

Çocuklarda Ekran Kullanımına Bağlı Gelişen Davranış Bozuklukları ve İşitsel Dikkat Bozukluğu

Uğur Embiye ÖZGÜR

İstanbul Aydın Üniversitesi.
ugurembiyeozgur@aydin.edu.tr
ORCID:0009-0002-2606-4662

Muslime ABDURAHMAN

İstanbul Aydın Üniversitesi
muslimeabdurahmann@gmail.com
ORCID: 0009-0007-3799-305

Esmâ KULEMEN

İstanbul Aydın Üniversitesi.,
esmakulemen.38@gmail.com
ORCID: 0009-0003-3947-3200

İlknur BOYUNEĞMEZ

İstanbul Aydın Üniversitesi.
ilknurboyunegmez@stu.aydin.edu.tr
ORCID: 0009-0006-5384-4890

Derya ULUSOY

İstanbul Aydın Üniversitesi.
deryaulusoy211@gmail.com
ORCID: 0009-0006-6205-7223

Ebru ŞAHİN

İstanbul Aydın Üniversitesi. İstanbul,
ebrus3399@gmail.com ORCID: 0009-0000-8860-2254
ORCID: 0009-0006-6205-7223

ÖZ

Amaç: Araştırmada çocukların ekran maruziyet süresinin davranış ve işitsel dikkat üzerinde oluşturduğu olumsuzlukların incelenmesi amaçlanmıştır.

Yöntem: 30 gönüllüye günde 3 saat üstü, 30 gönüllüye ise Günde 3 saat altı işitsel algı ve işitsel dikkat değerlendirmesi yapılmıştır. Çalışmamıza 28'i kadın, 32'i erkek toplam 60 öğrenci katılım sağlamıştır.

Veriler: ‘Çocuklar İçin Bilgisayar Oyun Bağımlılığı Ölçeği’ ve ‘Çocuklar İçin Sosyal Anksiyete Ölçeği’ ölçekleri kullanılarak toplanmıştır.

Bulgular: Çalışmamızda işitsel dikkat değerlendirilmesi ve ekran bağımlılığı arasında negatif anlamlı ilişki bulunmuştur. Çocuklarda ekran maruziyet süresi, çocuklarda bilgisayar oyun bağımlılığı düzeyi ve çocuklarda sosyal anksiyete düzeyi ölçeklerinin ekran bağımlılığı ile arasında pozitif anlamlı ilişki bulunmuştur.

Sonuç: Çocuklarda ekran maruziyet süresi arttıkça, anksiyete ve bilgisayar oyun bağımlılığı görülme ihtimali artmıştır ve dikkat süresi de azalmıştır.

Anahtar Kelimeler: *ekran bağımlılığı, davranış bozuklukları, işitsel dikkat, çocuklar*

Behavioral Disorders and Auditory Attention Disorder Due to Screen Use in Children

ABSTRACT

Method: Auditory perception and auditory attention were evaluated for 30 volunteers over 3 hours a day, and 30 volunteers for less than 3 hours a day. A total of 60 students, 28 women and 32 men, participated in our study. Data were collected using the ‘Computer Game Addiction Scale for Children’ and ‘Social Anxiety Scale for Children’ scales.

Results: In our study, a negative significant relationship was found between auditory attention assessment and screen addiction. A positive significant relationship was found between the duration of screen exposure in children, the level of computer game addiction in children, and the social anxiety level scales in children with screen addiction.

Conclusion: As screen exposure time increased in children, the likelihood of anxiety and computer game addiction increased and attention span decreased.

Key words: *screen addiction, behavioral disorders, auditory attention, children*

GİRİŞ

Ekran bağımlılığı, dijital ekranlarla aşırı ve kontrolsüz etkileşim sonucu ortaya çıkan bir durumdur. İlk olarak 19. Yüzyılda hastalık olarak tanımlanan bağımlılık, alışkanlığın peşinden koşma olarak nitelendirilmektedir (Alexander, B. K., & Schweighofer, A. R. (1988).. Ekran bağımlılığının psikolojik etkileri arasında dikkat ve odaklanma yeteneklerinde azalma, ruhsal sağlık sorunlarına yatkınlık ve sosyal ilişkilerde zayıflama yer alır. Nörolojik etkileri ise beyin yapısında değişiklikler ve dopamin sistemi üzerindeki etkileri içerir. Bu sorunun önlenmesi ve tedavisi için farkındalık oluşturmak, etkili müdahale yöntemlerini vurgulamak ve daha fazla araştırma yapmak önemlidir. Ekran bağımlılığı, bireyin zihinsel sağlığı ve toplumun genel refahı üzerinde ciddi bir tehdit oluşturur. Ekran başında uzun süre vakit geçiren çocuklarda dikkat eksikliği, komut alma becerilerinde zayıflık, işitsel dikkat eksikliği gözlemlenebilir. Ekran başından kalkmamak için öğün atlamak veya kolay yiyecekler olan fastfood'un fazla tüketimi gibi yeme bozuklukları kontrol altına alınması gereken durumlar olarak ifade edilmektedir (Muslu, M., Gökçay, G. F., 2019).

