]

Oyun çağı olarak da adlandırılan bu evrede çocuk artık bene dönük (egosantrik) olmaktan çıkıp topluma dönük (sosyosantrik) olmaya başlamaktadır. Ayrı bir kişi olduğunu kavramış olan çocuk, artık kendi kişiliğine bir biçim verme yolunda

denemeler ve araştırmalar yapmaya başlamaktadır. Kendisine sağlanan güven ve özerklik duygularıyla beraber çevresini keşfetmekte ve çevre üzerine denetim gücü kazanmaktadır. Kendi bedenine ve çevrede olagelen her şeye karşı derin, bitmek bilmez bir soruşturma ve öğrenme isteği vardır. Bunun için bu dönem sorma-bilme tutkusu dönemi olarak da adlandırılır. Çocuğun kendini geliştirebilmesi için bu dönemde yeteri kadar özgür ve uyarıcı ortam sağlanmalıdır.[117]

Erikson'a göre çocuk bu dönemde ayrı bir kendiliği olduğunun farkındadır ve nasıl biri olmak istediğini bulup karar vermeye çalışır.[118] Bu dönemde gelişimin üç yönü öne çıkar:

1. Çocuk özgürce hareket edebildiği için yapmak istediği şeyler ve hedefleri çeşitlenir ve artar.

2. Dilini geliştirmiş olduğu için etrafında olup biten veya merak ettiği her şeyle ilgili olarak sürekli sorular sorar.

3. Dil ve hareket gelişimi akabinde hayal dünyası da genişler, hayali canlandırmalar yapabilir ve bu da pek çok rolü hayali olarak deneyimlemesini sağlar.[118]

Bu dönemde büyüklük, yaş ve cinsiyetle ilgili karşılaştırmalar yapmaya başlar, farklılıkları merak eder, araya girme davranışı gösterir. Çocuğun suçluluk duymadan ya da engellenmeden kendine bir amaç edinmesi, dönemin başarıyla tamamlandığı anlamına gelir.[118]

Konuşmanın kazanılmasından sonra işlem öncesi dönem başlamaktadır.[119] Bu dönemde dil ve kavram gelişimi hızlıdır ve nesnelerin zihinsel temsilinden, kavram ve simgeler üzerinde zihinsel işleme geçilmektedir. Bu açıdan işlem öncesi dönemde somut düşünceye ve işleme hazırlık olmaktadır.[120] Dönemin sonlarına doğru çocuk dili amaca yönelik kullanmakta ve eylemleri problem çözmeye odaklı olmaktadır ve bununla birlikte artık sıralama, sınıflama, niceleme gibi zihinsel işlevleri daha sistematik olarak gerçekleştirebilirler.[119,121] Bu dönemde çocuklar parça bütün ilişkisini kavramakta güçlük çekmektedirler, çünkü parça ve bütünü eş zamanlı düşünemezler. Bu dönemdeki çocukların sıralamayla ilgili çalışmalarda bütünü parçalara bölemedikleri görülmüştür ve belli bir kural izleyemedikleri için de sıralama ilişkisini anlayamadıkları saptanmıştır.[119]

Piaget'e göre, işlem öncesi dönemdeki çocuklar bir nesnenin şekli değiştiğinde ağırlık, uzunluk, sayı, hacim gibi bazı niteliklerinin aynı kalacağını kavrayamamaktadırlar. Bir maddeye bir şey eklemedikçe ya da çıkarmadıkça o maddenin şeklinin değişmesinin o nesnenin miktarının, sayısının, ağırlığının aynı kalmasına korunum kanunu denmektedir. İşlem öncesi dönemdeki çocuklar korunum kanunu henüz kavrayamamaktadırlar. Bu kavramın yedi yaşından sonra kavrandığı gözlenmektedir.[119]

Bu dönemdeki çocuklarla yapılan çalışmalarda görülmüştür ki henüz üst düzeyde sınıflandırma ve düzenleme yapamamaktadırlar. Nesneleri biçimlerine ya da renklerine göre sınıflayabilirler ancak ilişkilerinin tam olarak farkında değildirler. Çocuklar bu dönemde, mantık kullanarak düşünme, neden sonuç ilişkisi kurma yerine sezgilerine dayalı olarak akıl yürütürler ve problemleri sezgileriyle çözmeye çalışırlar. Sonuç itibariyle bu yaşlardaki çocuklar duyumlarla elde edilenin ötesine geçemezler. Ancak bu dönemin sonlarına doğru, somut nesnelerle küçük sayıları toplama çıkarma işlemi yapabilirler.[119]

Bu dönemde çocuğun hayal dünyası oldukça geniştir ve gerçekle masalı ya da hayali durumları birbirinden ayırt edemeyebilir.[120] Çocuğun zengin hayal gücü nedeniyle bazen hayali bir arkadaşa sahip oldukları ve sanki gerçekten böyle bir arkadaşı varmışçasına onunla konuştuğu gözlemlenebilir. Cansız varlıklara da canlılara özgü nitelikler yükleyebilirler. Çocuk psişik dünyası ile fiziki dünyayı ayıramaz ve gelişme döneminin başlangıcında kendi "ben"i ve dış dünya arasında kesin sınırları yoktur.[122]

2.4. Aile İşlevleri ile Ekran Kullanımı İlişkisini İnceleyen Çalışmalar

İnsan davranışlarının ilk ve temel şekillenme süreci ailede başlar ve bireyin yaşama ilişkin algıları aile ortamında şekillenir. Her türlü sosyokültürel dönüşüm aileyi etkilediği ölçüde aileden de etkilenir. Bu bağlamda yapılan literatür taramasında ekran kullanımı ile ailesel bazı faktörlerin ilişkisini araştıran çalışmalara rastlansa da sayıları oldukça azdır. Adölesanların ele alındığı bir çalışmada, televizyon konusunda ailelerin kural koymasının, daha az televizyon izleme süreleri ile ilişkili olduğu ortaya koyulmuştur.[21] Ebeveynler ve adölesan bu kurallarda mutabakat sağladıysa, bu ilişki

daha da güçlenmiştir. Ebeveyn ve adölesanın her ikisinin de bildirdiğine göre, adölesanın odasında televizyon olması izleme sürelerini arttırmıştır. Adölesanların odalarında video oyun sistemi olması, bu oyunlara harcadıkları zamanla pozitif ilişkili bulunmuştur.[21] Okul çağı çocuklarında yapılan benzer bir çalışmada ailelerin çocukların boş zamanlarını daha iyi yapılandırmaları ve ekrandan uzak durarak rol model olmaları ekran kullanımını azaltırken; ekran kuralları konusunda müsamaha göstermek ve özellikle de çocukların yatak odalarında ekran bulunması ekran kullanımında artma ile ilişkili bulunmuştur.[28]

Tokat ilinde 1433 ebeveyn ve onların 12-17 yaş arasında olan çocukları ile yapılan çalışmada teknolojinin kullanılması ve anlamlandırılması konusunda dijital yerliler ile göçmenler arasında fikir ayrılıkları olduğu saptanmıştır. Dijital göçmen ebeveynlerin çoğunluğunun dijital yerli olan çocuklarının internet kullanımını problemli gördükleri oysa dijital yerli olan çocukların kendilerini problemli internet kullanıcısı olarak görmedikleri saptanmıştır. Bunun nedeninin internet kullanımı sorgulanırken süreye odaklanılması olabileceği düşünülmüştür. Dijital yerliler alışveriş yapmak gibi günlük işlerini dahi internette yaptıkları ve interneti adeta bir yaşam tarzı haline getirdikleri için dijital göçmenlerle algılayış farklılıkları olmaktadır.[20] Sonuç olarak problemli internet kullanımının tanımları dijital yerliler ve göçmenler için ayrı yapılması gerektiği sonucuna ulaşılmıştır.

İstanbul'da, anaokuluna devam eden çocukların anneleriyle yapılan nitel bir çalışmada ise çocukların dijital oyun kullanımı ile ilgili annelerin görüşleri değerlendirilmiştir. Bu çalışmanın sonuçlarına göre çocukların dijital oyunları oynama sürelerinin belirsizleştiği, bu belirsizliğe paralel olarak dijital oyunların çocukların gelişiminde verilen komutları takip edebilme, el-göz koordinasyonu, motor yeteneklerde ilerleme problem çözebilme, mantık yürütebilme, analiz yapabilme ve karar verme becerilerini destekleme, strateji ve tahmin edebilme yeterliliklerini arttırma gibi olumlu yönleri de olabilmesine rağmen ekran bağımlılığı, akranlarla ile yüz yüze iletişimin azalması, grup oyunlarının azalıp tek başına oynanan oyunların artması, şiddet içeriğine maruz kalınması gibi olumsuz yönlerin çok daha öne çıktığı söylenebilir.[124] Bu araştırmaya göre çocukların dijital oyun oynama davranışlarında çevrelerindeki yetişkinlerin önemli etkisi olduğu ve çocukların çevrelerindeki

yetişkinleri model aldıkları, çocukların dijital oyunlar ile tanışma yaşının üç yaş civarında olduğu ve hatta bazı annelerin görüşlerine göre ise bu yaşın bir buçuk yaş civarına kadar düştüğü saptanmıştır.[124]

Üniversite mezunu anneler ile daha az eğitimli anneler karşılaştırıldığında, daha az eğitimli annelerin çocuklarının tavsiye edilenden daha fazla televizyon izledikleri görülmüştür.[10]

Düşük gelirli ailelerde yemek saatinde ekran maruz kalan okul öncesi çocuklarla yapılan bir çalışmada, negatif duygulanıma sahip olan çocukların yemek saatinde televizyon izleme oranlarının arttığı görülmüştür.[33] Benzer şekilde aşırı reaksiyon gösteren ya da çok esnek ebeveynlerin çocuklarının da yemek boyunca televizyon izleme riskini arttırdığı görülmüştür.[33] Adölesan çağda çocuklarla yapılan bir çalışmada ise öğünlerde televizyon ya da diğer elektronik cihazların kullanımının daha düşük kalitede beslenmeye neden olduğu bildirilmiştir.[13]

Kubik ve arkadaşlarının 8-12 yaş arası çocuklarda yaptıkları çalışmada ebeveynlerin televizyon izlemesi süresiyle, çocukların televizyon izleme süresi pozitif ilişkili bulunmuştur. Daha az televizyon izleyen ebeveynlerin çocuklarına bu konuda daha kural koyucu olduğu belirtilmiştir.[34]

Carson ve arkadaşlarının okul öncesi çocuklarla yaptıkları çalışmada sosyoekonomik düzeyleri düşük olan ailelerin kız çocuklarının sosyoekonomik düzeyi yüksek olanlara göre ekran süresinin daha fazla olduğu saptanmıştır.[125]

Adana'da lise öğrencileriyle yapılan bir çalışmada, öğrencilerin internet kullanımına başlama yaşı düştükçe internet bağımlılık testinden aldıkları puanın arttığı görülmektedir.[126]

Aile işlevleri ile ekran kullanımı arasındaki ilişkiyi inceleyen iki çalışmaya rastlanmıştır. Balkan ve ark.'nın çalışmasında üniversite öğrencilerinde internet/ bilgisayar bağımlılığı eğilimi ile aile işlevselliği arasında ilişki saptanmıştır.[30] İnternet bağımlılığı eğiliminin Aile Değerlendirme Ölçeği'nin (ADÖ) problem çözme, iletişim, roller, duygusal tepki verebilme, davranış kontrolü ve genel fonksiyon alt ölçekleriyle negatif ilişkili olduğu; bilgisayar bağımlılığı eğiliminin ise problem çözme, iletişim ve

genel fonksiyonlarla negatif ilişkili olduğu bildirilmektedir. Haines ve ark. ise yaptıkları çalışmada adölesanların ekran kullanımı ile aile işlevleri arasında ilişki bulamamışlardır.[15] 4-6 yaş grubu çocukların ekran kullanımının aile işlevleri ile ilişkisini değerlendiren bir çalışmaya ise rastlanmamıştır.

Bu noktadan hareketle planlanan çalışmada anaokuluna devam eden 4-6 yaş grubu çocuklarda ekran kullanımının ebeveynlerin ekran kullanımı ve aile işlevleri ile ilişkisinin araştırılması amaçlanmıştır.

3. GEREÇ VE YÖNTEM

3.1. Araştırmanın Tipi

Amacı anaokuluna giden çocukların ekran kullanım alışkanlıkları ve ebeveynlerin ekran kullanımları ile aile işlevleri arasındaki ilişkinin incelenmesi olan çalışma tanımlayıcı ve kesitsel tipte bir anket çalışması planlanmıştır.

Araştırmanın soruları şunlardır:

1. 4-6 yaş grubu çocukların ekran kullanım süreleri nasıldır? Yaş, cinsiyet ve devam ettikleri okula göre ekran kullanım süreleri değişmekte midir?
2. Ebeveynlerin yaş, çalışma ve öğrenim durumlarına göre 4-6 yaş grubu çocukların ekran kullanım süreleri değişmekte midir?
3. Ailelerin sosyodemografik özelliklerine göre 4-6 yaş grubu çocukların ekran kullanım süreleri değişmekte midir?
4. Ailenin ekran kullanım alışkanlıklarına/kurallarına göre 4-6 yaş grubu çocukların ekran kullanım süreleri değişmekte midir?
5. Ekran kullanımı konusundaki hekim önerisine göre 4-6 yaş grubu çocukların ekran kullanım süreleri değişmekte midir?
6. Aile işlevleri ile aile bireylerinin ekran kullanım süreleri arasında ilişki var mıdır?

3.2. Araştırmanın Evreni ve Örneklem Seçimi

Araştırma evreni olarak Çukurova Üniversitesi Anaokuluna (n=138), devam eden çocuklar ve ebeveynlerinin alınması planlandı. Ancak bu anaokulundaki ebeveynlerden yeterli sayıda katılım olmaması üzerine Sarıçam ilçesinde eğitim veren diğer anaokulları (toplam 5 anaokulu) da çalışmaya dahil edildi. Bu anaokulları; Abdullah Öngen Anaokulu (n=190), Kozanoğlu Lions Anaokulu (n=272), Sevgi Anaokulu (n=200) ve Rotary Kulübü Anaokuludur (n=180). Aydınlatılmış onam formları ve anketler eğitimciler aracılığıyla ebeveynlere ulaştırıldı ve toplandı. Çalışmaya toplamda 5 anaokulundan 198 ebeveyn katıldı. Abdullah Öngen Anaokuluna

devam eden 190 öğrenciden 43 öğrencinin velisi, Kozanoğlu Lions Anaokuluna devam eden 272 öğrenciden 65 öğrencinin velisi, Sevgi Anaokuluna devam eden 200 öğrenciden 42 öğrencinin velisi, Rotary Kulübü Anaokuluna devam eden 180 öğrenciden 30 öğrencinin velisi anketleri cevaplayarak öğrenciyle okula geri gönderdi(Tablo1). Tek ebeveynli ailelerden gelen anketler ile eksik doldurulanlar çalışma dışı bırakıldı (n=22).

Tablo 1 Çalışmaya dahil edilen okulların öğrenci sayısı ve çalışmaya katılım yüzdeleri

	Okuldaki toplam öğrenci sayısı (n)	Doldurulan anket sayısı	Eksiksiz doldurulan anket sayısı (yüzde %)
Abdullah Öngen	190	43	37 (%19,4)
Kozanoğlu Lions	272	65	57 (%20,9)
Sevgi	200	42	41 (%20,5)
Rotary	180	30	23 (%12,7)
Çukurova Üniversitesi	138	40	40 (%28,9)
Toplam	980	220	198 (%20,2)

3.3. Çalışma İçin Alınan İzinler

Çukurova Üniversitesi yetkili makamlarından ve Adana İl Milli Eğitim Müdürlüğü'nden gerekli izinler alındıktan sonra anket uygulanacak okul yöneticileriyle görüşülerek, sözel izin alındı.

