

COVID-19 Pandemi Sürecinde Medyanın 3-18 Yaş Arasındaki Çocuklar Üzerindeki Olumsuz Psikolojik Etkisinin Önlenmesi

Prevention of Negative Psychological Effects of Media on Children aged 3-18 During COVID-19 Pandemic Process

Abdullah SARMAN¹, Suat TUNCAY², Emine SARMAN³

- ¹ Bingöl Üniversitesi, Sağlık Hizmetleri Meslek Yüksekokulu, İlk ve Acil Yardım Programı, Bingöl/TÜRKİYE
² Bingöl Üniversitesi, Sağlık Bilimleri Fakültesi, Çocuk Sağlığı ve Hastalıkları Hemşireliği AD, Bingöl /TÜRKİYE
³ Süleyman Demirel Üniversitesi, Tıp Fakültesi, Histoloji ve Embriyoloji AD, Isparta /TÜRKİYE

Geliş Tarihi: 30.04.2020, Kabul Tarihi: 09.08.2020

ÖZET

Covid-19, birçok ülkeyi etkisi altına almış ve giderek daha fazla insana bulaşın olduğu bir pandemidir. Bu pandeminin küresel çapta etki göstermesi insanlarda merak oluşmasına ve medya sektörünün yaşanan süreci yakından izlemesine neden olmuştur. Medya bu anlamda yaygın kapsama alanı ve geniş kullanıcı kitlesiyle önemli bir enformasyon ağı sağlamaktadır. Pandemi sürecinde medyada insanları bilgilendirici nitelikte içerikler olduğu gibi halkı kaos ve karamsarlığa sürükleyebilecek birçok bilgi izleyiciler veya kullanıcılarla anlık olarak paylaşılmaktadır. Medya, insanların bilgileneceği anlamında faydalı olsa da kullanımına dikkat edilmediği takdirde birtakım olumsuzlukların meydana gelmesine neden olabilmektedir. Uygun olmayan içerik ve yayınlardan en çok etkilenecek olanlar hiç şüphesiz çocuk ve ergenlerdir. Reyting ve daha fazla kullanıcıya ulaşma kaygısıyla yayınlanan bilgiler, görüntüler ve paylaşımlar ilerleyen süreçte ruhsal sorunlar yaşanmasına neden olabilecektir. Ebeveynlerin bu tür konularda dikkatli olmaları ve çocuklarını yaşanması muhtemel bu tür sorunlara karşı korumaları gerekmektedir. Genel seyri ve gidişatı çoğu zaman belirsizlikle devam eden pandemi sürecinde çocukların en az hasarla bu süreci atlatabilmeleri için aileler, medya yöneticileri ve ülke idarecilerinin üzerine bazı sorumluluklar düşmektedir.

Anahtar Kelimeler: Covid-19, çocuk, ergen, medya, pandemi

ABSTRACT

Covid-19 is a pandemic that has influenced many countries and has been infecting more and more people. The effect of pandemic on global scale caused people to be curious. The media sector is closely monitored the process. In this context, the media provides an important information network with its widespread coverage and wide user base. In the pandemic process, there are informative content in the media, as well as many information that can lead the public to chaos and pessimism, and are shared instantly with viewers or users. Although the media is beneficial in terms of informing people, it may cause some negativities if its usage is not paid attention. Undoubtedly, children and adolescents will be most affected by inappropriate content and publications. Information, views and sharing published with the concern of rating and reaching more users may cause mental problems in the future. Parents need to be careful about such matters and protect their children against such potential problems. The general course and course of pandemics often continue with uncertainty. Therefore, some responsibilities fall on families, media managers and country administrators so that children can survive this process with minimal damage.

Key Words: Adolescent, child, covid-19, media, pandemic

GİRİŞ

Virüs mutasyonları ve mikrop çeşitliliği dünyada birçok pandemi meydana gelmesine neden olmuştur (Dünya Bankası, 2017). Pandemi sürecinde çoğu öngörülemediği için bulaşıcılıkları da fazladır.