İşitsel dikkat, işitme ile ilgili bilgilerin seçilmesi ve odaklanması sürecidir. İşitsel girdiler, kulak tarafından alındıktan sonra işitme korteksine iletilir. Bu süreç önceliklendirme ve filtreleme mekanizmalarını içerir, bu da kişinin belirli seslere odaklanmasını ve diğer sesleri dışlamasını sağlar. Bu süreç, temporal lob, prefrontal korteks ve diğer beyin bölgeleri arasındaki etkileşimleri içerir. İşitsel dikkatin fizyolojisi, çeşitli beyin bölgeleri ve sinirsel süreçleri işitme yolu ile başlar. Ses dalgaları, iç kulağın kokleasında işitme sınırı aracılığıyla sinirsel sinyallere dönüştürülür. İşitsel sinyaller, işitme korteksinde ; sesleri tanıma, ayırt etme ve anlama işlevlerini gerçekleştirir. Limbik sistem, işitsel dikkatin duygusal bağlamı işlenmesinde önemli bir rol oynar. İlk aşama olan dikkat kontrolü aşamasında ; dikkat süresi, bölgesel seçicilik ve dikkatin başka bir konuya yönlendirilmesi gibi süreçleri kontrol eder. Beyin dalga aktivitesi işitsel dikkatin farklı durumları ve seviyeleri arasındaki değişiklikleri incelemek için kullanılan EEG (Elektroensefalografi) yöntemiyle ölçülür. Bu aşamalar işitsel dikkatin karmaşık bir sinirsel ağın etkileşimini içeren ve bireyin çevresindeki seslere odaklama yeteneğiyle ilgili bir süreçtir. Ekran bağımlılığı olan gönüllüde işitsel dikkati değerlendirmek için sözcük tekrarı testi, dikkat süresi testi ve sözcük ayırt etme testi uygulanarak elde edilen sonuçlar veri olarak kaydedilmiştir. Guy, J., Rogers, M. ve Cornish, K. (2023).

Ekran bağımlılığı küçük yaşlardan itibaren bile gözlemlenebilen, özellikle küçük çocuklarda ebeveyn tarafından çocuğu oyalamak, yemek yedirmek veya sakin durmasını sağlayabilmek gibi sebeplerle çocuğun ekran karşısına oturtulması ile başlayabilen, televizyon, bilgisayar, telefon ya da tablet gibi her türlü ekrana olan bağımlılığı ifade eden bir kavramdır. Dijital oyunların eğlenceli ve ilgi çekici olmaları, ayrıca oyunların canlı renklere sahip olmaları, çocukların bu oyunları fazlaca tercih etmelerinin başlıca nedenleri olarak bilinmektedir (Akbulut, Y., Dursun, Ö. Ö., Dönmez, O., & Şahin, Y. L. 2016).

Okul öncesi çocukların davranışlarını desteklemek veya önlemek için çocukla ilgili tüm konularda Ebeveyn görüşü önemlidir. Örneğin ebeveynler, çocuklarının tablet ve cep telefonu kullanımına olumlu bakıyorsa bu cihazları kullanmaya teşvik edebilir, olumsuz bakıyor ise bu cihazları kullanmalarını engelleyebilir. Ailenin akıllı telefon kullanımına yönelik olumlu tutumları, ebeveynlerin hoşgörülü tutumu, ebeveynlerin akıllı telefonları aşırı kullanmaları ve akıllı telefonları çocukları sessize alma aracı olarak kullanmaları, çocuklarda ekran bağımlılığına neden olabilir. (Atilla, Ö. D., & Kılıç, T. Y. 2020).

Günümüzde artan teknolojik gelişmelerle birlikte ve bu teknolojilere erişimin kolay olması sebebiyle çocuklarda ekran önünde geçirilen zaman artmaktadır. Bu teknolojik gelişmelerin faydalarının yanında bir zararı da bulunmaktadır. Bu zarar çocuğun gelişimini olumsuz yönde etkileyebilmektedir. Ekranda geçirilen sürenin giderek artmasıyla çocukların sosyal hayattan uzaklaşmaları ve aileleri ile olan iletişim sorunları bu sorunlardan sadece birkaçıdır. Okul öncesi dönemde çocuklar, özbakımlarını, bilişsel, duygusal, sosyal ve fiziksel gelişimlerin olduğu temel becerileri elde ederler. Bu becerilerin ilerleyen yaşlarda değiştirilmesi zordur. (Ozuslu-Unal, S., Hakli, S., Bayazit, K.2021).

Erken dönemlerde ekran cihazlarına maruz kalan çocukların üzerinde dikkat azalması, sosyal anksiyete, bilgisayar oyun bağımlılığı gibi olumsuz etkilerin olması genel sorun haline gelmiştir. Medya cihazlarında uzun süre vakit geçirmek fiziksel problemlerin yanı sıra, aynı zamanda davranış problemleri, hiperaktivite bozukluğu, duygu-durum bozuklukları ve akranlarla iletişim sorunları gibi birçok alanda çocuklarda bazı problemlere yol açmaktadır. Bu duygusal problemler arasında uyuma problemleri, obezite, depresyon, anksiyete ve diğer mental problemler bulunur. Ayrıca, kişinin duygularını ifade etmekte zorlanmasına, saldırgan özellikler gös-

termesine ve mental sağlığına zarar verebilir. Çocukların ekran kullanımı sırasında ebeveyn denetimleri yapılması ve anne-babanın çocuğun kendi ilgi alanlarına ve psikososyal gelişim aşamalarına uygun aktivitelere yönlendirmesi gibi bazı önlemlerle ekrana maruziyet gözetim altına alınabilir. Davranışsal problemlerin tipik belirtileri olarak; yoksunluk belirtisi bulunur. Bu belirtiler, ekran kullanımının azalması veya tamamen bırakılması durumunda da devam eden duygusal sorunlara yol açabilir. Ozuslu-Unal, S., Hakli, S., Bayazit, K., (2021).