1. Çukurova Üniversitesi Sağlık Kültür Daire Başkanlığı
2. Çukurova Üniversitesi Aile Hekimliği Anabilim Dalı
3. Çukurova Üniversitesi Tıp Fakültesi Etik Kurul

4. Adana İl Milli Eğitim Müdürlüğü
5. Çukurova Üniversitesi Anaokulu
6. Abdullah Öngen Anaokulu
7. Kozanoğlu Lions Anaokulu
8. Sevgi Anaokulu
9. Rotary Kulübü Anaokulu

3.4. Veri Toplama Araçları

Çalışmada ebeveynlere tarafımızca oluşturulan sosyodemografik verileri ve ekran kullanım alışkanlıklarını sorgulayan bir bilgi formu ile Aile Değerlendirme Ölçeği (ADÖ) uygulandı.

3.4.1. Bilgi Formu

Bilgi formunun ilk bölümünde sosyodemografik veriler (çocuğun yaşı, çocuğun cinsiyeti, çocuğun devam ettiği okul, annenin yaşı, annenin çalışma durumu, annenin eğitimi, babanın yaşı, babanın çalışma durumu, babanın eğitimi, ailenin ekonomik durumu) ve aile bireylerinin (anne, baba ve anaokuluna devam eden çocuk) hafta içi ve hafta sonu günlerde tablet, televizyon, cep telefonu ve bilgisayar başında geçirdikleri süre (dakika ve/veya saat) sorgulandı.

İkinci bölümde ise ekran kullanım alışkanlıkları (ailenin ekran koşunda kurallarının olup olmaması, aile için ekran kuralları varsa uygulayabilme düzeyi, çocuğun yemek yerken ekran kullanma durumu, çocuğun kendine ait elektronik cihazı olma durumu, çocuğa anne baba dışında bakım veren olup olmaması ve varsa ekran kurallarını uygulayabilme düzeyi) ve ebeveyne çocuğun ekran kullanımı konusunda aile veya çocuk hekimi tarafından öneri verilme durumu sorgulandı.

3.4.2. Aile Değerlendirme Ölçeği (ADÖ)

ADÖ, Brown Üniversitesi ve Buttler Hastanesi tarafından Aile Araştırma Programı çerçevesinde geliştirilmiş olup, ailenin işlevlerini hangi konularda yerine getirebildiğini

veya getiremediğini belirleyen bir ölçüm aracıdır. Ölçek, Bulut tarafından geçerlik ve güvenirlik çalışmaları ile Türkiye'ye kazandırılmıştır. Ölçeğin içerisindeki alt ölçeklerin cronbach alfa değerleri şöyledir; problem çözebilme 0,80, iletişim 0,71, roller 0,42, duygusal tepki verebilme 0,59, gereken ilgiyi gösterme0,38, davranış kontrolü 0,52, genel fonksiyonlar 0,86. ADÖ, McMaster Aile İşlevleri Modelinin (McMaster Model of Family Functioning) klinik olarak aileler üzerine uygulanması ile elde edilmiştir. Yedi alt ölçekten oluşmaktadır. Bunlar McMaster Model'in alt boyutları olup altı tanesi aile işlevlerindeki her bir sorun alanını tek tek ele alan, bir tanesi de genel işlevler üzerinde odaklanan toplam 60 sorudan oluşmaktadır. Bu alt ölçekler, problem çözme, iletişim, roller, duygusal tepki verebilme, gereken ilgiyi gösterme, davranış kontrolü ve genel fonksiyonlardır. Soruların alt başlıklara göre dağılımı ve puanların hesaplanması Tablo 2'de verilmiştir. Anket değerlendirilirken 1'den 4'e kadar puanlama yapıldı. Sonuç "1" veya "1"e yakınsa değerlendirme olumludur; "4" veya "4"'e yakınsa aile içi tutumlarda değişiklik zamanı geldiği anlamını taşımaktadır.

Tablo 2 Aile Değerlendirme Ölçeği Puanlama

Problem çözme	2-	12-	24-	38-	50-	60-							.../6=
İletişim	3-	14*-	18-	22*-	29-	35*-	43-	52*-	59-				.../9=
Roller	4*-	8*-	10-	15*-	23-	30-	34*-	40-	45*-	53*-	58*-		..../11=
Duygusal tepki verebilme	9*-	19*-	28*-	39*-	49-	57-							.../6=
Gereken ilgiyi gösterme	5*-	13*-	25-	33*-	37*-	42*-	54*-						.../7=
Davranış kontrolü	7*-	17-	20-	27*-	32-	44*-	47*-	48*-	55-				.../9=
Genel işlevler	1*-	6-	11*-	16-	21*-	26-	31*-	36-	41*-	46-	51*-	56-	..../12=

“*” ile işaretlenmiş sorular ters kodlanmıştır.

3.5. Araştırmanın Uygulanması

Çalışma için hazırlanan anketler, okul yöneticilerine teslim edildi. Sınıf öğretmenleri aracılığıyla ebeveynlere ulaştırılmaları ve doldurarak toplanmaları sağlandı. Anket formunun ön yüzüne onam formu eklenerek, çalışmanın içeriğine dair bilgi verildi. Dağıtılan anketlerde isim, soyisim gibi tanımlayıcı bilgiler istenmedi. Yalnızca anket sonucu hakkında geri bildirim almak isteyenlerin rumuz ya da elektronik posta adresi yazabilecekleri belirtildi.

3.6.Verilerin Değerlendirilmesi

Toplanan veriler, kodlanarak bilgisayara girildi ve istatistiksel analizler için SPSS (Statistical Package for Social Sciences) programı kullanıldı.

Araştırmanın bağımsız değişkenleri olarak çocuğun yaşı, çocuğun cinsiyeti, çocuğun devam ettiği okul, annenin yaşı, annenin çalışma durumu, annenin eğitimi, babanın yaşı, babanın çalışma durumu, babanın eğitimi, ailenin ekonomik durumu çocuğun yemek yerken ekran kullanma durumu, ailenin ekran koşunda kurallarının olup olmaması, aile için ekran kuralları varsa uygulayabilme düzeyi, ebeveyne çocuğun ekran kullanımı konusunda bir hekim tarafından öneri verilme durumu, çocuğun kardeş sayısı, çocuğa anne baba dışında bakım veren olup olmaması ve varsa ekran kurallarını uygulayabilme düzeyi, çocuğun kendine ait elektronik cihazı olma durumu, anne ve babanın ayrı ayrı hafta içi ve hafta sonu günlerdeki ekran süreleri kullanıldı. Bağımlı değişken olarak çocukların hafta içi ve hafta sonu günlerde ekran karşısında geçirdikleri süre alındı. Ekran süreleri, tablet, televizyon, cep telefonu ve bilgisayar karşısında geçirilen süreler toplanarak hesaplandı.

Katılımcıların sosyodemografik özellikleri ve ekran kullanım alışkanlıkları ile ilgili veriler sayı, yüzde, ortalama ve standart sapma ile değerlendirildi. Bağımsız değişkenlerle ekran süreleri ortalamaları arasındaki farklılığın analizinde normal dağılıma uyan veriler için student-t testi ve ANOVA, uymayanlar için Mann Whitney U ve Kruskal Wallis testleri kullanıldı. Çocukların ekran kullanım süreleri ile ebeveynlerin ekran kullanım süreleri ve ADÖ ölçek puanları arasındaki ilişkinin değerlendirilmesinde

Spearman korelasyon analizi kullanıldı. Katsayı 0-0,25; çok zayıf ilişki, 0,25-0,50; zayıf-orta derecede ilişki, 0,50-0,75; iyi derecede ilişki, 0,75-1,00; çok iyi derecede ilişki şeklinde yorumlandı. P değerinin 0,05'ten küçük olması istatistiksel olarak anlamlı kabul edildi.

4. BULGULAR

Çalışmamıza toplam 198 çocuğun ebeveyni katıldı. Anketlerin %65,2'sini annenin, %11,6'sını babanın, %23,2'sini anne-babanın birlikte doldurdukları saptandı. Anaokuluna devam çocukların %48'i kız, %52'si erkekti. Çocukların %17,2'si 4 yaş, %33,8'i 5 yaş ve %49'u 6 yaş grubunda yer alıyordu (Tablo 3).

Tablo 3 Çocukların yaş, cinsiyet ve devam ettikleri anaokuluna göre dağılımları

		Sayı (n)	**Yüzde (%)**
Çocuğun yaşı	4	34	17,2
	5	67	33,8
	6	97	49,0
Çocuğun cinsiyeti	Kız	95	48
	Erkek	103	52
Çocukların devam ettikleri anaokulu	Çukurova Üniversitesi	40	20,2
	Kozanoğlu Lions	57	28,8
	Rotary Kulübü	23	11,6
	Sevgi	41	20,7
	Abdullah Öngen	37	18,7

Tablo 4 Anne-babaların yaş, çalışma ve öğrenim durumlarının dağılımı

		Sayı (n)	Yüzde (%)
Anne yaş	30 yaş ve altı	80	40,4
	30 yaş üstü	118	59,6
Baba yaş	35 yaş ve altı	87	43,9
	35 yaş üstü	111	56,1
Anne iş durumu	Çalışıyor	64	32,3
	Çalışmıyor	134	67,7
Baba iş durumu	Çalışıyor	184	92,9
	Çalışmıyor	14	7,1
Anne öğrenim durumu	İlköğretim	67	33,8
	Lise	67	33,8
	Üniversite/y.lisans/doktora	64	32,4
Baba öğrenim durumu	İlköğretim	50	25,3
	Lise	66	33,3
	Üniversite/y.lisans/doktora	82	41,4

Tablo 4'te anne-babaların sosyodemografik özellikleri verilmiştir. Annelerin %40,4'ünün 30 yaş ve altı, %59,6'sının 30 yaş üstü olduğu, babaların ise %43,9'unun 35 yaş ve altı, %56,1'inin 35 yaş üstü olduğu saptandı. Annelerin yaş ortalaması 32,59±4,65, babaların yaş ortalaması 36,5±4,68 yıldı. Annelerin %67,7'si, babaların %7,1'i çalışmıyordu. Annelerin %33,8'i ilköğretim, %33,8'i lise, %25,8'i üniversite, %6,1'i yüksek lisans ya da doktora düzeyinde eğitim almıştı. Babaların %25,3'ü ilköğretim, %33,3'ü lise, %35,9'u üniversite, %5,6'sı yüksek lisans ya da doktora düzeyinde eğitim almıştı.

Tablo 5 Ailelerin sosyodemografik özelliklerinin dağılımı

		Sayı (n)	**Yüzde (%)**
Aile tipi	Geniş	22	11,1
	Çekirdek	176	88,9
Çocuk sayısı	Tek çocuk	36	18,2
	İki çocuk	120	60,6
	Üç ve daha fazla	42	21,2
Ailenin ekonomik durumu	Çok kötü	3	1,5
	Kötü	11	5,6
	Orta	128	64,6
	İyi	55	27,8
	Çok iyi	1	0,5

Ailelerin %88,9'u çekirdek aileydi. Ailelerin %18,2'sinin tek çocuklu, %60,6'sının iki çocuklu, %21,2'sinin üç veya daha fazla çocuklu olduğu görüldü. Katılımcılar ailelerinin ekonomik durumunu %1,5 çok kötü, %5,6 kötü, %64,6 orta, %27,8 iyi, %0,5 çok iyi olarak bildirdi (Tablo 5).

Tablo 6 Ailelerin çocukları için aile hekimlerine başvuru durumları ve ekran konusunda hekim önerisi

		Sayı (n)	Yüzde (%)
Çocuğunuzun bir sağlık sorunu olduğunda kime başvurursunuz?	Aile hekimimize	102	51,5
	Çocuk hekimine	114	57,6
	Diğer	3	1,5
Aile hekimine başvuru nedenleri	Aşı ve takip	133	67,2
	Hastalandığında	131	66,2
	İlaç yazdırmak için	65	32,8
	Diğer sebepler	7	3,5
	Hiç	3	1,5
Çocuğunuzun ekran süresi ile ilgili aile hekimi ya da çocuk hekimi bir öneride bulundu mu?	Evet	18	9,1
	Hayır	180	90,9

Katılımcılara çocuklarının sağlık sorunu olması durumunda nereye başvurdukları soruldu. Birden fazla seçeneğin işaretlenebildiği soruda "aile hekimimize başvururum" diyenlerin oranı %51,5, "çocuk hekimine başvururum" diyenlerin oranı %57,6, diğer seçeneğini işaretleyenlerin oranı %1,5 olarak bulundu (Tablo 6).

Aile hekimlerine başvuru nedenlerinin sorgulandığı, birden fazla seçeneğin işaretlenebildiği soruda, %67,2'si aşı ve takip, %66,2'si hastalık, %32,8'i ilaç yazdırmak, %3,5'i diğer sebeplerle başvurduğunu bildirdi. Hiç başvurmadığını bildirenlerin oranı %1,5 idi (Tablo 6).

Çocuğun ekran süresi ile ilgili çocuk ya da aile hekiminin herhangi bir öneride bulunmadığını bildirenlerin oranı %90,9 (n=180) idi.

Tablo 7 Ailedeki ekran kullanım alışkanlıkları ve kuralları

		Sayı (n)	Yüzde (%)
Çocuğunuzun yemek yerken ekran izleme/kullanma alışkanlığı var mı?	Evet	124	62,6
	Hayır	74	37,4
Ekran konusunda aile içi kurallarınız var mı?	Evet	176	88,9
	Hayır	22	11,1
Ekran kurallarını ne kadar uygulayabiliyorsunuz?	Hiçbir zaman	2	1,0
	Nadiren	11	5,6
	Bazen	49	24,7
	Sıklıkla	81	40,9
	Her zaman	33	16,7
Sizce çocuğunuzun ekran başında geçirdiği süre uygun mu?	Evet, uygun	107	54,0
	Hayır; fazla	80	40,4
	Hayır; az	11	5,6
Çocuğunuzun kendine ait ekranı var mı?	Evet	88	44,4
	Hayır	110	55,6
Çocuğunuz ekran başında iken siz genelde ne ile meşgul olursunuz?	Ben de ekran başında olurum	64	32,3
	Ev işi yaparım	142	71,7
	Diğer	29	14,9

Katılımcıların %62,6'sı çocuklarının yemek yerken ekran kullanma alışkanlıklarının olduğunu, %88,9'u ekran konusunda aile içi kurallarının olduğunu bildirdi. Aile içi kuralları olanlara, bu kuralları ne kadar uygulayabildikleri sorulduğunda %1'i hiçbir zaman, %5,6'sı nadiren, %24,7'i bazen, %40,9'u sıklıkla, %16,7'i her zaman şeklinde yanıtladı. Katılımcıların %54'ü çocuklarının ekran başında geçirdiği sürenin uygun olduğunu, %40,4'ü fazla olduğunu, %5,6'ı ise az olduğunu bildirdi. Çocukların %44,4'ünün kendine ait bir ekranının olduğu saptandı. Çocuklar ekran başında iken ebeveynlerin ne ile meşgul olduğunun sorgulandığı soruda, birden

fazla seçenek seçilebiliyordu. Ebeveynlerin %32,3'ü ekran başında olduğunu, %71,7'si ev işleri yaptığını bildirdi (Tablo 7).