Bulaşıcılığın fazla olması nedeniyle pandemiler özellikle de bazı yaş gruplarında daha fazla ölümcül olabilmektedir. Bu risk gruplarından biri de çocuk ve ergenlerdir (Huang ve ark., 2020; Zhu ve ark., 2020). Pandemi içerisinde küresel çapta meydana getirdiği etkilerle dünya gündemini en fazla meşgul

***Sorumlu Yazar:** Abdullah SARMAN Bingöl Üniversitesi, Sağlık Hizmetleri Meslek Yüksekokulu, İlk ve Acil Yardım Programı, Bingöl/TÜRKİYE. E mail: asarman@bingol.edu.tr.

edenlerden biri de Covid-19'dur. Covid-19, ilk kez 2019 yılı Aralık ayında Çin'in Wuhan eyaletinde ortaya çıkmış ve milyonlarca kişiye bulaştığı bildirilmiştir (Dünya Sağlık Örgütü, 2020; Li ve ark., 2020). Hastalığın çok hızlı bir şekilde yayılması nedeniyle Dünya Sağlık Örgütü (WHO), Covid-19'u 11 Mart 2020'de bir pandemi olarak sınıflandırmıştır (Guan ve ark., 2020; Ludvigsson, 2020).

Bir hastalığın etkili yönetimi ancak tüm yönleriyle değerlendirilmesiyle mümkün olabilir (Jansson ve ark., 2020). İlk ortaya çıktığında hastalık hakkında sınırlı sayıda bilgi olduğu için tanılama, tedavi ve yönetim işlemlerinin hasta veya şüpheli bireylere yansımaları zaman almıştır. Covid-19'un başlamasından bu yana, hastaları tedavi etmek ve onlara bakım vermek için zamana karşı bir yarış başlamıştır (Jiang ve ark., 2020). Bu süreçte doktor, hemşire ve tüm sağlık çalışanları büyük bir özveriyle çalışmıştır (Marraro ve Spada, 2020). Ölüm oranları yüksek bu hastalık karşısında son dönemde alınan tedbirler ve önleyici uygulamalar sayesinde başarılı sonuçlar elde edilmesine rağmen enfekte birey sayıları hala yüksek rakamlarla ifade edilmektedir (Dünya Sağlık Örgütü, 2020). Bu derlemede Covid-19 pandemi sürecinde medyanın, 3-18 yaş arasındaki çocuklar üzerindeki olumsuz olabilecek psikolojik etkilerinin literatür kapsamında incelenmesi; aileler, medya yöneticileri ve ülke idarecileri için yol gösterici olacağı düşünülen birtakım önerilerin sıralanması amaçlanmıştır.

Pandemi, medya ve sağlık ilişkisi

Toplumlar da yer alan bireylerle iletişimi sağlayan basın yayın organlarının tümü medya olarak nitelendirilmektedir. Birey ve toplum üzerinde yapabileceği etkiler konusunda, birbirinden çok farklı, hatta kimi zaman birbirleriyle tamamiyle zıt görüşler ileri sürülmektedir (Arslan, 2006). Bu görüşlerden biri de pandemi dönemlerinde oluşturduğu etkiyle alakalıdır. Bu anlamda değerlendirildiğinde modern toplumlar da, kitle iletişim araçları (televizyon, radyo, gazeteler, reklam panoları vb.) ile bulaşıcı hastalıklar arasında karmaşık bir ilişki bulunduğu görülmektedir (Yan ve ark., 2016). Hastalıklar güncel hayattı da etkileyebildiğinden gerek görsel, gerekse yazılı medyada kendisinden fazlasıyla söz ettirebilir ve sosyal medya aracılığı ile çeşitli bilgiler, farklı platformlardan ilgili konularda merak hisseden kullanıcılarla anlık olarak paylaşılabilir. Bir pandemi gibi uluslararası özelliğe sahip acil durumlarda bilginin zamanında ve kolektif olarak aktarılması için özellikle geleneksel ve sosyal medya platformlarının kullanıldığı bilinmektedir (O'Brien

ve ark., 2020). Çünkü insanlar, pandemi konusunda medya aracılığıyla hızlı bir şekilde, kritik konularda kendilerine rehberlik sağlayabilen güvenilir bilgi elde etmeye çalışırlar (Holmes ve ark., 2020). Halk sağlığı açısından sorun oluşturan kriz zamanlarında bu tür bilgilerin yayılması hayati bir önem taşımaktadır (Sharma ve ark., 2017). Covid-19 pandemisinde geleneksel ve sosyal medya sitelerinin, paylaşım platformlarının hastalık hakkındaki bilgileri geniş kitlelere ulaştırmak için kullanıldığı bildirilmiştir (Ransing ve ark., 2020). Enfeksiyon ve pandemilerle ilgili bilgilerin sürekli ve anlık olarak medyada yer alması, halk üzerinde birtakım psikolojik etkiler yaratabilir ve bu bilgileri takip eden bireylerin davranışları potansiyel olarak etkilenebilir veya değişebilir (de Silva ve ark., 2009). Bazı çalışmalarda bir pandeminin medyada yer almasının olumlu etkilerine değinilerek, medyanın mantık çerçevesinde, bilinçli ve doğru kullanılması halinde halk sağlığının korunması ve sürdürülmesinde oldukça etkili araçlardan biri olabileceği belirtilmektedir (Darı, 2017).