Diğer bir davranış problemi sorumlulukların ihmal edilmesidir. Ekran kullanımı arttıkça günlük yaşamda görev ve sorumlulukların yerine getirilmesi zorlaşır. Bu çocuklar ödevlerini, işlerini ve bazı yerine getirilmesi gereken sorumlulukları yapmakta sorun yaşarlar. Akademik performansta düşüş bir diğer davranışsal problemdir. Ekran karşısında geçirilen sürenin artmasıyla düşük notların alınmasıyla, dikkatini derslere verememe gibi durumlar akademik performansı düşüş bir diğer davranışsal problemdir. Sosyal izolasyon; Medya kullanımı bağımlılığı olan çocuklar gerçek hayattaki sosyalliği istemez, sanal dünyayı isteyerek kendini izole eder. Koyuncuoğlu, D., & AKAROĞLU, G. (2022) Davranışsal problemlerin diğer tipik belirtileri ise; sürekli tartışmaya açık olmak, gizlilik, yalan söylemek veya sınırları zorlamak, çocuğun sevdiği ve ilgi duyduğu alanlarda ilgisinin azalması, yemek düzenindeki farklılıklar, iştah problemleri ve gittikçe kötüleşen depresyon ile anksiyete bozukluğudur. Ayrıca, bu belirtiler işitsel algıyı da olumsuz etkileyebilir. İşitsel algı, bir kişinin çevresinden gelen sesleri duyma, işleme ve anlama yeteneğini ifade eder. Muslu, M., Gökçay, G. F., (2019). İşitsel algının değerlendirilmesi, kişinin işitme kapasitesini, işitsel dikkatini ve konuşma anlama yeteneğini değerlendirmeyi içerir. İşitsel algının değerlendirilmesinde kullanılan bazı yöntemler şunlardır:

İşitsel Dikkat Testleri

İşitme Testleri

Konuşma Anlama Testleri

Odyolojik Değerlendirme

Görsel İşitsel Bütünleşme Testleri

Bu değerlendirme yöntemleri, işitsel algının farklı yönlerini değerlendirerek işitme sorunlarını tanımlamak ve uygun tedavi veya işitsel rehabilitasyon planları oluşturmak için kullanılır. Bu testler genellikle bir odyolog

veya işitme uzmanı tarafından gerçekleştirilir ve sonuçlar, kişinin işitme sağlığını anlamak ve gerekli müdahaleleri belirlemek için kullanılır. İşitsel algı değerlendirmelerinde temel amaç, işitme kaybı olan bireyin işitsel girdilerinin işlemlenmesini ve işitmenin fonksiyonelliğini araştırmaktır. İşitme kaybı olan bireyin işitsel kapasitelerini değerlendirmek için çeşitli testler vardır. Bunlar; ebeveyne/birincil bakıcıya sorarak elde ettiğimiz bilgiler olabildiği gibi açık uçlu ve kapalı uçlu testlerle birebir çocuğu değerlendirdiğimiz testleri de içerir (Kırlioğlu, M., Kayaalp, A., & Arslan, S.2023).

İşitsel dikkatin doğru bir şekilde çalışması, iletişim, öğrenme ve günlük yaşamda etkili bir şekilde işlev görebilme açısından önemlidir. Özellikle işitsel dikkatin eksik veya bozuk olduğu durumlarda, işitme problemleri yaşanabilir ve günlük yaşam aktivitelerinde zorluklar ortaya çıkabilir. Bu nedenle, işitsel dikkatin değerlendirilmesi ve geliştirilmesi, işitme sağlığı ve işlevselliği açısından önemlidir.

Özellikle okul çağındaki çocuklarda ekran bağımlılığının işitsel algı üzerinde olumsuz etkileri olabileceği unutulmamalıdır. Uzun süreli ve yüksek sesle kulaklık kullanımı işitme sisteminin zarar görmesine neden olabilir ve dikkat eksikliği ile hiperaktiviteye yol açabilir. Bu makale, ekran bağımlılığının önlenmesi ve tedavisi için farkındalık oluşturmayı ve etkili müdahale yöntemlerini vurgulamayı amaçlamaktadır. Ekran bağımlılığının hem bireyin zihinsel sağlığı hem de toplumun genel refahı üzerinde ciddi bir tehdit oluşturduğu ve bu konuda daha fazla çalışma ve çaba gerektiği vurgulanacaktır. Bu açıdan ebeveynlere düşen sorumluluk çok açıktır. Kırlioğlu, M., Kayaalp, A., & Arslan, S. 2023).