Tablo 8 Anne-baba dışında bakım verenler ve ekran kurallarını uygulama durumları

		Sayı (n)	Yüzde (%)
Çocuğunuza anne- baba dışında bakım veren var mı? **(n=191)**	Hayır, yok	140	74,2
	Evet; anneanne-babaanne	40	20,2
	Evet; bakıcı	7	3,5
	Evet; diğer… (teyze, hala vs…)	4	2,0
Çocuğunuza bakım veren varsa, ekran kurallarını ne kadar uyguluyor? **(n=51)**	Hiçbir zaman	3	1,5
	Nadiren	15	7,6
	Bazen	12	6,1
	Sıklıkla	11	5,6
	Her zaman	9	4,5

Anne-baba dışında çocuğa bakım verenlerin %20,2'si anneanne- babaanne, %3,5'u bakıcı, %2'si diğer olarak bildirildi. Ebeveyn dışında bakım veren kişilerin ekran kurallarını ne kadar uyguladıkları sorusuna %1,5'u hiçbir zaman, %7,6'sı nadiren, %6,1'i bazen, %5,6'sı sıklıkla, %4,5'u her zaman yanıtı verdi (Tablo 8).

Tablo 9 Çocukların ekran kullanımına başlama yaşları

			Sayı (n)	Yüzde (%)	Ort±SD (ay)
Çocuğunuz hangi ekranı kaç yaşında kullanmaya/izlemeye başladı?	Televizyon n=157	2 yaş altı	55	27,8	25,71
		2 yaş üstü	102	51,5	
	Tablet n=111	2 yaş altı	7	3,5	47,34
		2 yaş üstü	104	52,5	
	Bilgisayar N=58	2 yaş altı	8	4,0	43,22
		2 yaş üstü	50	25,3	
	Cep Telefonu n=96	2 yaş altı	11	5,6	41,81
		2 yaş üstü	85	42,9	

Çocukların hangi ekranı kaç yaşında kullanmaya/izlemeye başladığını sorgulayan açık uçlu soruya, 2 yaş altında yanıtı verenlerin oranı televizyon için %27,8, tablet için %3,5, bilgisayar için %4, cep telefonu için %5,6 idi (Tablo 9).

Tablo 10 Çocukların ekran kullanım süreleri

		N (%)	Ort ±SD (dk)
Çocukların hafta içi günlerde ekran kullanım süreleri	2 saatten az	84 (42,4)	192,47±144,32
	2 saatten fazla	114 (57,6)	
Çocukların hafta sonu günlerde ekran kullanım süreleri	2 saatten az	47 (23,7)	283,93±187,79
	2 saatten fazla	151 (76,3)	

Tablo 10'da çocukların ortalama ekran kullanım süreleri görülmektedir. Çocukların %57,6'sının hafta içi günlerde ekran kullanımları 2 saatten fazlaydı. Hafta sonu günlerde ise bu oran %76,3 idi.

Tablo 11 Ebeveynlerin ekran kullanım süreleri

	Hafta içi Ort ±SD (dk)	**Hafta sonu Ort ±SD (dk)**
Anne	209,52 (157,99)	234,02 (194,31)
Baba	270,51 (211,21)	318,43 (238,78)

Tablo 11'de ebeveynlerin ortalama ekran kullanım süreleri görülmektedir.

Tablo 12 ADÖ alt ölçeklerinin ortalama puanları

	Ort±SD
Problem çözme	1,64±0,48
İletişim	1,63±0,41
Roller	1,91± 0,41
Duygusal tepki verebilme	1,54± 0,50
Gereken ilgiyi gösterme	2,27±0,36
Davranış kontrolü	1,97±0,34
Genel işlevler	1,44±0,40

Aile Değerlendirme Ölçeği alt ölçeklerin puanları Tablo 12'de görülmektedir.

Tablo 13 Çocukların yaş, cinsiyet ve devam ettikleri okula göre ekran süreleri

		Çocuğun ekran süresi	
		Hafta içi Ort±SD (dk)	**Hafta sonu Ort±SD (dk)**
Çocuğun yaşı	4	160,59±118,68	235,44±171,52
	5	171,27±145,02	286,24±207,10
	6	218,30±148,64	299,33±178,01
	p	**0,004**[*]	0,232[†]
Çocuğun cinsiyeti	Kız	189,16±160,99	281,05±203,72
	Erkek	195,53±127,76	286,58±172,76
	p	0,338[‡]	0,449[‡]
Çocukların devam ettikleri anaokulu	Çukurova Üniversitesi	123,63±62,14	272,25±150,59
	Abdullah Öngen	210,27±146,61	251,08±203,38
	Rotary Kulübü	192,39±128,59	272,83±130,01
	Kozanoğlu Lions	215,53±149,72	312,51±209,68
	Sevgi	211,59±181,19	291,46±202,63
	p	**0,011**[*]	0,604[†]

[*]Kruskal Wallis [†]ANOVA [‡]Mann Whitney U

Yaş değişkenine göre çocukların hafta içi ve hafta sonu günlerdeki ekran sürelerine bakıldığında; yaş arttıkça ekran süresinin arttığı saptandı. Yaş grupları arasındaki bu farklılık hafta içi günler için istatistiksel olarak anlamlı iken (p=0004) hafta sonu günler için anlamlı değildi. Çocukların cinsiyetlerine göre ekran sürelerine bakıldığında gruplar arasında istatistiksel olarak anlamlı farklılık bulunmadı. Çocukların devam ettikleri okullara göre ekran sürelerine bakıldığında gruplar arasında hafta içi günlerde istatistiksel olarak anlamlı fark olduğu görüldü. Bu farklılığın Çukurova Üniversitesi Anaokuluna devam eden çocukların ekran süre ortalamalarının, Rotary hariç diğer anaokullarına devam eden çocukların ekran süre ortalamaları ile arasındaki farktan kaynaklandığı saptandı. Hafta sonu günlerde ise gruplar arasında istatistiksel olarak anlamlı fark bulunamadı (Tablo 13).

Tablo 14 Anne-babaların yaş, çalışma ve öğrenim durumlarına göre çocukların ekran süreleri

		Çocuğun ekran süresi	
		Hafta içi Ort±SD (dk)	**Hafta sonu Ort±SD (dk)**
Anne yaş	30 yaş ve altı	190,75±132,86	276,50±180,88
	30 yaş üstü	193,64±152,15	288,97±192,93
	p	0,897*	0,624*
Baba yaş	35 yaş ve altı	191,90±127,07	278,20±177,32
	35 yaş üstü	192,93±157,09	288,42±196,28
	p	0,724*	0,837†
Anne iş durumu	Çalışıyor	155,08±126,21	266,95±170,90
	Çalışmıyor	210,34±149,37	292,04±195,43
	p	**0,002***	0,524*
Baba iş durumu	Çalışıyor	188,04±129,15	284,48±178,94
	Çalışmıyor	250,71±277,30	276,64±289,13
	p	0,924*	0,881†
Anne öğrenim durumu	İlköğretim	220,37±180,65	318,13±217,37
	Lise	212,76±137,12	291,99±184,40
	Üniversite/yüksek lisans/ doktora	142,03±86,00	239,69±147,80
	p	**0,000‡**	**0,017‡**
Baba öğrenim durumu	İlköğretim	218,60±149,20	285,60±164,75
	Lise	233,86±174,74	338,91±226,28
	Üniversite/yüksek lisans/ doktora	143,23±91,73	238,66±154,01
	P	**0,003‡**	0,146‡

*Mann Whitney U †t-test ‡Kruskal Wallis §ANOVA

Anne ve baba yaş gruplarına göre çocukların ekran sürelerine bakıldığında gruplar arasında anlamlı fark olmadığı görüldü.

Annelerin çalışma durumuna bakıldığında çalışan annelerin çocuklarının, çalışmayanlara göre hafta içi günlerde neredeyse 1 saat daha az ekran kullandığı belirlendi (p=0,002). Hafta sonu günlerde ise gruplar arasında anlamlı farklılık bulunamadı. Babanın çalışma durumuna göre çocukların ekran sürelerine bakıldığında gruplar arasında anlamlı fark olmadığı görüldü.

Anne ve baba öğrenim durumu değişkenlerinin analizinde anne öğrenim durumu arttıkça hem hafta içi hem hafta sonu günlerde çocuk ekran süresinin anlamlı olarak azaldığı görüldü. Baba öğrenim durumunu analizinde ise; lise mezunu babaların çocuklarının ekran süresi en yüksek, üniversite mezunu babaların çocuklarının ekran süresi ise en düşük olduğu saptandı.

Tablo 15 Ailelerin sosyodemografik özelliklerine göre çocukların ekran süreleri

		Çocuğun ekran süresi	
		Hafta içi Ort±SD (dk)	**Hafta sonu Ort±SD (dk)**
Aile tipi	Çekirdek	193,07±143,86	285,11±189,46
	Geniş	187,73±151,34	274,45±177,70
	p	0,748*	0,803†
Çocuk sayısı	Tek çocuk	173,47±185,09	263,19±232,14
	İki çocuk	188,17±121,39	274,11±166,29
	Üç ve daha fazla	221,07±163,86	329,76±200,91
	p	0,109‡	0,105‡
Ailenin ekonomik durumu	Kötü	208,57±138,51	259,64±195,35
	Orta	198,71±150,08	287,80±192,52
	İyi	174,20±132,53	281,16±177,51
	p	0,339‡	0,757‡

*Mann Whitney u †t-test ‡Kruskal Wallis §ANOVA

Ailelerin geniş veya çekirdek aile olmasının çocuğun ekran süresinde istatistiksel olarak anlamlı bir farka sebep olmadığı saptandı. Ailedeki çocuk sayısı arttıkça anaokuluna devam eden çocuğun ekran süresinin hafta içi ve hafta sonu

günlerde arttığı ancak bu artışın istatistiksel olarak anlamlı olmadığı görüldü. Ailenin ekonomik durumuna göre çocukların ekran sürelerine bakıldığında gruplar arasında anlamlı fark olmadığı saptandı. Ancak çocukların ekran sürelerinin aritmetik ortalamaları incelendiğinde ekonomik durum iyileştikçe hafta içi günlerde ekran sürelerinin azaldığı görüldü.

Tablo 16 Ailenin ekran kullanım alışkanlıklarına göre çocukların ekran süreleri

			Çocuğun ekran süresi	
			Hafta içi (Ort±SD)	**Hafta sonu (Ort±SD)**
Çocuğunuzun yemek yerken ekran izleme/kullanma alışkanlığı var mı?	Evet		200,89±141,47	303,65±190,20
	Hayır		178,38±148,88	250,88±180,12
	p		0,077*	0,290†
Ekran konusunda aile içi kurallarınız var mı?	Evet		180,28±127,89	275,50±178,80
	Hayır		290,00±218,82	351,36±242,99
	p		**0,003***	0,127*
Ekran kurallarını ne kadar uygulayabiliyorsunuz?	Hiç-Nadiren		182,31±117,12	274,62±211,72
	Bazen		206,33±112,60	297,86±158,30
	Sıklıkla/Her zaman		168,86±134,39	265,99±183,84
	p		**0,031‡**	0,271‡
Sizce çocuğunuzun ekran başında geçirdiği süre uygun mu?	Evet		162,52±143,25	256,34±199,55
	Hayır		227,69±138,21	316,37±168,29
	p		**0,000***	**0,002***
Çocuğunuzun kendine ait ekranı var mı?	Evet		203,58±130,79	320,06±191,57
	Hayır		183,59±154,31	255,03±180,40
	p		0,101*	**0,011***
Çocuğunuz ekran başında iken siz genelde ne ile meşgul olursunuz?	Ekran başında olurum	Evet	181,02±139,60	290,55±188,04
		Hayır	197,95±146,72	280,77±188,29
	p		0,295*	0,775*
	Ev işi yaparım	Evet	201,41±153,96	286,25±187,33
		Hayır	169,82±114,49	278,04±190,52
	p		0,215*	0,617*
Çocuğunuza anne- baba dışında bakım veren var mı?	Evet		195,24±146,39	288,08±191,16
	Hayır		184,51±139,29	271,96±179,01
	p		0,620*	0,599†
Çocuğunuza bakım veren varsa, ekran kurallarını ne kadar uyguluyor?	Hiç- Nadiren		173,06±128,83	298,33±203,85
	Bazen		209,17±170,31	219,17±138,20
	Sıklıkla-Her zaman		168,25±125,34	275,50±182,34
	p		0,869‡	0,567‡

*Mann Whitney U †t-test ‡Kruskal Wallis

Ailedeki ekran kullanım alışkanlıkları ile çocukların ekran süreleri Tablo 16'da belirtildi. Yemek yerken ekran kullanma alışkanlığı olan çocukların ekran süresi ortalamalarının hem hafta içi hem hafta sonu günlerde diğerlerine göre daha fazla olduğu ancak bu farkın istatistiksel olarak anlamlı olmadığı görüldü.

Ekran konusunda aile içi kuralların olmasının çocukların ekran süresini değiştirdiği, ekran konusunda kuralları olanların çocuklarının ekran sürelerinin daha az olduğu saptandı. Gruplar arasındaki bu farklılık hafta içi için istatistiksel olarak anlamlı (p= 0,003) iken hafta sonu günleri için anlamlı değildi.

Ekran konusundaki kuralları uygulayabilme düzeyine göre ekran süresine bakıldığında hafta içi günlerde kuralları her zaman/sıklıkla uygulayan grubun çocuklarının ekran süresi anlamlı olarak daha düşük bulundu (p=0,031). Hafta sonu için gruplar arasında anlamlı bir farklılık bulunmadı.

Çocuğun ekran başında geçirdiği süre ile ilgili ebeveynin uygun bulup bulmadığını belirttiği anket sorusunun analizinde; çocuğunun ekran süresinin uygun olduğunu düşünen ebeveynlerin çocuklarının hem hafta içi hem hafta sonu günlerde ekran süresi, diğerlerine göre anlamlı olarak daha azdı.

Kendine ait bir ekranı olan grubun olmayan gruba göre ekran süresinin daha fazla olduğu saptandı. Hafta sonu günler için bu farklılık istatistiksel olarak anlamlı (p=0,011) iken hafta içi günler için anlamlı bulunmadı.

Çocuk ekran başında iken ebeveynin ev işleri yapması ya da ebeveynin de ekran başında olmasının çocuğun ekran süresinde anlamlı fark oluşturmadığı görüldü.

Çocuğa anne-baba dışında bakım veren olması ve bakım verenin ekran kurallarını uygulayabilme düzeyinin çocuğun ekran süresinde anlamlı farka neden olmadığı saptandı.

Tablo 17 Ekran kullanımı konusunda hekim önerisi

		Çocuğun ekran süresi	
		Hafta içi ort±SD (dk)	**Hafta sonu ort±SD (dk)**
Aile veya çocuk hekiminiz hiç çocuğunuzun ekran başında geçirmesi gereken süreyle ilgili olarak bir öneride bulundu mu?	Evet	141,67±63,64	256,39±147,74
	Hayır	197,56±149,17	286,68±191,45
	P	**0,005***	0,515*

*t-test

Tablo 17'de görüldüğü gibi ekran kullanımı konusunda hekim önerisi almış olan ebeveynlerin çocuklarının ekran sürelerinin aritmetik ortalamaları hem hafta içi hem hafta sonu günlerde öneri almamış olanlara göre daha azdır. Bu farklılık hafta içi günler için istatistiksel olarak anlamlı iken, hafta sonu için anlamlı değildir.

Aile değerlendirme ölçeğinin alt ölçekleri ile anne, baba ve çocuğun ekran süreleri arasındaki Spearman korelasyon analizleri ve korelasyon katsayıları Tablo 16'da verilmiştir. Bu analiz sonuçlarına göre:

Annenin hafta içi ekran kullanım süresi ile problem çözme, iletişim, roller ve davranış kontrolü puanları arasında pozitif yönde zayıf derecede ilişki,

Annenin hafta sonu ekran kullanım süresi ile iletişim puanları arasında pozitif yönde zayıf derecede ilişki,

Babanın hafta içi ve hafta sonu ekran kullanım süreleri ile iletişim ve genel işlevler puanları arasında pozitif yönde zayıf derecede ilişki,

Çocuğun ve ebeveynlerin hafta içi ekran kullanım süreleri ile hafta sonu ekran süreleri arasında pozitif yönde orta-çok iyi derecede ilişki,

Çocuğun ekran kullanım süresi ile anne ve babanın ekran kullanım süreleri arasında pozitif yönde orta derecede ilişki,

Annenin ekran kullanım süresi ile babanın ekran kullanım süresi arasında orta-iyi derecede ilişki saptandı.