Milyonlarca internet kullanıcısı bulunan Çin'de, ilk kez 2013 Mart ayında görülen insan kuş gribi virüsünün (H7N9) internet kullanıcıların %95'inden fazlası tarafından çeşitli internet tabanlı arama motorlarında bilgi edinilmek amacıyla aratıldığı bildirmiştir. Bu çalışmada H7N9 pandemisi ile siber kullanıcı farkındalık düzeyi arasında pozitif yönde bir korelasyon olduğu, medyanın geniş popülasyon üzerinde doğrudan veya dolaylı olarak olumlu değişiklikler meydana getirebileceği ve özellikle de sağlıkla ilgili davranışlardaki olumsuz değişiklikleri önleyebileceği belirlenmiştir (Xie ve ark., 2014). Özellikle internet tabanlı sosyal medya platformları bilgi paylaşımının kamuya açık olduğu evrensel sosyal ağlara sahip olduğundan bireyler üzerinde daha fazla etkili olabilmektedir (Xiao ve ark., 2015). Yapılan bir çalışmada sosyal medyanın kamuoyu bilinci oluşturmada ve hastalıkların gözlenen etkilerini azaltmada önemli bir rol oynadığı gözlemlenmiştir (Funk ve ark., 2010). Başka bir çalışmada ise, bireylerin medyada yer alan haberlere verdikleri önem dereceleri incelenmiştir. Çalışma sonucunda medyanın bulaşıcı hastalıkların kontrolünde önemli bir yeri olduğu ve bireylerde birtakım davranış değişikliklerinin ortaya çıkmasında güdüleyici olabildiği belirlenmiştir (Yan ve ark., 2016).

Kitle iletişim araçları ve sosyal medyanın günlük hayatımızda giderek artan bu özelliği pandemi sırasında halkı bilgilendirmek için kullanılmasını kolaylaştırmasına rağmen toplumu yanlış

bilgilendirme riskinin de bir hayli fazla olabildiğini göstermektedir. Çünkü birtakım komplo teorilerinin halka açık paylaşım platformlarda yayılmasının daha popüler olma eğilimi bulunmaktadır (Sharma ve ark., 2017). Ayrıca pandemi dönemlerinde bazı asılsız söylentileri yaymak için karşıt görüşlü gruplar tarafından başlatılan birtakım olumsuz girişimler de olabilir.

Sharma ve ark. (2017), ilk kez 1947'de Uganda'da keşfedilen, pandemik etkileri olan Zika virüs enfeksiyonunun Amerika'da görülmesinden sonra, hastalığın yayılmasındaki artış ve bir sosyal medya platformu olan Facebook'un Zika virüsü pandemisi için bir bilgi kaynağı olarak kullanımı arasındaki ilişkiyi inceledikleri çalışmada, yanıltıcı mesajların, hastalıkla ilgili doğru bilgiler içeren mesajlardan çok daha popüler olduğu ve halk üzerinde daha fazla merak uyandırdığı belirlenmiştir. Bir başka çalışmada ise sosyal medyada hızla yayılan yanlış bilgilerin kişilerde hastalığa ilişkin risk algısını güçlendirdiği, stres tepkileri oluşumuna neden olduğu, endişe ortamı meydana getirdiği bildirilmiştir (Ng ve ark., 2018; Wang ve ark., 2019). Bu tür medya haberlerinin toplum üzerinde oluşturabileceği zararlı etkilerin düzeyini ölçmek neredeyse imkansızdır. Ancak yapılan çalışma sonuçları bu tür olaylara en duyarlı kitlenin tanımlanarak olumsuz etkilerden korunması konusunda daha fazla araştırma yapılmasına ihtiyaç olduğunu göstermektedir (Wang ve ark., 2019). Yanlış ve yanıltıcı bilgilerin yayılmasıyla başa çıkmak için etkili bir baş etme stratejisine özellikle de pandemi dönemlerinde ihtiyaç duyulmaktadır (Southwell ve ark., 2016). Farklı sosyal medya ve kitle iletişim araçlarından yapılan haber öğelerinin sayısının, bir pandeminin farklı aşamalarında enfeksiyon dinamikleriyle ilişkili olup olmadığı sorusu hala belirsizliğini korumaktadır (Yan ve ark., 2016). Bu tür ilişkilerin varlığını ortaya çıkarmak için daha fazla çalışma yapılması gerekmektedir.