YÖNTEM

Ekran bağımlılığı olan çocuklarda işitsel dikkat ve davranış bozukluklarının değerlendirilmesi amacı ile geliştirilen projeye 7-15 yaş aralığındaki bilişsel gerilik, otizm gibi ek engeli bulunmayan özel eğitim ve rehabilitasyon merkezinde bulunan 28'i kadın, 32'i erkek toplam 60 öğrenci katılım sağlamıştır. Çalışmadaki katılımcılar iki grup olarak ele alınmıştır, 30 kişi çalışma 30 kişi kontrol grubu olarak değerlendirilmiştir. Çalışmaya başlamadan önce yapılacak testler ailelerine anlatılarak gönüllü onam formu alınmıştır. Çocuklar değerlendirmeye alınmadan önce ek engel durumları, psikolojik sorunları ve değerlendirme aşamasında uygulanacak testlere uyum sağlayabilmeleri değerlendirilerek dışlama kriterleri göz önünde

bulundurulmuştur. Değerlendirmeler araştırmacılar tarafından belirlenen özel eğitim ve rehabilitasyon merkezlerinde yapılmıştır. Değerlendirme yapılan kurumlardan araştırma için izin alınmıştır.

Çalışmaya dahil edilen çocuklarda ekran bağımlılığı süresi ‘Çocuklar İçin Bilgisayar Oyun Bağımlılığı Ölçeği’ ve ‘Çocuklar İçin Sosyal Anksiyete Ölçeği’ ölçekler kullanılarak değerlendirilmiştir. Çocuğun sosyal ve ruhsal açıdan değerlendirilmesi için ölçekler uygulanmıştır. İşitsel dikkat bozukluğu açısından değerlendirmek için işitsel algı değerlendirmesi olan, fark etme, ayırt etme, tanıma ve anlama basamakları değerlendirilmiştir ve sonuçlar kaydedilmiştir. Sonuçlar doğrultusunda işitsel dikkat testlerinden olan ‘sözcük tekrarı testi, dikkat süresi testi ve sözcük ayırt etme testi’ uygulanarak çocuğun işitsel dikkati değerlendirilmiştir .

Sosyal ve ruhsal değerlendirme:

Horzum ve arkadaşları tarafından geliştirilen ‘Çocuklar İçin Bilgisayar Oyun Bağımlılığı Ölçeği’ toplam 21 maddeden ve dört alt boyuttan oluşmaktadır.

1-10. Maddeler “Bilgisayarda oyun oynamaktan vaz geçememe ve engellendiğinde rahatsız olma”

11-14. Maddeler“Bilgisayar oyununu hayalinde yaşatma ve gerçek hayatıyla ilişkilendirme”

15-17. Maddeler “Bilgisayar oyunu oynamaktan dolayı görevleri aksatma”

18-21. Maddeler“Bilgisayar oyunu oynamayı başka etkinliklere tercih etme”

Ölçekten en düşük 21, en yüksek 105 puan alınabilmektedir. Ölçek maddelerinin tümü olumlu maddelerden oluşmaktadır. Ölçeğin iç tutarlığı 84 olarak bulunmuştur. Bu değer yüksek/orta güvenilirliği göstermektedir.

Ölçekte, belirtilen değerlendirme kriterleri "Hiçbir Zaman-1, Nadiren-2, Bazen-3, Sık Sık-4, Her Zaman-5" şeklinde kabul edilmiştir. Değerlendirme aşamasında yanıtlara karşılık gelen puanlar toplanıp kayıt edilmiştir,alt faktörlere göre değerlendirmeler yapılmamıştır.

Çocuklarda Ekran Kullanımına Bağlı Gelişen Davranış Bozuklukları ve İşitsel Dikkat Bozukluğu

Maddeler	Hiçbir Zaman	Nadiren	Bazen	Sık sık	Her Zaman
1 Bilgisayarda oynadığım oyunu bitirmek için yemek yemeyi geçiktiririm.					
2 Bilgisayar oyunu oynarken biri beni engellediğinde sinirlenirim.					
3 Bilgisayar oyunu oynama zamanım gelinceyi dâim görle beklerim.					
4 Çoğu zaman bilgisayar oyunu oynamayı bırakmak istememe rağmen bırakmam.					
5 Bilgisayar oyunu oynamaya başladığımda bana verilen ödüçten daha uzun süre oyun oynarım.					
6 Bilgisayar oyunu oynamaya kıyamam.					
7 Bilgisayarda kaybettiğim bir oyunu kazanmak için tekrar oyun oynamaya ihtiyacı duyarım.					
8 Bilgisayarda oyun oynamama izin vermedikleri için aileme kıyırım.					
9 Bilgisayar oyunu oynadığım zaman kendimi yalnız hissetirim.					
10 Bilgisayar oyunu oynarken kendimi, çoğu zaman kendi kendime bir şeyler söylerken bulurum.					
11 Arkadaşlarıma beni kabul etmez için ben de onlarla oynadığı bilgisayar oyunlarını oynarım.					
12 Bilgisayar oyunu oynamadığım zamanlarda bilgisayarda oyun oynadığımdan zamanı huzal ederim.					
13 Bilgisayar oyunu bitikten sonra oyun esnasında yaptığımdan hataları düşünürüm.					
14 Gerçek hayatta bilgisayardaki oyun karakterlerimin özelliklerini gösteririm.					
15 Bilgisayarda oyun oynamak için odamı akatarım.					
16 Bilgisayarda oyun oynadığım için okula geç kalırım.					
17 Okul dışındaki vaktimin çoğunu bilgisayar oyunu oynayarak geçiririm.					
18 Bilgisayarda oyun oynamayı dışarda vakit geçirmeye tercih ederim.					
19 Bilgisayarda oyun oynamak arkadaşlarımla birlikte olmaktan daha eğlencelidir.					
20 Bilgisayar oyunu oynadığım süre hakkında yanlış bilgi veririm.					
21 Bilgisayarda oyun oynamayı diğer aktiviteleri (spor yapma, tv izleme vb.) tercih ederim.					