Tablo 18 Aile işlevleri ve ekran süreleri arasındaki korelasyon analizleri

	PRC	İLET	ROL	DTV	GİG	DK	GF	Anne h.i. ekran	Anne h.s. ekran	Baba h.i. ekran	Baba h.s. ekran	Çocuk h.i ekran	Çocuk h.s. ekran
PRC	1												
İLET	,485**	1											
ROL	,484**	,526**	1										
DTV	,448**	,647**	,457**	1									
GİG	-,023	,224**	,268**	,224**	1								
DK	,335**	,434**	,412**	,418**	,121	1							
GF	,611**	,621**	,578**	,637**	,205**	,348**	1						
Anne h.i. ekran	,187**	,185**	,224**	,127	,137	,176*	,134	1					
Anne h.s. ekran	,119	,170*	,129	,082	,097	,083	,078	,692**	1				
Baba h.i. ekran	,079	,209**	,090	,118	,081	,035	,181*	,410**	,355**	1			
Baba h.s. ekran	,078	,251**	,126	,129	,055	,020	,152*	,355**	,512**	,778**	1		
Çocuk h.i. ekran	,014	,144*	,113	,094	,107	,049	,091	,457**	,380**	,466**	,418**	1	
Çocuk h.s. ekran	,015	,089	,075	,048	-,010	,003	,028	,392**	,444**	,304**	,441**	,750**	1

* Korelasyon 0,05 seviyesinde anlamlı, **Korelasyon 0,01 seviyesinde anlamlı

5. TARTIŞMA

Anaokuluna devam eden 4-6 yaş grubu çocuklarda ekran kullanımının ebeveynlerin ekran kullanımları ve aile işlevleri ile ilişkisini incelemek amacıyla yapılan çalışmanın tartışma bölümü araştırma sorularına yanıt verecek tarzda düzenlenmiştir.

5.1. Çocukların ekran kullanım süreleri nasıldır? Yaş, cinsiyet ve devam ettikleri okula göre ekran kullanım süreleri değişmekte midir?

AAP'nin günlük ekran kullanımı ile ilgili önerisi 2 yaşından küçük çocuklar için sıfır ekran, 2 yaşın üzeri için de günde 2 saatin üzerine çıkmaması yönündedir.[5] Avustralya Sağlık Departmanı 2 yaşından küçük çocuklar için aynı şekilde sıfır ekran ve 2-5 yaş arası içinde günlük 1 saatin üzerine çıkmaması yönünde önerilerde bulunmuştur.[11] Kanada Pediatri Birliği de okul öncesi çocuklar için günlük ekran kullanımının 1 saati geçmemesi yönünde öneri bildirmişlerdir.[6] Bizim çalışmamıza katılan ebeveynlerin çocuklarının hafta içi günlerde çocukların %57,6'sının, hafta sonu günlerde ise %76,3'ünün ekran kullanım süreleri iki saatin üzerindedir. Carson ve arkadaşlarının 4-5 yaş çocuğu olan 1633 ebeveynle yaptıkları çalışmada çocukların %42'sinin 2 saatten fazla, %78'nin 1 saatten fazla ekran süresi olduğu bildirilmiştir.[8] Avustralya, Brezilya, Kanada, Çin, Kolombiya, Finlandiya, Hindistan, Kenya, Portekiz, Güney Afrika, İngiltere ve Amerika Birleşik Devletleri'nden 9-11 yaş arasındaki 5844 katılımcıyla yapılan bir çalışmada ise katılımcıların %54'ünün günlük ekran süresinin 2 saatin üzerinde olduğu belirlenmiştir.[19] Çocukların ekran süresinin bu kadar fazla olmasının sebebi, Carson ve arkadaşlarının çalışmasında da belirtildiği gibi, ebeveynlerin çocuklarını, dışarının güvenli olmadığı gerekçesiyle, ev dışındaki faaliyetlerden alıkoyması olabilir.[8]

Hafta sonu günlerde ekran kullanım süresi hafta içi günlere göre anlamlı olarak daha yüksektir. Kubik ve arkadaşlarının 2011-2015 yılları arasında, ABD'nin Minnesota eyaletinde, 8-12 yaş arasındaki çocuklarda yaptıkları çalışmada da benzer sonuç çıkmıştır ve onlar bu durumu hafta sonu günlerin hafta içi günlere göre daha az

yapılandırılmış olmasına bağlamışlardır.[18] Hafta içi günler okul ve okulla ilişkili aktiviteler nedeniyle doludur. Hafta sonu günlerde ise daha çok boş zaman vardır ve bu boş zamanlar iyi yapılandırılamadığı için televizyon izleme gibi sedanter aktivitelerle dolduruluyor gibi görünmektedir.

Çocukların hangi ekranı kaç yaşında kullanmaya/izlemeye başladığını sorgulayan açık uçlu soruya, 2 yaş altında yanıtı verenlerin oranı televizyon için %27,8, tablet için %3,5, bilgisayar için %4, cep telefonu için %5,6 olarak bulunmuştur. Çocukların elektronik cihazları kaç yaşında kullanmaya/izlemeye başladığının sorgulandığı başka bir çalışmaya rastlanmamıştır. İstanbul'da, anaokuluna devam eden çocukların anneleriyle yapılan nitel bir çalışmada ise çocukların dijital oyun kullanımı ile ilgili annelerin görüşleri değerlendirilmiştir.[124] Bu araştırmaya göre çocukların dijital oyun oynama davranışlarında çevrelerindeki yetişkinlerin önemli etkisi olduğu ve çocukların çevrelerindeki yetişkinleri model aldıkları, çocukların dijital oyunlar ile tanışma yaşının üç yaş civarında olduğu ve hatta bazı annelerin görüşlerine göre ise bu yaşın bir buçuk yaş civarına kadar düştüğü saptanmıştır.[124] Chandra ve arkadaşlarının 500 kişilik çalışmasında 18 aylık bebeklerin %40'ının günlük 2 saatten daha fazla ekrana maruz kaldığı sonucu bulunmuştur.[11] Rideout ve Hamel'in 2006 yılında yayınladıkları, okul öncesi ve daha küçük çocuklar ve onların aileleriyle yaptıkları çalışmada, çocukların 3 ila 9 aylıkken televizyon izlemeye başladığı ve 1-2 yaş arasında %100 oranla televizyon izleyicisi oldukları bildirilmiştir.[23] Ancak bu çalışmadan sonraki yıllarda dokunmatik ekranlı akıllı telefonlar ve tabletler piyasaya yayılmış ve gittikçe popülerliği artmıştır. Nitekim daha yakın zamanda yapılan çalışmalarda televizyona ek olarak küçük çocukların, bu yeni medya araçlarını da kullandıkları bildirilmektedir.[31] Adana'da lise öğrencileriyle yapılan bir çalışmada, öğrencilerin internet kullanımına başlama yaşı düştükçe internet bağımlılık testinden aldıkları puanın arttığı bulunmuştur.[126]

Yaş arttıkça ekran kullanım süresinin arttığı bulunmuştur. Yaş grupları arasındaki bu farklılık hafta içi günler için istatistiksel olarak anlamlı iken hafta sonu günler için anlamlı değildir. Bu bulguyu destekleyecek okul öncesi çocuklar için çalışma bulunmasa da Bucksch ve arkadaşlarının 30 ülkeden 11-15 yaş arasında

443,821 katılımcı ile yaptığı çalışmasında da hafta içi günler için çocukların yaşı arttıkça ortalama günlük ekran sürelerinin arttığı rapor edilmiştir.[7]

Erkek ve kız çocuklar arasında ne hafta içi ne de hafta sonu günler için ekran kullanım süreleri açısından istatistiksel olarak anlamlı farklılık bulunmamıştır. Saunders ve Vallance'ın derleme çalışmasında erkeklerin ekran süresinin kızlardan daha fazla olduğu belirtilmiştir. Bu sonucun, yaş grubu olarak 18 yaş altındaki bütün çocuklardan bahsedildiği için bizim bulgumuzdan farklı olması muhtemeldir.[25] Yaş grubu arttıkça erkek ve kız çocuklarının ekran süresi arasındaki fark açılıyor olabilir.

Çocukların devam ettikleri okullara göre ekran sürelerine bakıldığında gruplar arasında hafta içi günlerde istatistiksel olarak anlamlı fark bulunmuş, bu farklılığın Çukurova Üniversitesi Anaokuluna devam eden çocukların ekran süre ortalamalarının, Rotary hariç diğer anaokullarına devam eden çocukların ekran süre ortalamaları ile arasındaki farktan kaynaklandığı, Çukurova Üniversitesi Anaokuluna devam eden çocukların ekran sürelerinin en düşük olduğu saptanmıştır. Çalışmamızın diğer bir bulgusu olan ebeveynlerin eğitim düzeyi arttıkça çocukların ekran süresinin azalması bu farkın Çukurova Üniversitesi Anaokulu ebeveynlerinin öğrenim durumlarının, diğer okullardakinden daha yüksek olmasından kaynaklanabileceğini düşündürmüştür. Ancak hafta sonu günlerde gruplar arasında istatistiksel olarak anlamlı fark bulunamamıştır.

5.2. Ebeveynlerin yaş, çalışma ve öğrenim durumlarına göre çocukların ekran kullanım süreleri değişmekte midir?

Çalışmamızda anne ve baba yaş gruplarına göre çocukların ekran sürelerine bakıldığında gruplar arasında anlamlı fark bulunmamıştır.

Çalışan annelerin çocuklarının, çalışmayanlara göre hafta içi günlerde neredeyse bir saat daha az ekran kullandığı belirlenmiştir. Hafta sonu günlerde ise gruplar arasında anlamlı farklılık bulunamamıştır. Babanın çalışma durumuna göre çocukların ekran sürelerine bakıldığında gruplar arasında anlamlı fark bulunamamıştır. Birken ve arkadaşlarının Kanada'da 3 yaşında çocuğu olan 157 ebeveynle yaptıkları çalışmada ise annenin çalışıyor olmasının, çocuğun hafta içi günlerdeki ekran süresini, günlük 36 dakika arttırdığı bulunmuştur.[6] Anne yaşı ve eğitimi kontrol altına alınarak yapılan çok

değişkenli analizde çocuğun ekran süresindeki artış annenin çalışması ile ilişkili bulunmuştur. Bu çalışmada çocukların 3 yaş grubunda olması ve sadece %34'ünün okul öncesi bir kuruma devam ediyor olması, annelerin yarısının üniversite mezunu ve %80'inin tam veya yarı zamanlı çalışıyor olmaları gibi faktörler farklılığa neden olmuş olabilir.[6]

Anne ve baba öğrenim durumu değişkenlerinin analizinde anne öğrenim durumu arttıkça hem hafta içi hem hafta sonu günlerde çocuk ekran süresinin anlamlı olarak azaldığı görüldü. Baba öğrenim durumunu analizinde ise; lise mezunu babaların çocuklarının ekran süresi en yüksek, üniversite mezunu babaların çocuklarının ekran süresi ise en düşük olduğu saptandı. Bu bulgumuzla uyumlu olarak Hesketh ve arkadaşlarının çalışmasında da anne öğrenim durumunun çocuğun televizyon izleme süresini etkilediği, eğitim düzeyi arttıkça ekran süresinin azaldığı saptanmıştır.[14] Ancak bu çalışmada baba öğrenim durumuna değinilmemiştir.

5.3. Ailelerin sosyodemografik özelliklerine göre çocukların ekran kullanım süreleri değişmekte midir?

Ailelerin geniş veya çekirdek aile olmasının çocuğun ekran süresinde istatistiksel olarak anlamlı bir farka sebep olmadığı saptanmıştır. Ailedeki çocuk sayısı arttıkça anaokuluna devam eden çocuğun ekran süresinin hafta içi ve hafta sonu günlerde arttığı ancak bu artışın istatistiksel olarak anlamlı olmadığı görülmüştür. Çocuk sayısı ve ekran süresi ilişkisini, okul öncesi çağda inceleyen herhangi bir çalışmaya rastlanmamıştır. Ancak Chandra ve arkadaşlarının Avustralya'da, 18 aylık çocuğu olan 500 ebeveynle yaptıkları çalışmada, kardeş sayısı arttıkça çocukların ekran süresinin azaldığı saptanmıştır.[11] Bu çalışmada, 18 aylık çocuklarla çalışıldığı için bu şekilde sonuç elde edilmiş olabilir. Ayrıca 18 aylık çocuk muhtemelen ailenin en küçük çocuğu olduğu için ilgi odağında bulunuyor olabilir. Bu sebeple de ekran dışında başka aktivitelerle zaman geçirmesi sağlanıyor olabilir. Bizim çalışmamızda 4-6 yaş grubu çocuklar esas alındığı için çocuk sayısındaki artış kendinden küçük kardeşlere de işaret edebilmektedir.

Ailenin ekonomik durumu iyileştikçe hafta içi günlerde çocukların ekran kullanım sürelerinin azaldığı ancak bunun istatistiksel olarak anlamlı olmadığı saptanmıştır. Carson ve arkadaşlarının 2005-2007 yılları arasında, Kanada

Edmonton'da, 4-5 yaşlarında çocuğu olan 1633 aile ile yaptıkları çalışmada sosyoekonomik düzeyi düşük, orta ve yüksek olan mahallelerde yaşayan çocukların toplam ekran süreleri değerlendirilmiştir.[8] Sosyoekonomik düzeyi düşük olan mahallelerde yaşayan kız çocuklarının sosyoekonomik düzeyi yüksek olan yerlerde yaşayan çocuklara göre ekran süreleri daha yüksek bulunmuştur.[8] Bu durumun sebebini yazarlar iki bakış açısıyla açıklamışlardır. Birincisi düşük sosyoekonomik düzeye sahip aileler sokakların çocuklar için güvenli olmadığını düşünmekte ve daha çok evde vakit geçirmelerini istemektedirler. İkincisi yüksek sosyoekonomik düzeye sahip çocukların ekrana alternatif olacak daha çok aktiviteye sahip olmalarıdır. Kubik ve arkadaşlarının 2011-2015 yılları arasında, Amerika Birleşik Devletleri'nin Minnesota eyaletinde, 8-12 yaş arasındaki çocuklarda yaptıkları çalışmada ekran süresinin ekonomik durum iyileştikçe azaldığı görülmektedir.[18] Smith ve arkadaşlarının yaşları 1,5 ile 18 arasında değişen çocukların 3984 ebeveyniyle yaptıkları çalışma da göstermiştir ki; ebeveynler fiziksel aktivitelerin maliyetinden ve fırsat eksikliğinden yakınmaktadır ve durumun ekran süresini arttırdığını düşünmektedirler.[26]

5.4. Ailenin ekran kullanım alışkanlıklarına/kurallarına göre çocukların ekran kullanım süreleri değişmekte midir?

Yemek yerken ekran kullanma alışkanlığı olan çocukların (%62,6) ekran süresi ortalamalarının hem hafta içi hem hafta sonu günlerde diğerlerine göre daha fazla olduğu ancak bu farkın istatistiksel olarak anlamlı olmadığı görülmüştür. Birken ve arkadaşlarının çalışmasında da çalışmamızla uyumlu olarak, yemek yerken ekran kullanım alışkanlığının hem hafta içi hem hafta sonu günlerde ekran süresini arttırdığı kaydedilmiştir.[6]

Ekran konusunda aile içi kuralların olmasının çocukların ekran süresini değiştirdiği, ekran konusunda kuralları olanların (%88,9) çocuklarının ekran sürelerinin daha az olduğu saptanmıştır. Gruplar arasındaki bu farklılık hafta içi için istatistiksel olarak anlamlı iken hafta sonu günleri için anlamlı bulunmamıştır. Birken ve arkadaşlarının yaptığı çalışmada, bulgumuzla uyumlu olarak, ekran konusunda aile içi kuralların olmasının ekran süresini azalttığı bildirilmiştir.[6] Ancak Kubik ve arkadaşları, 8-12 yaş grubu çocuklarla yaptıkları çalışmaları sonucunda ekonomik durumu kötü olan ailelerin çocuklarına ekran konusunda daha çok kural koyduğunu ne var ki ekonomik

durumu iyi olan ailelerin çocuklarının ekran süresinin daha az olduğunu bildirmişler ve bu durumu ekran konusunda ailelerin çocuklarına rol model olmasıyla ilişkilendirmişlerdir.[18] Bu durum kuralların ne düzeyde uygulanabildiği ile de ilişkili olabilir. Nitekim çalışmamızda hafta içi günlerde kuralları her zaman/sıklıkla uygulayan grubun (%57,6) çocuklarının ekran süresi anlamlı olarak daha düşük bulunmuştur. Bu bulguyla uyumlu olarak Ochoa ve Berge'nin Latin popülasyonunda çocukluk çağı obezitesinde ev ortamının etkilerini inceleyen derlemesinde de ebeveynlerin kurallar konusundaki toleransının yüksek olmasının ekran süresini ve diğer sedanter davranışları arttırdığı belirtilmiştir.[24]

Çocuğunun ekran süresinin uygun olduğunu düşünen ebeveynlerin (%54) çocuklarının hem hafta içi hem hafta sonu günlerde ekran kullanım süreleri, uygun olduğunu düşünmeyenlere (%40,4) göre anlamlı olarak daha düşük bulunmuştur. Bununla birlikte, her iki grubun çocuklarının günlük ekran kullanımları 2 saatten fazla çıkmıştır. Bu da ebeveynlerin çocuklara önerilen maksimum ekran süresi sınırını bilmediklerini/uygulamadıklarını ve bu konuda danışmanlık gereksinimleri olduğunu göstermektedir.