Son yaşanan Covid-19 pandemisinin gelecekteki dönemde kişiler üzerinde doğrudan veya dolaylı psikolojik ve sosyal etkilerinin olacağı ve ruhsal sağlığı etkileyebileceği belirtilmektedir (Holmes ve ark., 2020; Kaya, 2020). Pandemi sürecinde kişilerin evden çalışmak zorunda kalması, yaşanan istihdam sorunları, hastalığın ne zaman kontrol altına alınabileceği sorularının belirsizliği, sosyal ve fiziksel izolasyon tedbirleri, fiziksel ve ruhsal sağlık için gerekli olan birçok sosyal ortamın kesintiye uğramasına neden olmuştur (Bao ve ark., 2020). Yaşanan bu tür olayların sonuçlarının ne olacağı bilinmezken hastalığın sosyal medyada sıklıkla

işlenmesi psikososyal etkilerinin şiddetini daha da arttırabilecektir. Yapılan çalışmalar pandemi dönemlerinde çocuk ve ergenlerde ruh sağlığı sorunlarının daha fazla artış sergilediğini göstermektedir (Sellers ve ark., 2019).

3-6 yaş arasındaki çocuklar

Akut hastalık veya pandemiler, beklenmeden geliştikleri ve aniden ortaya çıktıkları için yetişkinlerde olduğu gibi çocuklarda da çeşitli zorlanmalara neden olabilirler. Çocuk, ailesi ve sevdikleri bir anda kendilerini bilmedikleri bir etkenle karşı karşıya bulmakta, alışık olmadıkları bir süreçle baş etmek zorunda kalabilmektedir. Yaşanan tüm bu süreçler çocuk ve aile bireylerinde günlük rutinlerinin değişmesine bağlı olarak kriz yaşanmasına neden olabilir (Er, 2006). Çocukların bu tür hastalıkları yaş dönemlerine göre farklı şekilde anlamlandırdıkları bilinmektedir. Çocuk gelişim kuramcılarında Erikson'un psikososyal gelişim kuramı açısından değerlendirildiğinde özellikle 3-6 yaş grubu olarak ifade edilen okul öncesi dönemdeki çocuklar çevrelerinde olup bitenlere karşı daha meraklıdır. Anlam veremedikleri konuları büyük bir merakla soruşturmaya ve anlamlandırmaya çalışırlar. Bu durum onların durmadan daha fazla soru yöneltmesine neden olabilir. Dönem özelliklerinden biri olan animistik düşünce (canlı olmayan nesnelere canlı gibi hayal etme tarzı) nedeniyle hayal güçlerinde bir artış meydana gelmektedir. Daha özgür bir şekilde hareket etmeyi öğrendikleri için kısıtlamalar olmaksızın amaçlarını gerçekleştirebilirler (Arslan, 2008). Sosyal medyada sıklıkla işlenen, çoğu zaman kaos ortamını andıran verilerin aktarıldığı haber bültenlerini veya internet kaynaklı bilgileri takip eden çocuklarda birtakım sorunlar oluşabileceği için belirtiler açısından dikkatli olunmalıdır. Hastalığın ne olduğunu tam olarak kavrayamayan okul öncesi ve oyun çağındaki bazı çocuklar bu durumu kimi zaman yanlış hareketlerinin sonucu olarak yetişkinler tarafından kendilerine verilen bir ceza olarak da algılayabilirler. Bunun sonucunda kaygı ve korku gibi psikolojik zorlanma belirtileri yaşayabilirler. Bu nedenle ailenin, yaşanan pandemi sürecinde çocuklarının bilişsel ve gelişimsel düzeyine uygun biçimde tasarlanmış bilgiler vererek, çocuğun korkularını gidermesi, güvenini sağlanması ve kaygılarını azaltması oldukça önemlidir (Er, 2006).

6-12 yaş arasındaki çocuklar

Bu yaşta çocuklar için okul ve arkadaşları, onlarla gerçekleştirdikleri bireysel ve takım faaliyetleri oldukça önemlidir. Pandemi süreçlerinde hastalığın yayılmasını önlemek için karantina uygulamaları,