İkinci ölçeğimiz Türkçe'ye uyarlanmış olan ‘Çocuklar İçin Sosyal Anksiyete Ölçeği’ (Demir, T., Eralp-Demir, D., Türksoy, N., Özmen, E., Uysal, Ö. (2000). Çocuklar İçin Sosyal Anksiyete Ölçeği 18 maddeden oluşmaktadır. Ölçeğin iç tutarlılığı 84 olarak bulunmuştur. Bu değer yüksek/orta güvenilirliği göstermektedir. Her madde için “1 - Hiçbir Zaman”, “2 - Çok Az”, “3 - Bazen”, “4 - Çoğu Zaman” ve “5 - Daima” seçeneklerinden biri işaretlenmiştir. Her soruya verilen puanlar toplanarak kaydedilmiştir.

Rakamların altındaki uygun kutucuğa X işareti koyun	1	2	3	4	5
1. Başka çocukların önünde yeni bir şey yapmaktan rahatsız olurum.					
2. Bana şaka yapılmasından rahatsız olurum.					
3. Tanımadığım çocukların yanında utanırım.					
4. Diğer çocuklar arkamdan konuşuyorlar diye düşünürüm.					
5. Yalnızca iyi tanıdığım çocuklarla konuşurum.					
6. Diğer çocuklar benim hakkında ne düşünüyorlar diye endişelenirim.					
7. Diğer çocukların benden hoşlanmayacağından korkarım.					
8. İyi tanımadığım çocuklarla konuşurken rahatsız olurum.					
9. Diğer çocuklar benim hakkında ne diyecekler diye endişelenirim.					
10. Yeni tanıştığım çocuklarla konuşurken rahatsız olurum.					
11. Diğer çocuklar benden hoşlanmıyorlar diye üzülürüm.					
12. Bir grup çocukla birlikteyken sessiz kalırım.					
13. Diğer çocuklar benimle alay ediyorlar diye düşünürüm.					
14. Başka bir çocukla tartışırsam, onun benden hoşlanmayacağından korkarım.					
15. Başkalarını evime çağdırmaktan çekinirim, çünkü hayır diyebilirler.					
16. Bazı çocukların yanımdayken rahatsız olurum.					
17. İyi tanıdığım çocukların yanımdayken bile utanırım.					
18. Başka çocuklarla birlikte oynamayı teklif etmek bana zor gelir.					

İşitsel Dikkat Değerlendirilmesi

İşitsel Dikkat Değerlendirilmesi yapılmadan önce işitsel algı basamakları değerlendirilerek elde edilen sonuçlara göre işitsel dikkat testleri uygulanmıştır.

İşitsel Algı Değerlendirilmesi fark etme, ayırt etme, tanıma, anlama olmak üzere 4 basamaktan oluşmaktadır. Çocuklar değerlendirilmeye alındıktan sonra elde edilen sonuçlar kaydedilip işitsel dikkat testleri uygulanmaktadır. İşitsel dikkat testleri; sözcük ayırt etme, sözcük tekrarı, dikkat süresi testi olmak üzere 3 tanedir.

İşitsel algı basamakları değerlendirmesi aşağıda anlatıldığı gibidir. Fark Etme; Sesin yeterli yoğunluğa sahip olması ve duyulabilir frekans aralığında bulunması, beynin sesi algılayabilmesi için gereken iki temel şarttır. Bu gereksinimler karşılandığında beyin, sesin varlığını fark edebilir.

Ayırt Etme; Sesin algılanması, beynin sesi arka plan gürültülerinden veya diğer seslerden ayırt edebilme sürecidir.

Tanıma; Sesin kaynağını veya sesin geldiği yönü tanımlama, ses algılama sürecinin bir aşamasıdır. Sesin algılanabilmesi için ses kaynağının tanınması ve diğer seslerle karıştırılmaması önemlidir.

Anlama; İşitsel algı değerlendirilmesi duyulan sesin anlamlandırıldığı ve sesin taşıdığı anlamı alma, anlamıyla birleştirilme aşamasıdır.

İşitsel dikkat değerlendirmesinde kullanılacak testler;
Sözcük Ayırt Etme; benzer seslere sahip kelimeler bireye okunur. Bu durumda, okunan kelimeler arasındaki farkı belirlemesi ve doğru bir şekilde ayırt etmesi beklenir.

Sözcük tekrarı testi; bir liste kelime veya kısa cümleler bireye okunur. Okunan kelimelerin veya cümlelerin mümkün olduğunca doğru tekrar edilmesi beklenmektedir.

Dikkat süresi testi; belirli bir sesin ya da metnin süresi önceden belirlenir. Belirlenen süre içerisinde metinle ya da sesle ilgili sorulara cevap vermesi beklenir.