Kendine ait bir ekranı olan çocukların (%44,4) ekran kullanım sürelerinin daha fazla olduğu saptanmış, hafta sonu günler için bu farklılık istatistiksel olarak anlamlı bulunmuştur. Yapılan bazı çalışmalarda bu faktör çocuğun kendine ait ekranı olması olarak değil de yatak odasında ekran bulunup bulunmaması olarak değerlendirilmiştir ve yatak odasında ekran bulunan çocukların ekran süresi anlamlı olarak daha yüksek bulunmuştur.[6,19,127]

Çocuklar ekran başında iken ebeveynlerin ne ile meşgul olduğunun sorgulandığı soruda, birden fazla seçenek seçilebiliyordu. Ebeveynlerin %32,3'ü ekran başında olduğunu, %71,7'si ev işleri yaptığını bildirmiştir. Çocuk ekran başında iken ebeveynin ev işleri yapması ya da ebeveynin de ekran başında olmasının çocuğun ekran kullanım süresinde anlamlı fark oluşturmadığı görülmüştür. Benzer şekilde çocuğa anne-baba dışında bakım veren olması ve bakım verenin ekran kurallarını uygulayabilme düzeyinin çocuğun ekran kullanım süresinde anlamlı farka neden olmadığı saptanmıştır. Ochoa ve Berge'nin Latin popülasyonda ev ortamının çocukluk çağı obezitesine etkilerini inceledikleri derlemede ebeveynlerin çocuklarına televizyon izlemeleri için

izin vermelerinin ilk üç nedeni şöyle sıralanmıştır; ebeveynin ev içindeki diğer işlerle ilgilenmesi için çocuğun oyalanması, çocuğun uyumasını sağlaması ve ebeveynin ya da ailedeki diğer üyelerin evdeki diğer televizyonlardan kendi programlarını izleyebilmeleridir.[24] Çalışmamızda çocuk ekran başında iken ebeveynin ne ile meşgul olduğunun çocuğun ekran süresini değiştirmediğini saptadık. Ancak Ochoa ve Berge'nin çalışmasından da anlaşıldığı üzere çocuk ekran başında iken ebeveynin ev işleri yapması ya da ebeveynin de ekran başında olması zaten beklenen bir durumdur.

5.5. Ekran kullanımı konusundaki hekim önerisine göre çocukların ekran kullanım süreleri değişmekte midir?

Çocuğun ekran süresi ile ilgili çocuk ya da aile hekiminin herhangi bir öneride bulunmadığını bildirenlerin oranı %90,9 bulunmuştur. Ekran kullanımı konusunda hekim önerisi almış olan ebeveynlerin çocuklarının ekran kullanım süreleri hem hafta içi hem hafta sonu günlerde öneri almamış olanlara göre daha azdır (hafta içi günlerde yaklaşık 55 dakika, hafta sonu günlerde ise yaklaşık 30 dakika). Bu durum hekimlerin bu konuda ailelere danışmanlık vermesi gerekliliğini ortaya koymaktadır. Amerikan Pediatri Derneği'nin yayınladığı bir raporda, pediatristlerin sadece %16'sının ailelere sosyal medya kullanımı ile ilgili soru sordukları, ailelerin ise %29'unun sosyal medya konusunda çocuklarını götürdükleri pediatristlerin tavsiyelerini dikkate aldıkları bildirilmiştir.[31]

Aile hekimliği disiplininin felsefesinde, sağlığın ve iyiliğin geliştirilmesi kapsamında koruyucu hekimlik ön plana çıkmaktadır.[110] Bununla birlikte toplumda dijitalleşmenin yeni bağımlılıklara yol açtığı; aşırı ekran kullanımının obeziteyi arttırdığı, uyku bozukluklarına sebep olduğu, çocuklarda otizm benzeri davranışlara yol açtığı ve bunlarla birlikte birçok başka hastalığa da yol açtığı çalışmalarla ortaya konmuştur.[25,128] Bu hastalıklardan korunmak adına, koruyucu hekimlik bağlamında aile hekimlerine çocukların ekran kullanımları ile ilgili ebeveynleri bilgilendirmek konusunda görev düştüğü açıktır. Aile hekimleri gebelikten başlayan bir süreç ile her bir bireyi en yakından takip eden hekimdir. Süreklilik ilkesinden dolayı, bireylerin içinde yaşadıkları toplumu ve sosyoekonomik durumlarını, kültürel koşullarını diğer hekimlere göre daha iyi analiz edebilme şansına sahiptir. Aşı ve takip gibi gerekçelerle çocuklar ve

aileleri ile daha çok temas fırsatı doğmaktadır. Bu fırsatları ekran kullanımı konusunda bilgilendirme amacıyla da kullanabilirler.

5.6. Aile işlevleri ile aile bireylerinin ekran kullanım süreleri arasında ilişki var mıdır?

Çalışmamızda çocukların ekran süresi ile aile işlevleri arasında bir ilişki saptanmamıştır. 4-6 yaş grubu çocukların ekran kullanımının aile işlevleri ile ilişkisini değerlendiren başka bir çalışmaya rastlanmamıştır. Benzer şekilde Haines ve arkadaşları 14-24 yaş arasındaki 6382 katılımcı ile yaptıkları çalışmada adölesan ve genç erişkinlerin ekran kullanımı ile aile işlevleri arasında ilişki bulamamışlardır.[15] Ancak Balkan ve arkadaşlarının üniversite öğrencilerinde yaptıkları çalışmada internet/bilgisayar bağımlılığı eğilimi ile aile işlevselliği arasında ilişki saptanmıştır.[30] Bu çalışmaya göre internet bağımlılığı eğilimi Aile Değerlendirme Ölçeği'nin problem çözme, iletişim, roller, duygusal tepki verebilme, davranış kontrolü ve genel fonksiyon alt ölçekleriyle; bilgisayar bağımlılığı eğilimi ise problem çözme, iletişim ve genel fonksiyon alt ölçekleriyle negatif ilişkili bulunmuştur. Benzer olarak bizim çalışmamızda da annenin hafta içi ekran kullanım süresi ile problem çözme, iletişim, roller ve davranış kontrolü, hafta sonu ise iletişim puanları arasında ilişki, babanın hafta içi ve hafta sonu ekran kullanım süreleri ile iletişim ve genel işlevler puanları arasında ilişki saptanmıştır.

Çalışmamızda çocuğun ekran kullanım süresi ile anne ve babanın ekran kullanım süreleri arasında pozitif yönde orta derecede, çocuğun ve ebeveynlerin hafta içi ekran kullanım süreleri ile hafta sonu ekran süreleri arasında pozitif yönde orta-çok iyi derecede ilişki, annenin ekran kullanım süresi ile babanın ekran kullanım süresi arasında orta- iyi derecede ilişki olduğu saptanmıştır. Jago ve arkadaşlarının 3-10 yaş arasındaki 2965 çocuk ve ailelerini içeren çalışmalarında ebeveyn ve çocukların televizyon ve diğer medya araçlarıyla oynama süreleri güçlü ilişkili bulunmuştur.[16] Birken ve arkadaşlarının çalışmasında da ebeveyn ekran süresi artışının çocuğun da ekran süresini arttırdığı saptanmıştır.[6] Kubik ve arkadaşları ebeveynlerin televizyon izleme konusunda rol model olmalarının, çocuklara ekran konusunda sadece kural koymaktan daha etkili olduğu vurgulanmıştır.[18] Schoeppe ve arkadaşlarının yaş ortalamaları 11,2±0,8 olan 3300 çocuk ve 2933 ebeveynle, 5 ülkede yaptığı çalışmada

annenin sağlıklı yaşam aktivitelerinin çocuklarda daha etkili olduğu, oysa ki sedanter yaşam aktivitelerinde her iki ebeveynin eşit olarak modellendiği görülmüştür.[129] Annenin ev dışı aktiviteleri kız çocuğunda daha etkili iken; babanın ekran temelli davranışları erkek çocuğuna daha etkili bulunmuştur.

5.7. Çalışmanın Kısıtlı ve Güçlü Yönleri

Her araştırmada olduğu gibi bu çalışmanın da bazı kısıtlılıkları vardır. Öncelikle, bir anket çalışması olduğu için veriler sübjektiftir. Anketler sınıf öğretmenleri aracılığıyla toplandığı için ebeveynlerle yüz yüze görüşme yapılamamış, anketlerle ilgili anlaşılmayan yerler varsa gerekli açıklamalar yapılamamıştır. Örneklem içinde anaokuluna devam etmeyen çocukların olmaması bir diğer kısıtlılıktır. Bulgularımız sadece bu çalışmaya ait örneklemeyi yansıttığı için 4-6 yaş grubunun geneline ait kesin yargı çıkarmak bilimsel olarak uygun değildir.

Ulaşılabilen literatüre göre bu çalışma ekran kullanımının aile işlevleri ile ilişkisinin değerlendirildiği nadir çalışmalardan birisi ve bu konuda 4-6 yaş grubu çocuklarda yapılmış ilk çalışmadır.

6. SONUÇ VE ÖNERİLER

6.1. Sonuçlar

Anaokuluna devam eden 4-6 yaş çocukların ekran kullanımının aile işlevleri ve ebeveyn ekran kullanımı ile ilişkileri incelemek amacıyla yaptığımız çalışmamıza, Adana Sarıçam ilçesinde bulunan 5 anaokulundan 198 ebeveyn katılmıştır. Çocukların %52'si erkek, %17,2'si 4 yaş, %33,8'i 5 yaş ve %49'u 6 yaş grubundadır.

Hafta içi günlerde çocukların %57,6'sının, hafta sonu günlerde ise %76,3'ünün ekran kullanım süreleri iki saatin üzerinde olduğu; çocukların %27,8'inin televizyonu, %5,6'sının cep telefonunu, %4'ünün bilgisayarı, %3,5'unun tableti 2 yaşından önce kullanmaya başladığı saptanmıştır.

Çocukların yaşları arttıkça ekran kullanım süresinin arttığı ancak çocukların ekran kullanım sürelerinin cinsiyet gruplarına göre farklılaşmadığı saptanmıştır.

Çalışan annelerin çocuklarının, çalışmayanlara göre hafta içi günlerde neredeyse bir saat daha az ekran kullandığı belirlenmiştir.

Anne ve baba öğrenim durumu değişkenlerinin her ikisinin de çocukların ekran süresi üzerinde anlamlı farklılık oluşturduğu hem hafta içi hem hafta sonu günlerde, anne-babaların eğitim seviyesi arttıkça, çocukların ekran süresinin azaldığı görülmüştür.

Ailedeki çocuk sayısı arttıkça anaokuluna devam eden çocuğun ekran süresinin hafta içi ve hafta sonu günlerde arttığı ancak bu artışın istatistiksel olarak anlamlı olmadığı görülmüştür.

Ailenin ekonomik durumu kötüleştikçe hafta içi günlerde çocukların ekran kullanım sürelerinin arttığı ancak bunun istatistiksel olarak anlamlı olmadığı saptanmıştır.

Katılımcıların %62,6'sı çocuklarının yemek yerken ekran kullanma alışkanlıklarının olduğunu, %88,9'u ekran konusunda aile içi kurallarının olduğunu, %44,4'ü çocuklarının kendine ait bir ekranının olduğunu bildirmiştir.

Yemek yerken ekran kullanma alışkanlığı olan çocukların ekran süresi ortalamalarının hem hafta içi hem hafta sonu günlerde diğerlerine göre daha fazla olduğu ancak bu farkın istatistiksel olarak anlamlı olmadığı görülmüştür.

Ekran konusunda aile içi kuralların olmasının çocukların ekran süresini değiştirdiği, ekran konusunda kuralları olanların çocuklarının ekran sürelerinin daha az olduğu saptanmıştır. Gruplar arasındaki bu farklılık hafta içi için istatistiksel olarak anlamlı iken hafta sonu günleri için anlamlı bulunmamıştır. Hafta içi günlerde kuralları her zaman/sıklıkla uygulayan grubun çocuklarının ekran süresi anlamlı olarak daha düşük bulunmuştur.

Çocuğunun ekran süresinin uygun olduğunu düşünen ebeveynlerin g hem hafta içi hem hafta sonu günlerde ekran kullanım süreleri, uygun olduğunu düşünmeyenlere göre anlamlı olarak daha düşük bulunmuştur. Her iki grubun da çocuklarının ekran sürelerinin aritmetik ortalaması alındığında günlük ekran kullanımları 2 saatten fazla çıkmıştır.

Kendine ait bir ekranı olan çocukların ekran kullanım sürelerinin daha fazla olduğu saptanmış, hafta sonu günler için bu farklılık istatistiksel olarak anlamlı bulunmuştur.

Çocuğun ekran süresi ile ilgili çocuk ya da aile hekiminin herhangi bir öneride bulunmadığını bildirenlerin oranı %90,9 bulunmuştur. Ekran kullanımı konusunda hekim önerisi almış olan ebeveynlerin çocuklarının ekran kullanım süreleri hem hafta içi hem hafta sonu günlerde öneri almamış olanlara göre daha azdır.

Çocukların ekran kullanım süresi ile aile işlevleri arasında bir ilişki saptanmamıştır. Ancak annenin hafta içi ekran kullanım süresi ile problem çözme, iletişim, roller ve davranış kontrolü, hafta sonu ise iletişim puanları arasında ilişki, babanın hafta içi ve hafta sonu ekran kullanım süreleri ile iletişim ve genel işlevler puanları arasında ilişki saptanmıştır. Ayrıca çocuğun ekran kullanım süresi ile anne ve babanın ekran kullanım süreleri arasında pozitif yönde orta derecede, çocuğun ve ebeveynlerin hafta içi ekran kullanım süreleri ile hafta sonu ekran süreleri arasında pozitif yönde orta-çok iyi derecede ilişki, annenin ekran kullanım süresi ile babanın ekran kullanım süresi arasında orta- iyi derecede ilişki olduğu saptanmıştır.