izolasyon önlemleri gibi koruyucu ve önleyici uygulamalara sıklıkla başvurulmaktadır. Covid-19 pandemisi nedeniyle tüm dünyada risk grubundaki bireylerde olduğu gibi halkın genelini hastalığın zararlı etkilerinden korumak amacıyla belirtilen tedbirler hayata geçirilmiştir. Okullar ve toplu hayatın sürdürüldüğü birçok ortam kapatılarak hastalığın yayılım hızı azaltılmaya çalışılmıştır. Okulların kapanması ve çoğu ülkede yürürlüğe koyulan sokağa çıkma yasağı uygulamaları sebebiyle evde kalan çocuklar geleneksel ve sosyal medya platformlarını daha fazla kullanmaya başlamıştır. Burada yer alan haber ve içeriklerle ilgilenen çocukların pandemiye ilişkin genel bilgi düzeyleri artabilmektedir. Bununla beraber hastalanma korkusu, sürecin belirsizliği, hastalığın kendisine, aile bireylerine bulaşacağı, yaşadığı yerin güvensiz olduğuna yönelik değerlendirmeler yoğun bir kaygı kaynağı olacaktır (Kaya, 2020). Okuldaki arkadaşlarından, sevdiklerinden ayrı olması ve özgürlüğün kaybedildiği algısı ruhsal yapı üzerinde birtakım etkiler oluşturabilir. Öfke atakları ve buna bağlı davranış değişiklikleriyle birlikte, özellikle de aile içinde iletişim sorunları yaşanabilir (Huremović, 2019). Aile bireylerinin yaşanabilecek olası sorunlara karşı dikkatli olması ve gereken önlemleri alması gerekmektedir.

12-18 yaş arasındaki çocuk ve ergenler

12-18 yaş grubu olarak ifade edilen ve kişide fizyolojik, toplumsal, duygusal gelişim gibi farklı değişikliklerin meydana geldiği ergenlik çağındaki çocuklar beden bütünlüğünün korunması ve devamının sağlanması konularında oldukça hassastır (Koç, 2004). Ergenlerde bu dönemde yaşanan önemli bir durum da benlik imgesi ile benlik saygısına verdikleri önemdir. Bireyselliğini çevresine ispatlama çabası sergilediği bu dönemde yaşayacağı olumsuz deneyimler birtakım sorunlar gelişmesine neden olabilmektedir. Pandemilerin uzun süreli tanı ve tedavi süreçleri nedeniyle genellikle hastaneye yatış gerektirmesi korku ve kaygı yaşanmasına neden olabilmektedir (İnal-Emiroğlu ve ark., 2008). Covid-19 pandemisinde medyada yer alan hastane görüntüleri, sosyal medyada sıklıkla işlenen hastane süreçleri nedeniyle ergenlerde hastaneye yatmanın ve profesyonellerce verilen bir hizmet olsa da bakım almanın bireyselliği kısıtlayacağı düşünülebilir. Fizyolojik değişim sürecinde belki de birçok faktörün zorlayıcı etkileriyle baş etmeye çalışan bu yaş grubundaki çocuklara ebeveynler tarafından gerekli açıklamaların yapılması, takip ettikleri medya

platformlarının incelenerek yaşanabilecek olumsuzlukların önlenmesi faydalı olabilecektir.

Pandemi sürecinde yaşanan ölümlere çocuğun tepkileri

Pandemik hastalıkların olağan seyrinde ölümlerin yaşandığı bilinen bir gerçektir (Clay ve ark., 2019; Santoso ve ark., 2020). Ölümüllüğün yüksekliği nedeniyle hiç şüphesiz basın yayın kuruluşları tarafından haber bültenlerinde kendisine sıklıkla yer bulabilmektedir. Ölümün doğal bir süreç olduğu yetişkinler tarafından bilinmesine rağmen özellikle yedi yaş altındaki çocuklarda bu konu yeterli düzeyde algılanamayabilir. Medyada yer alan haberlere ebeveynlerin verdiği tepkiler, çocukların davranışlarının şekillenmesinde hayati bir öneme sahiptir. Sekiz yaş altında düş, hayal ve gerçek ayırımını yapamayan bu çocukların davranış örüntülerini gözlemleri şekillendirdiği için ailelerin ölüm ve kayıp haberlerini izlerken veya sosyal medyadan takip ederken çocuklarının etkilenebileceği gerçeğini akıldan çıkarmamaları ve dikkatli olmaları gerekmektedir (Duyan Çamurdan, 2007). Dokuz yaş ve üzerindeki çocuklarda ise ölüm gerçeği olması gereken anlamıyla kavranmaya başlamıştır. Pandemi sürecinde bir ebeveynini, yakınına kaybetmesi veya vefat haberlerini öğrenmesi kendisinde travmatik etkilere neden olabilir. Ailelerin çocukların dış kaynaklı ölüm haberlerine karşı sergiledikleri dönemsel tepkilerin farkında olmaları, bu tür haberleri ve medya platformlarını takip etmelerini önlemeleri faydalı olabilecektir. Ailede yaşanabilecek bir ölüm haberinin çocuğun bilişsel ve gelişimsel özelliklerine uygun şekilde verilmesi de dikkat edilmesi gereken önemli noktalardan birisidir (Köylü, 2004). Yakınlarını kaybetmenin sonrasında yaşanacak doğal yas sürecinde çocuğun yalnız bırakılmaması ve kendisine destek olunması gerekmektedir (Ürer, 2017).