Verilerin Toplanması ve Analiz

İstatistiksel analizlerin ve verilerin görselleştirilmesi için Python programlama dili kullanıldı. Yapılan anketlerde iç tutarlılığı ölçmek için güvenilirlik analizi yapılarak Cronbach Alfa katsayısına bakılmıştır. Bulguların normallik analizleri için Shapiro Wilk testi yapılmış olup çarpıklık ve basıklık değerleri kontrol edilmiştir. Cinsiyete ve işitsel algı değerlendirmelerinde gruplar arası karşılaştırmalar için normallik varsayımı reddedildiğinden Mann-Whitney U testi kullanılmıştır. Yaş ve ekran maruziyeti süresine göre yapılan işitsel değerlendirmeler ve ölçeklerden elde edilen bulgular arasındaki ilişkiyi hesaplamak için değişkenler normallik varsayımını sağlamadığından Spearman Korelasyon testi yapılmıştır.

BULGULAR

Çalışmamıza 28'i kadın, 32'i erkek toplam 60 öğrenci katılım sağlamıştır. Yapılan test ve ölçeklere ait değerlendirmeler için öncelikle ölçeklerin güvenilirlikleri incelenmiştir.

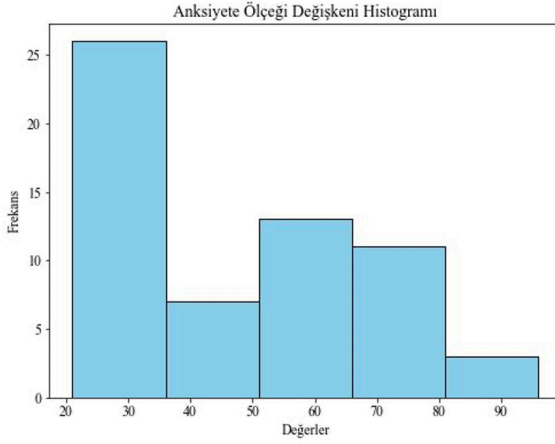
Anksiyete Ölçeği

Katılımcıların Anksiyete Ölçeği puanları için her maddeye verdikleri cevapların ortalamaları Tablo 1’de gösterilmektedir. Anksiyete Ölçeği için yapılan güvenilirlik analizi sonucunda Cronbach Alpha değeri 0,96 olarak bulunmuştur.

Katılımcıların Anksiyete Ölçeği puanları incelendiğinde Shapiro-Wilk testine, çarpıklık ve basıklık değerlerine göre normal dağılım hipotezi reddedilmiştir, $p < 0,02$. Şekil 1’de. Anksiyete Ölçeği puanlarına ait histogram grafiği gösterilmektedir.

Tablo 1. Anksiyete Ölçeği Maddeleri Puan Ortalamaları

	\bar{x}	\pm
1.SORU	2,733	1,471
2.SORU	2,950	1,371
3.SORU	2,800	1,388
4.SORU	2,467	1,308
5.SORU	3,117	1,462
6.SORU	2,350	1,273
7.SORU	2,367	1,340
8.SORU	2,533	1,432
9.SORU	2,567	1,320
10.SORU	2,667	1,422
11.SORU	2,567	1,466
12.SORU	2,800	1,516
13.SORU	2,500	1,384
14.SORU	2,483	1,157
15.SORU	2,433	1,307
16.SORU	2,533	1,321
17.SORU	2,117	1,236
18.SORU	2,817	1,455
Toplam	46,800	19,141



Şekil 1. Anksiyete Ölçeği Puanlarına Ait Histogram Grafiği

Bilgisayar Oyunu Bağımlılığı Ölçeği

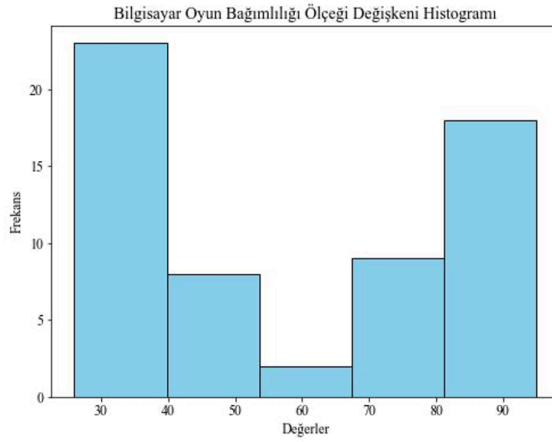
Katılımcıların Bilgisayar Oyunu Bağımlılığı Ölçeği puanları için her maddeye verdikleri cevapların ortalamaları Tablo 2’de gösterilmektedir. Bilgisayar Oyunu Bağımlılığı Ölçeği için yapılan güvenilirlik analizi sonucunda Cronbach Alpha değeri 0,96 olarak bulunmuştur.

Katılımcıların Bilgisayar Oyun Bağımlılığı Ölçeği puanları incelendiğinde Shapiro-Wilk testine, çarpıklık ve basıklık değerlerine göre normal dağılım hipotezi reddedilmiştir, $p < 0,02$. Şekil 2’de. Bilgisayar Oyun Bağımlılığı Ölçeği puanlarına ait histogram grafiği gösterilmektedir.