6.2. Öneriler

1. Çocuklarla ebeveynlerin ekran süreleri arasındaki güçlü pozitif ilişki nedeniyle ebeveynlerin ekran kullanımı konusunda öncelikle kendilerini gözden geçirmeleri ve çocuklarına olumlu rol model olabilmek için gereken girişimlerde bulunmaları konusunda rehberlik edilebilir.
2. Çocuklara ekran kullanımı konusunda kurallar koymanın ve bu kuralları uygulama düzeyinin artmasının çocukların ekran süresini azalttığı bulgusundan hareketle ebeveynlere çocuklarına ekran kullanımı konusuna etkin kurallar koymalarının ve bu kuralların uygulanmasına yönelik kararlı tutum göstermelerinin önemi anlatılabilir.
3. Ebeveynlerin sadece onda birinin ekran kullanımı konusunda hekimlerin öneride bulunduğunu bildirmesi ve bunun çocukların ekran süresini azaltmada etkili bulunması nedeniyle hekimlere konu hakkında danışmanlık vermelerinin önemi anlatılabilir.
4. Ülkemizde birimci basamağa yönelik hazırlanmış olan rehberlere (Periyodik Sağlık Muayene Rehberi, Bebek ve Çocuk İzlem Rehberleri vb.) ekran kullanımı konusunda danışmanlık hizmetinin eklenmesi konusunda girişimler yapılabilir.
5. Çocukların çok daha erken yaşlarda ekranla tanışmaları, yaş arttıkça ekran süresinin artması, ekran kullanımına başlama yaşı düştükçe bağımlılık riskinin artması göz önüne alındığında gelecek nesiller için önemli bir sağlık sorunu olarak karşımıza çıkacak olan ekran bağımlılığı ve bilinçli ekran kullanımı konusunda çocuklara ve ebeveynlere yönelik farkındalık yaratacak girişimler yapılabilir. Bu konuda öğretmenler, sağlık profesyonelleri, medya ve politikacılar daha aktif rol alabilirler.
6. Bu çalışma diğer anaokullarında ve anaokuluna gitmeyen çocuklarda da uygulanarak genişletilebilir, geri bildirimlerle geliştirilip, revize edilebilir.
7. Niteliksel çalışmalarla ekran kullanımının içeriği, ebeveynlerin bu konudaki düşünceleri vb. ortaya konulabilir. Konuyla ilgili girişimsel çalışmalar planlanabilir.

7. KAYNAKLAR

1. Ünalan, T. Türkiye'de Çekirdek Aileler. *Nüfusbilim Dergisi* **1988;** 10-51.

2. Gökçe, B. *Aile ve Aile Tipleri Üzerine Bir İnceleme.* Aile Yazıları I, (Derl: B.Dikeçligil ve A.Çiğdem) 1990, Ankara: Aile Araştırma Kurumu Başkanlığı Yayınları, Bilim Serisi No: 5/1, ss.205-223.

3. Tezcan, M. ***Eğitim Sosyolojisi.*** 11.baskı, Ankara: Zirve Ofset, 1997.

4. Rakel RE, Rakel DP. *Family Medicine.* 9, Philadelphia:Elsevier, 2016.

5. American Academy of Pediatrics (AAP). Children, Adolescents & Television. *Pediatrics* **2001;** 107:423-426.

6. Birken SC ve ark. Parental Factors Associated With Screen Time in Preschool Children inprimary care Practise: a Target Kids! study. *Public Health Nutrition* **2011;** 14(12):2134-2138.

7. Bucksch J, Sigmundova D, Hamrik Z ve ark. İnternational trends in adolescent screen time behaviors from 2002 to 2010. *J Adolesc Health* **2016;** 58:417-25.

8. Carson V. ve ark. Association between neighborhood socioeconomic status and screen time among preschool children: a cross-sectional study. *BMC Public Health* **2010;** 10:367.

9. Cengizhan C. Öğrencilerin Bilgisayar ve İnternet Kullanımında Yeni Bir Boyut: Bağımlılık. Erişim: (http: mimoza.marmara.edu.tr/cahit/Yayin/bildiri/inet-tr03/index2.html) 2003. Erişim tarihi: 16.02.2009.

10. Certain LK, Kahn RS. Prevalence, correlates, and trajektory of television wieving among infants and toddlers. *Prediatrics* **2002;** 109:634-642.

11. Chandra M ve ark. Screen Time Of İnfants in Sidney, Australia: A Birth Cohort Study. *BMJ Open* **2016;** 6:e012342.

12. Eşgi, N. Dijital Yerli Çocukların ve Dijital Göçmen Ebeveynlerinin İnternet Bağımlılığına İlişkin Algılarının Karşılaştırılması. *Hacettepe Üniversitesi Eğitim Fakültesi Dergisi (H. U. Journal of Education)* **2013;** 28(3), 181-194.

13. Feldman S, Eisenberg ME, Neumark-Sztainer D, Story M. Associations Between Watching TV during fsmily meals and dietary intake among adolescents. *J Nutr Educ Behav.* **2007;** 39(5): 257-263.

14. Hesketh K ve ark. Mediators of the relationship between maternal education and children's TV viewing. *American journal of preventive medicine,* **2007*;*** 33.1: 41-47.

15. Haines J ve ark. Family functioning and quality of parent-adolescent relationship: cross-sectional associations with adolescent weight-related behaviors and weight status. *International Journal of Behavioral Nutrition and Physical Activity* **2016;** 13.1.

16. Jago, R., Stamatakis, E., Gama, A., Carvalhal, I. M., Nogueira, H., Rosado, V., & Padez, C. Parent and child screen-viewing time and home media environment. *American journal of preventive medicine* **2012;** 43(2), 150-158.

17. Kırbaş S. minik seyirciler: bebek ve küçük çocuklarda hareketli görüntü algısının gelişimi üzerine bir derleme. *Erciyes İletişim Dergisi* **2014;** 3:26-40.

18. Kubik MY ve ark. Association Between Parent Television-Viewing Practices and Setting Rules to Limit the Television-Viewing Time of Their 8- to 12-Year-Old Children, Minnesota, 2011-2015. *Preventing Choronic Disease* **2017;** 14(E06).

19. LeBlanc AG, Katzmarzyk PT, Barreira TV ve ark. correlates of total sedentary time and screen time in 9-11 year-old children around the world: the international study of childhood obesity. *Lifestyle and the environment. PLoS One.* **2015;** 10:e0129622.

20. Medina, J. *Bebekler İçin Beynin Kuralları.* 1, İstanbul: Pozitif Yayıncılık, 2014.

21. Ramirez ER ve ark. Adolescent screen time and rules to limit screen time in the home. *Journal of Adolescent Health* **2011;** 48.4: 379-385.

22. Rideout VJ, Foehr UG, Roberts DF. Generation M2: Media in the Lives of 8- to 18-Year-Olds. Erişim: (http://kff.org/other/report/generation-m2-media-in-thelives-of-8-to-18-year-olds/) 2010. Erişim tarihi:12.05.2017. [Çevrimiçi]

23. Rideout VJ, Hamel E. The Media Family ve Electronic Media in the Lives of Infants, Toddlers, Preschoolers, and Their Parents, The. **2006.**

24. Ochoa A, Berge JM. Home Environmental Influences on Childhood Obesity in the Latino Population: A Decade Review of Literature. *Journal of Immigrant and Minority Health* **2017;** 1-18.

25. Saunders TJ, Vallance JK. Screen Time and Health Indicators Among Children and Youth: Current Evidence, Limitations and Future Directions. *Applied Health Economics and Health Policy,* **2016;** 1-9.

26. Smith BJ ve ark. Parental Influences on child physical activity and screen viewing time: a population based study. *BMC public health* **2010;** 10:593.

27. Türkiye Pedagoji Derneği. Çocuk ve Ekran. Erişim: (http://pedagojidernegi.com/icerik.asp?ID=19) 2015. Erişim tarihi:16.05.2017. [Çevrimiçi] http://pedagojidernegi.com/icerik.asp?ID=19.

28. Brindova D ve ark. How parents can affect excessive spending of time on screen-based activities. *BMC public health* **2014;** 14.1 1.

29. Akbulut, N. Televizyon Çocukları**.** *İ.Ü. İletişim Fakültesi Dergisi* **2001; 11:363-367.**

30. Balkan, E. The Relationship Between Computer-Internet Addiction And Family Functions Among University Students. *Education Sciences* **2011;** 6.1 231-239.

31. Chassiakos Y.R. ve ark. Children and Adolescents an Digital Media. *Pediatrics* **2016;** 138(5).

32. Couse LJ, Chen DW. A tablet computer for young children? exploring ıts viability for early childhood education. *Journal of Research on Technology in Education* **2010;** 43(1), 75–98.

33. Domoff SE, Lumeng JC, Kaciroti N, Miller AL. Early Chilhood Risk Factors Mealtime TV Exposure and Engagement İn Low-Income Families. *Academic Pediatrics* **2017;** 17.4:411-415.

34. Kubik MH, Gurvich OV, Fulkerson JA. Association Between Parent Television-Viewing Practices and Setting Rules to Limit the Television-Viewing Time of Their 8- to 12-Year old Children, Minnesota, 2011-2015. *Preventing Chronic Disease* **2017;** 14.

35. Bulut, I. Ruh hastalığının aile işlevlerine etkisi. TC Başbakanlık Kadın ve Sosyal Hizmetler Müsteşarlığı, **1993.**

36. Ogburn, WF. *Changing Functions of the Family, Selected Studies In Marriage and The Family.* New York: Rinehart and Winston Inc, **1963.**

37. Ackerman, NW. *The psychodynamics of family life.* Oxford : Jason Aronson, **1958.**

38. Kır, İ. Toplumsal Bir Kurum Olarak Ailenin İşlevleri. *Elektronik Sosyal Bilimler Dergisi* (Elektronic Journal), **2011;** 10:381-404. Erişim: http://dergipark.ulakbim.gov.tr/esosder/article/view/5000068415/5000063477.

39. Özgüven, İE. *Evlilik ve Aile Terapisi.* Ankara: PDREM (Psikolojik Danışma Rehberlik Eğitim Merkezi Yayını) **2000.**

40. Acar A. Türk Aile Yapısı Ve Kızılcahamam Aile Yapısı Üzerine Bir Araştırma, (Basılmamış doktora tezi), İstanbul: İstanbul Üniversitesi Sosyal Bilimler Enstitüsü **1990** BACANLI.

41. Tezcan M. *Eğitim Sosyolojisi.* 4.baskı. Ankara: Ankara Üniversitesi Basımevi, **1985.**

42. Yılmaz, H. *Sevgili Anne Ve Babacığım, Lütfen Bu Kitabı Okur musunuz!..,* 16. Basım, Konya: Çizgi Kitabevi Yayını, **2004.**

43. Binbaşıoğlu, C. *Eğitim Psikolojis.,* Ankara: Binbaşıoğlu Yayınevi, **1978.**

44. Dinçer, Ç. *Çocuklarda özsaygı*
http://www.egitim.com/aile/0651/0651.ortak/0651.12.cocuklardaozsaygi.a sp?BID=06&MenuNo=0 17.11.2008. Erişim tarihi:14.09.2017.

45. Bilgili, A. *Avrupa Topluluğu Đle Bütünleşme Sürecinde Türk Aile Yapısı,(Basılmamış doktora tezi),* İstanbul: Mimar Sinan Üniversitesi, Sosyal Bilimler Enstitüsü. **1993**

46. Eğmez K, Funda C. Okulöncesi Eğitim kurumlarında ailenin eğitime katılımı (Kocaeli'nde Bes Anaokulunda Yapılan Arastırma), (Yayınlanmamış yüksek lisan tezi), Adapazarı: Sakarya Üniversitesi Sosyal Bilimler Enstitüsü **2008.**

47. Erkal ME. *Sosyoloji (Toplumbilim)* 3. baskı, İstanbul: Filiz Kitabevi **1987.**

48. Nirun, N. *Sistematik Sosyoloji Yönünden Aile ve Kültür,* Ankara: Atatürk Kültür, Dil ve Tarih Yüksek Kurumu Atatürk Kültür Merkezi Yayını Sayı:73 **1994.**

49. Tezcan, M. *Sosyolojik Açıdan Boş Zamanların Değerlendirilmesi,* Ankara: Ankara Üniversitesi Eğitim Bilimleri Fakültesi Yayınları **1982.**

50. Ottoway, AKC. *Education and Society, An Introduction to the Socioloy of Education,* 4.baskı London: Routledge & Kegan Paul **1962.**

51. Erden, M. *Eğitim Bilimine Giriş,* Ankara: Arkadaş Yayınevi **2007.**

52. *Erden, M.* *Öğretmenlik Mesleğine Giriş,* İstanbul: Alkım Yayınları **1998.**

53. *Kır, İ.* *"Eğitimin Toplumsal Temelleri" Eğitim Bilimine Giriş,* Edt. Fatih Töremen, İstanbul: İdeal Kültür Yayıncılık **2010.**

54. Tezcan, M. *Eğitim Sosyolojisi,* 9. baskı, Ankara: Zirve Ofset **1994.**

55. Türk Dil Kurumu. TDK http://www.tdk.gov.tr/index.php?option=com_gts&kelime=EKRAN Erişim tarihi:20.10.2017.

56. Mete, M. *Televizyon Yayınlarını Türk Toplumu Üzerindeki Etkisi.* Ankara: Atatürk Kültür Merkezi Başkanlığı Yayınları, **1999.**

57. Aziz, A. *Televizyon ve Radyo Yayıncılığı.* Ankara: Turhan Kitabevi, **2006.**

58. Bay, N. *Radyo ve Televizyon Yayıncılığı.* İstanbul: Nüve Kültür Merkezi, **2007.**

59. O'Regan, G. *A brief History of Computing: Second Edition.* London: Springer-Verlag London Limited, **2012.**

60. Kalkan M, Kaygusuz C. *İnternet bağımlılığı sorunlar ve çözümler.* 1, Ankara: Anı Yayıncılık, **2013.**

61. Ryan, J. *A History of the Internet and the Dijital Future.* London: Reaktion Books LTD, **2010.**

62. Akbal A, Balık HH. *TCP/IP'nin Dünü Bugünü Yarını.* Akademik Bilişim 2006 Konferansı. Denizli Türkiye, 9-11 Şubat **2006.**

63. Aggarwal, A. *Web-Based Learning and Teaching Technologies: Oppurtunities and Challenges.* Hershey-USA: Idea Group Publishing, **2000.**

64. Çağıltay, K. *İnternet.* Ankara: METU Yayınları, **1997.**

65. IWS. Internet World Stats: Usage Population Statistics,2017. http://www.internetworldstatas.com/ adresinden **21.08.2017** tarihinde ulaşılmıştır.

66. De Prato G. Feijoo C, Simon JP. *Innovations in the video game industry: changing.* **2014.**

67. TÜİK. www.tuik.gov.tr/PreIstatistikTablo.do?istab_id=1580. [Çevrimiçi] [Alıntı Tarihi: **24 07 2017.]**

68. Mobisad. 2016 https://www.mobisad.net/ Erişim Tarihi: 24.07.**2017** . [Çevrimiçi]

69. Weber DS, Singer DG. *The Media Habits of Infants and Toddlers: Finding From a Parent Survey. Zero to Three* **2004;** 25(1):30-36.

70. Büyükbaykal, G. Televizyonun çocuklar üzerindeki etkileri. *İstanbul Üniversitesi İletişim Fakültesi Dergisi* **2007;** 28:31-44.