SONUÇ

Covid-19, birçok ülkeyi etkisi altına almış ve giderek daha fazla insana bulaşın olduğu bir pandemidir (Guan ve ark., 2020; Ludvigsson, 2020). Bu pandeminin küresel çapta etki göstermesi insanlarda merak oluşmasına ve medya sektörünün yaşanan süreci yakından izlemesine neden olmuştur. Çünkü medya yaygın kapsama alanı ve geniş kullanıcı kitlesiyle önemli bir enformasyon ağı sağlamaktadır. Covid-19, hem geleneksel hem de sosyal medya platformlarında sıklıkla takip edilen bir özelliğe sahiptir. Belirtilen bu platformlarda insanları bilgilendirici nitelikte içerikler olduğu gibi halkı kaos ve karamsarlığa sürükleyebilecek birçok bilgi

izleyiciler veya kullanıcılarla anlık olarak paylaşılmaktadır (Arslan, 2006). Fakat medyanın kullanımı pandemi süreçlerinde insanların çeşitli konularda anlık haber alma olanağını beraberinde getirir de kullanımına dikkat edilmediği takdirde birtakım olumsuzlukların meydana gelmesine neden olabilmektedir (de Silva ve ark., 2009). Uygun olmayan içerik ve yayınlardan en çok etkilenenler özellikle de çevresini gözleyerek davranışlarını ve fiziksel-duygusal tepkilerini şekillendiren çocuk ve ergenlerdir. Reyting ve daha fazla kullanıcıya ulaşma kaygısıyla yayınlanan bilgiler, görüntüler ve paylaşımlar ilerleyen süreçte ruhsal sorunlar yaşanmasına neden olabilecektir (Holmes ve ark., 2020; Kaya, 2020). Ebeveynlerin bu tür konularda dikkatli olmaları ve çocuklarını yaşanması muhtemel bu tür sorunlara karşı korumaları gerekmektedir. Genel seyri ve gidişatı çoğu zaman belirsizlikle devam eden pandemi sürecinde çocukların en az hasarla bu süreci atlatabilmeleri için aileler, medya yöneticileri ve ülke idarecileri için faydalı olabileceği düşünülen çözüm önerileri aşağıda sıralanmıştır.

Aileler için öneriler

- Ebeveynler kendi medya seçimleri ile çocuklarına iyi bir örnek olmalıdır,
- Bireysel veya grup olarak ev ortamında oynanabilecek oyunlar, kitap okuma seansları ve müzik dinleme etkinlikleri ile çocuklarla kaliteli zaman geçirilmeli, bu sayede medyanın kullanımı eğlenceli faaliyetlerle sınırlandırılmalıdır,
- Çocukların pandemi sürecinde izlediği televizyon programları veya takip ettiği sosyal medya platformları gözlemlenmeli ve etkilenmelerine neden olabilecek her türlü içerikten uzak tutulmaları sağlanmalıdır,
- Hastalığın yayılım hızını azaltmak ve hasta sayısını düşürmek için uygulanan izolasyon tedbirleri süresince evde kalan aile bireyleri çocuklarının hastalıkla ilgili sorduğu her türlü soruya onların merakını giderebilecek nitelikte ve anlayış seviyelerine uygun şekilde cevap vermelidir,
- Çocuklar pandemi sürecinde yapılan ölüm haberleri veya kaos oluşturabilecek yayınlardan uzak tutularak etkilenmelerinin önüne geçilmelidir,
- Ebeveynlerin kontrolü dışında gelişebilecek ve telafisi mümkün olamayabilen sorunları engellemek için çocukların uyuma ortamlarında, yatak odalarında televizyon ve bilgisayar gibi teknolojik aletleri bulundurulmamalıdır,

- Ebeveynler medyada yer alan ve çocuklar için zararlı içerikler barındırabilen programlar için farkındalığa sahip olmalıdır. Olumsuz yayınların kaldırılması ve gerekli süreçlerin başlayabilmesi için resmi makamlarla mutlaka iletişime geçilmelidir.