Tablo 2. Bilgisayar Oyun Bağımlılığı Ölçeği Maddeleri Puan Ortalamaları

	\bar{x}	\pm
1.SORU	2,800	1,665
2.SORU	2,800	1,527
3.SORU	2,867	1,443
4.SORU	2,617	1,379
5.SORU	2,900	1,612
6. SORU	2,733	1,413
7.SORU	2,833	1,392
8.SORU	2,467	1,384
9.SORU	2,750	1,580
10.SORU	2,517	1,524

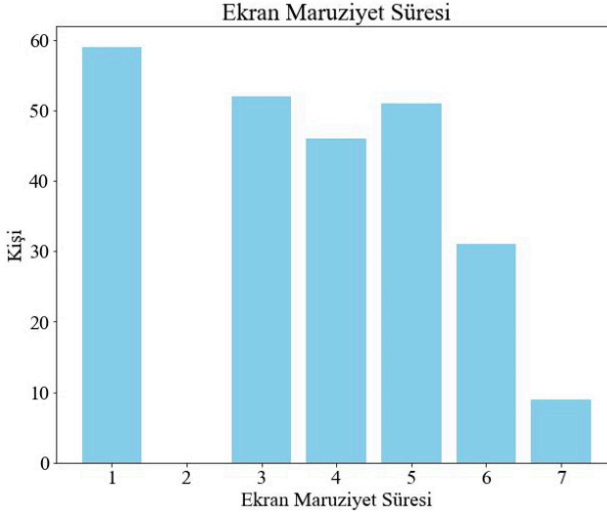
11.SORU	2,400	1,380
12.SORU	2,550	1,281
13.SORU	2,683	1,467
14.SORU	2,500	1,255
15.SORU	2,517	1,308
16.SORU	2,200	1,102
17.SORU	2,383	1,059
18.SORU	2,667	1,323
19.SORU	2,600	1,251
20. SORU	2,483	1,242
21.SORU	2,633	1,365
Toplam	54,900	22,192



Şekil 2. Bilgisayar Oyun Bağımlılığı Ölçeği Puanlarına Ait Histogram Grafiği

Ekran Maruziyeti Süresine Bağlı Değerlendirmeler

Çalışmaya katılım sağlayan öğrencilerin ekran maruziyetlerine göre dağılım Şekil 3’de gösterilmektedir.



Şekil 3. Katılımcıların Ekran Maruziyet Süresi Dağılımı Grafiği

Sözcük Ayırt Etme

Ekran Maruziyet Süresi ile Sözcük Ayırt Etme arasındaki ilişki normal dağılım şartı sağlanamadığından Spearman korelasyon analizi ile incelenmiştir. Yapılan analiz sonucunda ekran maruziyet süresi ile sözcük ayırt etme arasında istatistiksel olarak orta dereceli negatif yönlü anlamlı bir ilişki olduğu bulunmuştur. $r(60)=-0,427$, $p<0,02$

	Sıra Ortalaması	Sıra Toplamı	\bar{x}	\pm	Spearman	p
Ekran Maruziyet Süresi	30,5	2830	2,767	2,792		
Sözcük Ayırt Etme	30,5	2830	8,433	2,267	-0,427	<0,02*

* $p<0,02$ olduğunda anlamlıdır.

Dikkat Süresi

Ekran maruziyet süresi ile dikkat süresi arasındaki ilişki normal dağılım şartı sağlanamadığından Spearman korelasyon analizi ile incelenmiştir. Yapılan analiz sonucunda ekran maruziyet süresi ile Dikkat Süresi arasında istatistiksel olarak yüksek dereceli negatif yönlü anlamlı bir ilişki olduğu gözlemlenmiştir, $r(60)=-0.764$, $p<0,02$.

	Sıra Ortalaması	Sıra Toplamı	\bar{x}	\pm	Spearman	p
Ekran Maruziyet Süresi	30,5	1830	2,767	1,791		
Dikkat Süresi	30,5	1830	143,583	34,518	-0,764	<0,01*

* $p<0,01$ olduğunda anlamlıdır.

Sözcük Tekrarı

Ekran maruziyet süresi ile Sözcük Tekrarı arasındaki ilişki normal dağılım şartı sağlanamadığından Spearman korelasyon analizi ile incelenmiştir. Yapılan analiz sonucunda ekran maruziyet süresi ile Sözcük Tekrarı arasında istatistiksel olarak anlamlı bir ilişki olmadığı bulunmuştur, $r(60)=-0.296$, $p=0.233$.

	Sıra Ortalaması	Sıra Toplamı	\bar{x}	\pm	Spearman	p
Ekran Maruziyet Süresi	30,5	1830	2,767	1,791		
Sözcük Tekrarı	30,5	1830	8,633	1,341	-1,196	0,133*

* $p>0,05$ olduğunda anlamlı değildir.

Anksiyete Ölçeği

Ekran maruziyet süresi ile Anksiyete Ölçeği arasındaki ilişki normal dağılım şartını sağlamadığından Spearman korelasyon analizi ile incelenmiştir. Yapılan analiz sonucunda ekran maruziyet süresi ile Anksiyete Ölçeği arasında istatistiksel olarak yüksek dereceli pozitif yönlü anlamlı bir ilişki olduğu gözlemlenmiştir, $r(60)=0.789$, $p<0,02$.