71. Öztürk, Ş. Televizyonda Şiddet İçerikli Yayınlar Karşısında Çocuğun Durumu, II. Uluslararası Çocuk ve İletişim Kongresi. **2006:** 3-22.

72. Şeker T, Sine R. Çocuk Zihnindeki Haber Resmi. *Global Media Journal Spring* **2012;** 118-137.

73. Önder A, Dağal BA. Okul Öncesi Çocukların Annelerinin 'Benimle Oynar mısın?' Çocuk Programını Kalite Kriterlerine Göre Değerlendirmesi, II.Uluslararası Çocuk ve İletişim Kongresi, **2006:** 171-184.

74. Mutlu, E. *Globalleşme, Popüler Kültür ve Medya.* Ankara:Ütopya Yayınevi, **2005.**

75. Davis, RA. A cognitive-behavioral model of pathological internet use. *Computers in Human Behavior,* **2001;** 17, 187-195.

76. Young, KS. Internet addiction: The emergence of a new clinical disorder**.** *Cyberpsychology & Behavior* **1998;** 1(3): 237–244.

77. Young, KS. What makes the internet addictive: potential explanations for pathological internet use. Yayınlanmış Amerikan Psikoloji Örgütü 105. yıl Konferansı Semineri, Washington, D.C. **1997.**

78. Morahan MJ, Schumacher P. Incidence and correlates of pathological Internet use among college students. *Computers in Human Behavior* **2000;** 16, 13-29.

79. Caplan, SE. Problematic Internet use and psychosocial well-being: development of a theory-based cognitive– behavioral measurement instrument. *Computers in Human Behavior* **2002;** 18, 553–575.

80. Kraut R, Paterson M. Internet paradox. *American Psychologist* **1998;** 53, 1017-1031.

81. Young KS, Rogers RC. The relationship between depression and internet addiction. *CyberPsychology & Behavior,* **1998;** 1, 3-8.

82. Beard KW, Wolf EM. Modification in the proposed diagnostic criteria for internet addiction. *CyberPsychology & Behavior,* **2001;** 3(4), 377-380.

83. Sırakaya M, Seferoglu SS. Öğretmen adaylarının problemli internet kullanımlarının incelenmesi. *Hacettepe Üniversitesi Eğitim Fakültesi Dergisi [Hacettepe University Journal of Education],* **2013;** 28(1), 356-368.

84. Young KS. Internet addiction: symptoms, evaluation and treatment. *In L. Van de Creek, & X. Jackson, Innovations in clinical practice: a source book,* **1999a;** 17, 19-31.

85. Young KS. Internet addiction: evaluation and treatment. *Student British Medical Journal* **1999b;** 7, 351–352.

86. Prensky, M. Has growing up digital and extensive video game playing affected younger military personnel's skill sets? Paper presented at the I/ITSEC **2003.**

87. Amerikan Psychiatric Association. *Diagnostic And Statistical Manual Of Mental Disorders.*5. Edition, **2017.**

88. Bilgiç HG, Duman D, Seferoğlu SS. Dijital yerlilerin özellikleri ve çevrim içi ortamların tasarlanmasındaki etkileri. *Akademik Bilişim* **2011;** 2-4

89. Tarhan N, Nurmedov S. *Bağımlılık Sanal veya Gerçek.* 5. Baskı, İstanbul: Timaş Yayınları, **2017.**

90. Ögel, K. *Bağımlı Aileleri İçin Rehber Kitap.* 2. Baskı, İstanbul: Kültüe Yayınları, **2015.**

91. Yelland, N. The Future is now: A review of the literature on the use of computers in early childhood education (1994-2004). *Association for the Advancement of Computing In Education Journal* **2005;** 13(3), 201-232. .

92. Li X, Atkins MS. Early childhood computer experience and cognitive and motor development. *Pediatrics,* **2004;** 113(6).

93. Fish ve ark. Early childhood computer experience and cognitive development among urban low-income preschoolers. *Journal of Educational Computing Reseacrh* **2008;** 38(1), 97-113.

94. Geist, EA. A qualitative examination of two year-olds interaction with tablet based interactive technology. *Journal of Instractional Psychology,* **2012;** 39(1), 2635.

95. Huffstetter ve ark. *Effects of a Computer-Based Early Reading Program on the Early Reading and Oral Language Skills of At-Risk Preschool Children. Journal of Education for Students Placed at Risk* **2010;** 15: 279–298.

96. Kuyucu, M. Gençlerde Akıllı Telefon Kullanımı Ve Akıllı Telefon Bağımlılığı Sorunsalı: "Akıllı Telefon(Kolik)" Üniversite Gençliği. *Global Media Journal TR Edition* **2017;** 7(14):328-359.

97. Choudhary, A. Smartphones and their impact on net income per employee for selected U.S. Firms. *Review of Business and Finance Studies* **2014;** Volume: 5, Number: 2.

98. Lipnowski S, LeBlanc CMA. Healthy active living: Physical activity guidelines for children and adolescents S. *Canadian Paediatric Society Healthy Active Living and Sports Medicine Committee Abridged version: Paediatr Child Health* **2012;** 17(4):209-10.

99. Who.int. Electromagnetic fields and public health: mobile phones. Erişim: (http://www.who.int/mediacentre/factsheets/fs193/en/) 2014. erişim tarihi:**12.05.2017.**

100. Greenfield, D.N. Virtual addiction: Sometimes new technology can create new problems, 1999. Erişim: (http://www.virtual-addiction.com/pdf/nature_internet_addiction.pdf). Erişim tarihi: 03.02.2016.

101. Kim S, Kim R. A Study of Internet Addiction: Status, Causes and Remedies - Focusing on the alienation factor. *International Journal of Human Ecology* **2002;** 3(1),1-19.

102. Henderson, EC. Understanding addiction. *University Pres of Mississippi.* **2001;** 4-153.

103. Griffiths, MD. Internet Addiction: Fact or Fiction?. *The Psychologist,* **1999;** 12(5), 246-250.

104. Ceyhan E, Ceyhan A, Gürcan A. Problemli internet kullanımı ölçeğinin geçerlik ve güvenirlik çalışmaları. *Kuram ve Uygulamada Eğitim Bilimleri* **2007;** 7,411-416.

105. Thompson, S. Internet Connectivity: Addiction and Dependency Study, Honors Thesis in Media Studies, Pennsylvania State University, December 6, 1996. Erişim: (http://www.personal.psu.edu/sjt112/iads/thesis.html). Erişim Tarihi: **06.04.2008.**

106. Brenner, *V. Psychology of Computer Use: XLVII. Parameters of Internet Use, Abuse and Addiction: The First 90 Days of The Internet Usage Survey. Psychol. Rep.* **1997;** 80, 879-882**.**

107. Ayas T, Çakır Ö, Horzum MB. Ergenler İçin Bilgisayar Bağımlılığı Ölçeği. *Kastamonu Eğitim Dergisi* **Mayıs 2011;** cilt 19, no: 2; 439-448.

108. Aydemin Ö. Başka Yerde Sınıflandırılmamış Dürtü Kontrolü Bozuklukları: E Köroğlu (Çeviri E, d.) Mental Bozuklukların Tanısal ve Sayısal El Kitabı (DSM-4), Dördüncü Baskı. Hekimler Yayın Birliği. Ankara, **1995,** 833-851.

109. Çakır Ö, Ayas T, Horzum MB. Üniversite Öğrencilerinin Bilgisayar Bağımlılıklarının Çeşitli Değişkenlere Göre İncelenmesi. *Ankara Üniversitesi Eğitim Bilimleri Fakültesi Dergisi* **2011;** 44 (2), 95-118. .

110. WONCA EUROPE. The European Definition of General Practice / Family Medicine. **2011** Edition.

111. T.C. Sağlık Bakanlığı Türkiye Halk Sağlığı Kurumu. Bebek, Çocuk, Ergen İzlem Protokolleri. Ankara: **2015.**

112. Özdemir ve ark. Kişilik Gelişimi. *Psikiyatride Güncel Yaklaşımlar-Current Approaches in Psychiatry* **2012;** 4(4):566-589.

113. Fleming JS. Erikson's psychosocial developmental stages. http://psychology. about.com/od/psychosocialhteries/a/psychological.htm Erişim tarihi:**8.10.2017.**

114. Çamlıbel İA. Çocukların gelişim süreci ve televizyonun etkileri (Uzmanlık tezi). *Ankara, Radyo ve Televizyon Üst Kurulu,* **2012.**

115. Çamlıbel İA. Çocukların gelişim süreci ve televizyonun etkileri (Uzmanlık tezi). *Ankara, Radyo ve Televizyon Üst Kurulu,* **2012**.

116. Türker A. Anne babanın çocuğun kişilik gelişimine etkisi. http: // www.bilted.com/ icsayfa.asp?an=5&id=23 Erişim tarihi: **8.10.2017.**

117. Öztürk O, Uluşahin A. *Ruh Sağlığı ve Bozuklukları,* 10. Baskı. Ankara, Bayt, **2008.**

118. Sayıl M. *Erik Erikson: Psikososyal gelişim dönemleri ve kimlik.* In Çocuk ve Ergen Ruh Sağlığı ve Hastalıkları (Eds AS Aysev, Y Taner):23-37. İstanbul, Golden Print, **2007.**

119. Dikmeer İA. *Bilişsel gelişim kuramları.* In Çocuk ve Ergen Ruh Sağlığı ve Hastalıkları (Eds AS Aysev, Y Taner)**:**95-107. İstanbul, Golden Print, **2007.**

120. Dönmez A. Bilişsel sosyal şemalar. *Ankara Üniversitesi Dil ve Tarih-Coğrafya Fakültesi Felsefe Bölümü Dergisi* **1992;** 14:131-146.

121. Simatwa EMW. Piaget's theory of intellectual development and its implication for instructional management at presecondary school level. *Educational Research and Reviews* **2010;** 5:366-371.

122. Gündüz F. Okul öncesi çocuklarda dini tasavvurlara psikolojik bir yaklaşım. (Yüksek lisans tezi). Kahramanmaraş, Sütçü İmam Üniversitesi, **2007.**

123. Çevik A. İçe alınmış nesne ilişkileri kuramı. In Çocuk ve Ergen Ruh Sağlığı ve Hastalıkları. (Eds AS Aysev, Y Taner):11-22. İstanbul, Golden Print, **2007.**

124. Toran M, Ulusoy Z, Aydın B, Deveci T, Akbulut A. Çocukların Dijital Oyun Kullanımına İlişkin Annelerin Görüşlerinin Değerlendirilmesi. *Kastamonu Eğitim Dergisi* **2016;** 24/5:2263-2278.

125. Carson V, Spence JC, Cutumisu N, Cargill L. Association Between Neighborhood Socioeconomic Status and Screen Time Among Pre-school Children: Across-sectional Study. *BMC Public Health* **2010;** 10: 367.

126. Günnar, Ö. Adana İl Merkezi Lise Öğrencilerinde İnternet Bağımlılığının Saldırganlık ve Öfke ile İlişkisi. Uzmanlık Tezi, Çukurova Üniversitesi Tıp Fakültesi, Adana, **2016.**

127. Nikken P, Schols M. How and Why parents guide the media use of young children. *J Child Fam Stud* **2015;** 24:3423-3435.

128. Wu X ve ark. The relationship between screen time, nighttime sleep duration, and behavioural problems in preschool children in China**.** *European child & adolescent psychiatry,* **2017;** 26.5: 541-548.

129. Schoeppe ve ark. The İnfluence of paternal modelling on children's physical activity and screen time: Does it differ by gender?. *European Journal of Public Health* **2016;** 1-6.

130. Özen Y, Gülaçtı F, Çıkılı Y. Eğitim bilimleri ve internet. *Doğu Anadolu Bölgesi Araştırmaları* **2004;** 52-57.

131. Doğan KN, Söz B. Televizyonun Çocukların Beslenme Alışkanlıklarına Etkisi, II. Uluslararası Çocuk ve İletişim Kongresi, **2006;** 55-70.

132. Ertürk, YD. Çocuk ve Televizyon Etkileşiminde Aile, I.Uluslararası Çocuk ve İletişim Konferansı, **2004;** 271-277.

133. Davis, RA. A cognitive-behavioral model of pathological internet use. *Computers in Human Behavior* **2001;** 17, 187-195.

134. Ataman Yeğin, D. Sosyal Medya Ve Akıllı Mobil Teknoloji: Akıllı Sosyal Yaşamlar. *TOJDAC / The Turkish Online Journal of Design Art and Communication* **2016;** 6:105-113.

135. Türkiye İstatistik Kurumu. Hanehalkı Bilişim Teknolojileri Kullanım Araştırması, **2014.** Erişim: (http://www.tuik.gov.tr/PreHaberBultenleri.do?id=16198). Erişim tarihi: **01.02.2016.**

136. Beard KW, Wolf EM. Modification in the proposed diagnostic criteria for Internet addiction. *CyberPsychology & Behavior,* **2001;** 4(3), 377-383.

137. Young, KS. Internet addiction: The emergence of a new clinical disorder. *Cyberpsychology & Behavior* **1998;** 1(3): 237–244.

138. Cengizhan C. Öğrencilerin Bilgisayar ve İnternet Kullanımında Yeni Bir Boyut: Bağımlılık **2003.** Erişim: (http: mimoza.marmara.edu.tr/cahit/Yayin/bildiri/inet-tr03/index2.html). Erişim tarihi: 16.02.2009. **.**

EK-1: Bilgilendirme, Onam ve Anket Formu

AYDINLATILMIŞ ONAM FORMU

Sayın Katılımcı,

"4-6 yaş grubu çocuklarda ekran kullanımı ve aile işlevselliği" ile ilgili bir anket çalışması planlanmıştır. Bu ankette tanımlayıcı bilgiler yer almamaktadır. Cevaplarınız gizli kalacaktır ve sonuçlar sadece bilimsel amaçla kullanılacaktır. Ancak doldurduğunuz anketin sonucu konusunda bireysel olarak geribildirim almak isterseniz isminizi yazabilir ve/veya e-mail adresinizi ekleyebilirsiniz. Danışmanlık hizmeti almak istiyorsanız bizden randevu almanız gerekmektedir. Parasal bir bedel ödemenizi gerektirmeyen ve size de bir ödeme yapılması söz konusu olmayan bu çalışmaya katılmama ve katıldıktan sonra çekilme hakkınız bulunmaktadır. Ek bilgi talebiniz olursa sözlü olarak karşılanacaktır. Sorulara dürüst olarak doğru cevap vermeniz araştırmanın sağlıklı sonuçlarla tamamlanabilmesi açısından çok önemlidir. Katılımınız ve ayıracağınız zaman için teşekkür ederiz.