Medya yöneticilerine öneriler

- Medya yöneticilerinin pandemilerle ilgili olarak çeşitli platformlarda yayımlanan içeriklerin çocuk ve ergenlerin fiziksel ve ruhsal sağlığı üzerindeki etkilerinin farkında olmaları gerekmektedir. Bu nedenle bilgilendirici haberler de dahil olmak üzere hazırlanan tüm içeriklerin yayımlanmadan önce sıkı bir şekilde denetimi sağlanmalıdır,
- Reyting ve daha fazla kullanıcıya ulaşma kaygıları sorumlu yayıncılık prensiplerinin önüne her ne sebeple olursa olsun geçmemeli ve belirlenen prensiplere uygun paylaşımlar, haber ve bilgilendirmeler yapılmalıdır.

Ülke idarecilerine öneriler

- Çocukların ve tüm yaşta bireylerin medya kaynaklı olumsuz etkilere maruz kalmasını engelleyen yasal düzenlemeler sağlanmalı ve hayata geçirilmelidir,
- Her türden medya platformlarında yapılan paylaşımlar mercer altına alınmalı fiziksel ve ruhsal açıdan sorun meydana getirebilme potansiyeli bulunan yayınları servis eden kurum, kuruluş, yönetici veya kişiler hakkında gerekli yasal prosedür başlatılmalıdır,
- Çocuk sağlığını koruyucu önlemleri daha hızlı hayata geçirebilmek amacıyla konunun uzmanlarından oluşturulmuş bilimsel kurulların faaliyete geçirilmesi ve çalışmalarının denetlenmesi sağlanmalıdır.

Çıkar çatışması

Yazarlar çıkar çatışması olmadığını beyan eder.

KAYNAKLAR

- Arslan A. Medyanın birey, toplum ve kültür üzerine etkileri. J Human Sci. 2006; 1(1):1-12.
- Arslan E. Erikson'un Psikososyal Gelişim Dönemleri Ölçeğinin Türkçe'ye uyarılama, güvenilirlik ve geçerlik çalışması. Selçuk Üniv Sosyal Bil Enst Derg. 2008; 19:53-60.
- Bao Y, Sun Y, Meng S, Shi J, Lu L. 2019-nCoV epidemic: address mental health care to empower society. Lancet. 2020; 395(10224):e37-8.
- Clay K, Lewis J, Severnini E. What explains cross-city variation in mortality during the 1918 influenza pandemic? Evidence from 438 U.S. cities. Econ Hum Biol. 2019; 35:42-50.

- Darı B. Sosyal medya ve sağlık. 21 Yüzyılda Eğitim ve Toplum Eğitim Bilimleri ve Sosyal Araştırmalar Dergisi. 2017; 6(18):731-58.
- de Silva UC, Warachit J, Waicharoen S, Chittaganpitch M. A preliminary analysis of the epidemiology of influenza A (H1N1)v virus infection in Thailand from early outbreak data, June-July 2009. Euro Surveill. 2009; 14(31):19292.
- Duyan Çamurdan A. Görsel medyanın çocuk sağlığına etkileri. Sted. 2007; 16(2):25-30.
- Dünya Bankası. "From panic and neglect to investing in health security: Financing pandemic preparedness at a national level (English)". 2017. <https://openknowledge.worldbank.org/bitstream/handle/10986/26761/115271-WP-PUBLIC-IWG-FINAL-version-embargoed.pdf?sequence=1&isAllowed=y/01.04.2020>.
- Dünya Sağlık Örgütü. "Coronavirus disease 2019 (Covid-19) Situation Report-97". 2020. https://www.who.int/docs/default-source/coronaviruse/situation-reports/20200426-sitrep-97-covid-19.pdf?sfvrsn=d1c3e800_2/26.04.2020.
- Er M. Çocuk, hastalık, anne-babalar ve kardeşler. Çocuk Sağ Hastalık Derg. 2006; 49:155-168.
- Funk S, Salathé M, Jansen VAA. Modelling the influence of human behaviour on the spread of infectious diseases: a review. J R Soc Interface. 2010; 7(50):1247-1256.
- Guan W, Ni Z, Hu Y, Liang W, Ou C, He J, et al. Clinical characteristics of coronavirus disease 2019 in China. N Engl J Med. 2020; 382:1708-1720.
- Holmes EA, O'Connor RC, Perry VH, Tracey I, Wessely S, Arseneault L, et al. Multidisciplinary research priorities for the Covid-19 pandemic: a call for action for mental health science. Lancet Psychiatry. 2020; 7(6):547-560.
- Huang C, Wang Y, Li X, Ren L, Zhao J, Hu Y, et al. Clinical features of patients infected with 2019 novel coronavirus in Wuhan, China. Lancet. 2020; 395(10223):497-506.
- Huremović D. Psychiatry of Pandemics A Mental Health Response to Infection Outbreak. 1st Edition, Switzerland: Springer; 2019: 1-185.
- İnal-Emiroğlu FN, Pekcanlar Akay A. Kronik hastalıklar, hastaneye yatış ve çocuk. Dokuz Eylül Üniversitesi Tıp Fak Derg. 2008; 22(2):99-105.
- Jansson M, Liao X, Rello J. Strengthening ICU health security for a coronavirus epidemic. Intensive Crit Care Nurs. 2020; 57:102812.
- Jiang L, Broome ME, Ning C. The performance and professionalism of nurses in the fight against the new outbreak of Covid-19 epidemic of Chinese nurses is laudable. Int J Nurs Stud. 2020; 107:103578.
- Kaya B. Pandeminin ruh sağlığına etkileri. Klinik Psikiyatri. 2020; 23:123-124.
- Koç M. Gelişim psikolojisi açısından ergenlik dönemi ve genel özellikleri. Erciyes Üniv Sosyal Bil Enst Derg. 2004; 1(17):231-238.
- Köylü M. Ölüm olayının çocuklar üzerine etkisi ve "ölüm eğitimi." Ondokuz Mayıs Üniv İlahiyat Fak Derg. 2004; 17(17):95-120.
- Li Z, Ge J, Yang M, Feng J, Qiao M, Jiang R, et al. Vicarious traumatization in the general public, members, and non-members of medical teams aiding in Covid-19 control. Brain Behav Immun. 2020; 1-4.
- Ludvigsson JF. Systematic review of Covid-19 in children show milder cases and a better prognosis than adults. Acta Paediatr. 2020; 109(6):1088-1095.
- Marraro GA, Spada C. Consideration of the respiratory support strategy of severe acute respiratory failure caused by SARS-CoV-2 infection in children. Zhongguo Dang Dai Er Ke Za Zhi. 2020; 22(3):183-194.
- Ng YJ, Yang ZJ, Vishwanath A. To fear or not to fear? Applying the social amplification of risk framework on two environmental health risks in Singapore. J Risk Res. 2018; 21(12):1487-501.
- O'Brien M, Moore K, McNicholas F. Social media spread during Covid-19: the pros and cons of likes and shares. Ir Med J. 2020; 113(4):52.
- Ransing R, Adiukwu F, Pereira-Sanchez V, Ramalho R, Orsolini L, Teixeira ALS, et al. Early career psychiatrists' perspectives on the mental health impact and care of the Covid-19 pandemic across the world. Asian J Psychiatr. 2020; 102085.
- Santoso A, Pranata R, Wibowo A, Al-Farabi MJ, Huang I, Antariksa B. Cardiac injury is associated with mortality and critically ill pneumonia in Covid-19: A meta-analysis. Am J Emerg Med. 2020.
- Sellers R, Warne N, Pickles A, Maughan B, Thapar A, Collishaw S. Cross-cohort change in adolescent outcomes for children with mental health problems. J Child Psychol Psychiatry. 2019; 60(7):813-821.
- Sharma M, Yadav K, Yadav N, Ferdinand KC. Zika virus pandemic-analysis of Facebook as a social media health information platform. Am J Infect Control. 2017; 45(3):301-302.
- Southwell BG, Dolina S, Jimenez-Magdaleno K, Squiers LB, Kelly BJ. Zika virus-related news coverage and online behavior, United States, Guatemala, and Brazil. Emerg Infect Dis. 2016; 22(7):1320-1321.
- Ürer E. Çocuklarda ölüm ve yas üzerine bir

- inceleme. Dini Araştırmalar. 2017; 20(52):131-40.
- Wang Y, McKee M, Torbica A, Stuckler D. Systematic literature review on the spread of health-related misinformation on social media. Soc Sci Med. 2019; 240:112552.
- Xiao Y, Tang S, Wu J. Media impact switching surface during an infectious disease outbreak. Sci Rep. 2015; 5(1):7838.
- Xie T, Yang Z, Yang S, Wu N, Li L. Correlation between reported human infection with avian influenza A H7N9 virus and cyber user awareness: what can we learn from digital epidemiology? Int J Infect Dis. 2014; 22:1-3.
- Yan Q, Tang S, Gabriele S, Wu J. Media coverage and hospital notifications: correlation analysis and optimal media impact duration to manage a pandemic. J Theor Bio. 2016; 390:1-13.
- Zhu N, Zhang D, Wang W, Li X, Yang B, Song J, et al. A novel coronavirus from patients with pneumonia in China, 2019. N Engl J Med. 2020; 382(8):727-733.