Dr.Emine Çelik
Doç.Dr.Sevgi Özcan
Çukurova Üniversitesi Tıp Fakültesi Aile Hekimliği Anabilim Dalı
Telefon: 0322 3386060- 3087

ANKET FORMU

1. ANNENİN	**2. BABANIN**
1.a. Yaşı:……	**2.a. Yaşı:……**
1.b. İş durumu: 1.Çalışıyor 2. Çalışmıyor	**2.b. İş durumu:** 1.Çalışıyor 2. Çalışmıyor
1.c. Öğrenim durumu: 1.İlköğretim 2.Lise 3.Üniversite 4. Y.lisans/Doktora	**2.c. Öğrenim durumu:** 1.İlköğretim 2.Lise 3.Üniversite 4. Y.lisans/Doktora
3.Evde birlikte yaşayan kişiler kimler?	1. Anne 2. Baba 3. Çocuk(lar) 4. Büyükanne/Büyükbaba 5. Diğer……
4.Kaç çocuğunuz var?	1.Tek 2. İki 3.Üç veya daha fazla
5.Çocuklarınızın yaşlarını ve cinsiyetlerini belirtir misiniz?	1.çocuk……. 2.çocuk……. 3.çocuk……. ……. …….
6.Ailenizin ekonomik durumu nedir?	1.Çok kötü 2. Kötü 3. Orta 4. İyi 5. Çok iyi

7.Bu okula devam eden çocuğunuz kaç yaşında? (Bitirdiği yaş)	
8.Bu okula devam eden çocuğunuz çocuğunuzun cinsiyeti nedir?	1.Erkek 2. Kız
9. Çocuğunuzun sürekli ilaç kullanımı gerektiren tanı konulmuş	1.Evet 2. Hayır .....

hastalıkları var mı? Varsa lütfen açıklayınız	.....
10.Çocuğunuzun bir sağlık sorunu olduğunda kime başvurursunuz?	1.Aile hekimimize 2.Çocuk hekimine 3.Diğer
11.Çocuğunuz için aile hekimine başvurunuz genellikle ne şekilde olur? (Birden fazla şık işaretleyebilirsiniz)	1. Aşı ve takip 2.Hastalandığında 3.İlaç yazdırmak için 4.Diğer..... 5. Hiç
12.Çocuğunuz yemek yerken televizyon ya da diğer cihazları izler/kullanır mı?	1.Evet 2.Hayır
13.Ekran kullanımı ile ilgili (televizyon, bilgisayar, cep telefonu, ipad, play station vb) aile içi kurallarınız var mı?	1.Evet 2. Hayır
14.Bu kuralları ne kadar uygulayabiliyorsunuz?	1.Hiçbir zaman 2. Nadiren 3. Bazen 4. Sıklıkla 5.Her zaman
15.Çocuğunuzun genellikle ekran başında (televizyon, bilgisayar, cep telefonu, ipad, play station vb) geçirdiği süre sizce uygun mu?	1.Evet uygun 2. Hayır fazla 3. Hayır az
16.Aile veya çocuk hekiminiz hiç çocuğunuzun ekran başında geçirmesi gereken süreyle ilgili olarak bir öneride bulundu mu? Evetse önerilen bu süre ne idi?	1.Evet 2. Hayır .....
17.Çocuğunuz ekran başındayken (televizyon, bilgisayar oyunu, cep telefonu, tablet vb) genelde siz ne ile meşgul olursunuz?	1.Ben de ekran başında olurum 2.Ev işlerini yaparım 3.Diğer….
18.Çocuğunuz hangi teknolojik aleti kaç yaşında/kaç aylıkken kullanmaya başladı? Belirtiniz.	1.Televizyon……. 2.Cep telefonu…… 3.Bilgisayar……... 4.Tablet……
19. Çocuğunuzun kendine ait bir elektronik cihazı (televizyon, bilgisayar, cep telefonu, tablet vb) var mı?	1.Evet 2. Hayır
20. çocuğunuza okul zamanları dışında anne/baba dışında bakımveren var mı?	1.Hayır, yok 2.Evet ,anneanne/babaanne 2.Evet, bakıcı 3.diğer……..
21. Anne-baba dışında çocuğunuza bakımveren varsa, ekran kullanımı konusundaki kurallar onlar tarafından da uygulanıyor mu?	1.Hiçbir zaman 2. Nadiren 3. Bazen 4. Sıklıkla 5.Her zaman

Lütfen hem hafta içi hem hafta sonu bölümlerini doldurunuz	**Hafta içi**	**Hafta sonu**
Çocuğunuz genellikle günde kaç dakika/saat televizyon izler?		
Çocuğunuz genellikle günde kaç dakika/saat bilgisayarda oyun oynar?		
Çocuğunuz genellikle günde kaç dakika/saat cep telefonu ile zaman geçirir?		
Çocuğunuz genellikle günde kaç dakika/saat tablet veya diğer elektronik cihazlar ile zaman geçirir?		

ANNE	**Hafta içi**	**Hafta sonu**
Anne genellikle günde kaç dakika/saat televizyon izler?		
Anne genellikle günde kaç dakika/saat bilgisayarda oyun oynar?		
Anne günde kaç dakika/saat cep telefonu ile zaman geçirir?		
Anne günde kaç dakika/saat tablet ya da diğer elektronik cihazlarla zaman geçirir?		
BABA	**Hafta içi**	**Hafta sonu**
Baba genellikle günde kaç dakika/saat televizyon izler?		
Baba genellikle günde kaç dakika/saat bilgisayarda oyun oynar?		
Baba günde kaç dakika/saat cep telefonu ile zaman geçirir?		
Baba günde kaç dakika/saat tablet ya da diğer elektronik cihazlarla zaman geçirir?		

Lütfen aşağıdaki ifadelere katılma durumunuzu işaretleyiniz	Aynen Katılı-yorum	Büyük Ölçüde Katılı-yorum	Biraz Katılı-yorum	Hiç Katılmı-yorum
1.Ailece ev dışında program yapmada güçlük çekeriz, çünkü aramızda fikir birliği sağlayamayız.	( )	( )	( )	( )
2.Günlük hayatımızdaki sorunların (problemlerin) hemen hepsini aile içinde hallederiz.	( )	( )	( )	( )
3.Evde biri üzgün ise, diğer aile üyeleri bunun nedenlerini bilir.	( )	( )	( )	( )
4.Bizim evde, kişiler verilen her görevi düzenli bir şekilde yerine getirmezler.	( )	( )	( )	( )
5.Evde birinin başı derde girdiğinde, diğerleri de bunu kendilerine fazlasıyla dert ederler.	( )	( )	( )	( )
6.Bir sıkıntı ve üzüntü ile karşılaştığımızda, birbirimize destek oluruz.	( )	( )	( )	( )
7.Ailemizde acil bir durum olsa, şaşırıp kalırız.	( )	( )	( )	( )
8.Bazen evde ihtiyacımız olan şeylerin bittiğinin farkına varmayız.	( )	( )	( )	( )
9.Birbirimize karşı olan sevgi, şefkat gibi duygularımızı açığa vurmaktan kaçınırız.	( )	( )	( )	( )
10.Gerektiğinde aile üyelerine görevlerini hatırlatır, kendilerine düşen işi yapmalarını sağlarız.	( )	( )	( )	( )
11.Evde dertlerimizi üzüntülerimizi birbirimize söylemeyiz.	( )	( )	( )	( )
12.Sorunlarımızın çözümünde genellikle ailece aldığımız kararları uygularız.	( )	( )	( )	( )
13.Bizim evdekiler, ancak onların hoşuna giden şeyler söylediğimizde bizi dinlerler.	( )	( )	( )	( )
14.Bizim evde bir kişinin söylediklerinden ne hissettiğini anlamak pek kolay değildir.	( )	( )	( )	( )
15.Ailemizde eşit bir görev dağılımı yoktur.	( )	( )	( )	( )
16.Ailemizin üyeleri, birbirlerine hoşgörülü davranırlar.	( )	( )	( )	( )
17.Evde herkes başına buyruktur.	( )	( )	( )	( )
18.Bizim evde herkes, söylemek istediklerini üstü kapalı değil de doğrudan birbirlerinin yüzüne söyler.	( )	( )	( )	( )
19.Ailede bazılarımız, duygularımızı belli etmeyiz.	( )	( )	( )	( )
20.Acil bir durumda ne yapacağımızı biliriz.	( )	( )	( )	( )
21.Ailecek korkularımızı ve endişelerimizi birbirimizle tartışmaktan kaçınırız.	( )	( )	( )	( )
22.Sevgi, şefkat gibi olumlu duygularımızı birbirimize belli etmekte güçlük çekeriz.	( )	( )	( )	( )

	Aynen Katılı-yorum	Büyük Ölçüde Katılı-yorum	Biraz Katılı-yorum	Hiç Katılmı-yorum
23.Gelirimiz (ücret, maaş) ihtiyaçlarımızı karşılamaya yetmiyor.	( )	( )	( )	( )
24.Ailemiz, bir problemi çözdükten sonra, bu çözümün işe yarayıp yaramadığını tartışır.	( )	( )	( )	( )
25.Bizim ailede herkes kendini düşünür.	( )	( )	( )	( )
26.Duygularımızı birbirimize açıkça söyleyebiliriz.	( )	( )	( )	( )
27.Evimizde banyo ve tuvalet bir türlü temiz durmaz.	( )	( )	( )	( )
28.Aile içinde birbirimize sevgimizi göstermeyiz.	( )	( )	( )	( )
29.Evde herkes her istediğini birbirinin yüzüne söyleyebilir.	( )	( )	( )	( )
30.Ailemizde, her birimizin belirli görev ve sorumlulukları vardır.	( )	( )	( )	( )
31.Aile içinde genellikle birbirimizle pek iyi geçinemeyiz.	( )	( )	( )	( )
32.Ailemizde sert-kötü davranışlar ancak belli durumlarda gösterilir.	( )	( )	( )	( )
33.Ancak hepimizi ilgilendiren bir durum olduğu zaman birbirimizin işine karışırız.	( )	( )	( )	( )
34.Aile içinde birbirimizle ilgilenmeye pek zaman bulamıyoruz.	( )	( )	( )	( )
35.Evde genellikle söylediklerimizle, söylemek istediklerimiz birbirinden farklıdır.	( )	( )	( )	( )
36.Aile içinde birbirimize hoşgörülü davranırız	( )	( )	( )	( )
37.Evde birbirimize, ancak sonunda kişisel bir yarar sağlayacaksak ilgi gösteririz.	( )	( )	( )	( )
38.Ailemizde bir dert varsa, kendi içimizde hallederiz.	( )	( )	( )	( )
39.Ailemizde sevgi ve şefkat gibi güzel duygular ikinci plandadır.	( )	( )	( )	( )
40.Ev işlerinin kimler tarafından yapılacağını hep birlikte konuşarak kararlaştırırız.	( )	( )	( )	( )
41.Ailemizde herhangi bir şeye karar vermek her zaman sorun olur.	( )	( )	( )	( )
42.Bizim evdekiler sadece bir çıkarları olduğu zaman birbirlerine ilgi gösterir.	( )	( )	( )	( )
43.Evde birbirimize karşı açık sözlüyüzdür.	( )	( )	( )	( )
44.Ailemizde hiçbir kural yoktur.	( )	( )	( )	( )
45.Evde birinden bir şey yapması istendiğinde mutlaka takip edilmesi ve kendisine hatırlatılması gerekir.	( )	( )	( )	( )

	Aynen Katılı-yorum	Büyük Ölçüde Katılı-yorum	Biraz Katılı-yorum	Hiç Katılmı-yorum
46.Aile içinde, herhangi bir sorunun (problemin) nasıl çözüleceği hakkında kolayca karar verebiliriz.	( )	( )	( )	( )
47.Evde kurallara uyulmadığı zaman ne olacağını bilmeyiz.	( )	( )	( )	( )
48.Bizim evde aklınıza gelen her şey olabilir.	( )	( )	( )	( )
49.Sevgi, şefkat gibi olumlu duygularımızı birbirimize ifade edebiliriz.	( )	( )	( )	( )
50.Ailede her türlü problemin üstesinden gelebiliriz.	( )	( )	( )	( )
51.Evde birbirimizle pek iyi geçinemeyiz.	( )	( )	( )	( )
52.Sinirlenince birbirimize küseriz.	( )	( )	( )	( )
53.Ailede bize verilen görevler pek hoşumuza gitmez çünkü genellikle umduğumuz görevler verilmez.	( )	( )	( )	( )
54.Kötü bir niyetle olmasa da evde birbirimizin hayatına çok karışıyoruz.	( )	( )	( )	( )
55.Ailemizde kişiler herhangi bir tehlike karşısında (yangın, kaza gibi) ne yapacaklarını bilirler, çünkü böyle durumlarda ne yapılacağı aramızda konuşulmuş ve belirlenmiştir.	( )	( )	( )	( )
56.Aile içinde birbirimize güveniriz.	( )	( )	( )	( )
57.Ağlamak istediğimizde, birbirimizden çekinmeden rahatlıkla ağlayabiliriz.	( )	( )	( )	( )
58.İşimize (okulumuza) yetişmekte güçlük çekiyoruz.	( )	( )	( )	( )
59.Aile içinde birisi, hoşlanmadığımız bir şey yaptığında ona bunu açıkça söyleriz.	( )	( )	( )	( )
60.Problemimizi çözmek için ailecek çeşitli yollar bulmaya çalışırız.	( )	( )	( )	( )

Anketi dolduran ebeveyn

1. Anne 2.Baba 3.Birlikte

Mail adresiniz (zorunlu değildir):…….

Doldurduğunuz anketin sonucu konusunda bireysel olarak geribildirim almak isterseniz isminizi yazabilir ve/veya e-mail adresinizi ekleyebilirsiniz. Danışmanlık hizmeti almak istiyorsanız bizden randevu almanız gerekmektedir. Katılımınız ve ayıracağınız zaman için teşekkür ederiz.

Dr.Emine Çelik
Doç.Dr.Sevgi Özcan
Çukurova Üniversitesi Tıp Fakültesi Aile Hekimliği Anabilim Dalı
Tel: 338 60 60 (3087)

EK-2 Etik Kurul Onay Formu

T.C. ÇUKUROVA ÜNİVERSİTESİ TIP FAKÜLTESİ GİRİŞİMSEL OLMAYAN KLİNİK ARAŞTIRMALAR ETİK KURULU

Toplantı Sayısı		Tarih
62		3 Mart 2017

KARAR NO 34- Aile Hekimliği Anabilim Dalı'nda, Doç. Dr. Sevgi Özcan yönetiminde, Araş. Gör. Dr. Emine Çelik tarafından yürütülmesi öngörülen, "Çukurova Üniversitesi Anaokuluna devam eden 4-6 Yaş Çocukların Ekran Kullanımının, Ebeveyn Ekran Kullanımı ve Aile İşlevleri ile İlişkisi" başlıklı tıpta uzmanlık tez projesi araştırma etiği yönünden değerlendirildi. Toplantıya katılan üyelerin oybirliğiyle uygun olduğuna karar verildi.

BAŞKAN	**Doç Dr Selim Kadıoğlu** Tıp Tarihi ve Etik Anabilim Dalı	
ÜYELER	**Prof Dr Davut Alptekin** Tıbbi Biyoloji Anabilim Dalı	
	Prof Dr Dinçer Yıldızdaş Çocuk Sağlığı ve Hastalıkları Anabilim Dalı	
	Prof Dr Mehmet Kanadaşı Kardiyoloji Anabilim Dalı	
	Prof Dr Gülşah Seydaoğlu Biyoistatistik Anabilim Dalı	
	Prof Dr Gürhan Sakman Genel Cerrahi Anabilim Dalı	Toplantıya Katılmadı
	Doç Dr Suat Gezer Göğüs Cerrahisi Anabilim Dalı	Toplantıya Katılmadı
	Av. Zehra Bulut Hukukçu Üye	Toplantıya Katılmadı
	Dr Neşe Kayrın Kurum Dışı Üye	

Çukurova Üniversitesi Tıp Fakültesi Dekanlık Binası, Balcalı 01330 Adana
Telefon: 0322 338 60 60 dahili 3465, Faks: 0322 338 67 22

ÖZGEÇMİŞ

Adı Soyadı: Emine Çelik

Doğum Tarih ve Yeri: 04.08.1990/Mersin

Medeni Durumu: Evli

Adres: Ç.Ü.T.F. Aile Hekimliği AD, ADANA

Telefon: 05074232087

E. posta: eminenisaa@hotmail.com

Mezun Olduğu Tıp Fakültesi: Çukurova Üniversitesi Tıp Fakültesi

Görev Yerleri: 2013-2014 Mardin Nusaybin Devlet Hastanesi Acil Servisi

2014-2016 Atatürk Üniversitesi Tıp Fakültesi Aile Hekimliği A.D.

2016-2017 Çukurova Üniversitesi Tıp Fakültesi Aile Hekimliği A.D.

Dernek Üyelikleri: ÇAHMED, TAHUD

Yabancı Dil: İngilizce