	Sıra Ortalaması	Sıra Toplamı	\bar{x}	\pm	Spearman	p
Ekran Maruziyet Süresi	30,5	1830	2,767	1,792		
Anksiyete	30,5	1830	46,8	18,982	0,789	<0,01*

* $p<0,01$ olduğunda anlamlıdır.

Bilgisayar Oyunu Bağımlılığı Ölçeği

Ekran maruziyet süresi ile Bilgisayar Oyun Bağımlılığı Ölçeği arasındaki ilişki normal dağılım şartı sağlanamadığından Spearman korelasyon analizi ile incelenmiştir. Yapılan analiz sonucunda ekran maruziyet süresi ile Bilgisayar Oyun Bağımlılığı Ölçeği arasında istatistiksel olarak yüksek dereceli pozitif yönlü anlamlı bir ilişki olduğu gözlemlenmiştir, $r(60)=0.786$, $p<0.02$.

	Sıra Ortalaması	Sıra Toplamı	\bar{x}	\pm	Spearman	p
Ekran Maruziyet Süresi	30,5	1830	2,767	1,792		
Anksiyete	30,5	1830	46,8	18,982	0,789	<0,01*

* $p<0,01$ olduğunda anlamlıdır.

TARTIŞMA

Gelişen teknolojiyle birlikte medya araçları hayatımızın vazgeçilmez bir parçası haline gelmiştir. Kullanım alanlarının farklılaşp artmasıyla birlikte teknolojiden uzak kalmak neredeyse imkansız olmaya başlamıştır. Televizyon, bilgisayar, tablet gibi cihazların gelişimi gün geçtikçe devam etmektedir. Bunlar gibi cihazlarla bireyler, oyun, dizi-film izleme, finansal durum gibi bir çok alanda internete erişim sağlamaya çalışmaktadır. Üstündağ, A., (2022). Ekran maruziyet süresi kişiden kişiye farklılık gösterebiliyor ancak ‘Alfa kuşağı’ olarak tanımlanan ve gelişmiş teknolojiye tanıklık eden çocuklarda bu durum tehlikeli boyutlara ulaşabilmektedir. Güzel, M. (2021). Ekran bağımlılığı olan çocuklarda fiziksel ve zihinsel sorunlar ortaya çıkmaktadır. Dicle, A. N., (2020).

Bu çalışmanın amacı, çocuklarda ekran bağımlılığının işitsel dikkat ve davranışsal bozukluklarla olan ilişkisini araştırmaktır. Çalışmamızda çocukların bilgisayar ve oyun bağımlılığını ölçebilmek için 21 madde 4 faktörü içeren ‘Çocuklar İçin Bilgisayar Oyun Bağımlılığı Ölçeği’ kullanılmıştır. Çocuklarda davranış bozukluğunu değerlendirmek için ise 18 sorudan oluşan ‘Çocuklar İçin Sosyal Anksiyete Ölçeği’ kullanılmıştır.

Bu çalışmada 7-15 yaş arasındaki çocuklarda ekran bağımlılığı ile işitsel dikkat arasında sıkı bir ilişki olduğu ortaya konulmuştur. Ekran bağıllık süresi artıkça işitsel dikkat azalmaktadır. Her ikisi arasında anlamlı olarak negatif bir bağlantı vardır. Literatürde ekran bağımlılığının çocukların sağlığı üzerine yapılan bir çalışmada benzeri sonuçlar elde edilmiştir. Mustafaoğlu, R., Zirek, E., Yasacı, Z., Özdiñler, A. R, (2018).

Davranışsal sorunlar ile yüksek ekran maruziyeti arasında da doğrusal bir ilişki olduğu saptanmıştır. Dicle, A.N. çalışması da bizim bu sonuçlarımızla uyum arz etmektedir. Bu bulgumuzla çalışmamızı destekler nitelikte olandığe bir çalışma da 2021 yılında ‘Industrial Psychiatry Journal’ dergisinde yayınlanmış olan ‘Dijital Medyaya Maruz Kalma ve Bağımlılığın Çocuk Gelişimi ve Davranışı İle İlişkisi’ (Anitha FS, Narasimhan U, Janakiraman A, Janakarajan N, Tamilselvan P.(2021) (5).adlı makaleye Hintli çocukların medya kullanımı ile erken dönem çocuk gelişimi ve davranışlarına etkisi incelenmiştir. Bu testlerin sonucunda ise 2 saatten fazla ekran maruziyeti olan çocuklarda kişisel-sosyal gelişim konularında ebeveynlerin kaygıları olduğu tespit edilmiştir. Ekran başında geçirilen sürenin artmasıyla bilişsel, dil ve motor gelişimi aşamalarındaki gecikmelerin önemli

ölçüde etkilendiği tespit edilmiştir. Bu çalışma sonucunda ekran başında geçirilen sürenin 2 saatten az olması durumunda çocukların bilişsel alanlarının geliştiği tespit edilmiştir.

Ekran maruziyeti süresine bağlı yapılan değerlendirmelerde ise ekran maruziyet süresi ile Sözcük Ayırt Etme arasında orta dereceli negatif yönlü anlamlı bir ilişki olduğu sonucuna varılmıştır. Yani ekrana maruz kalınan süre arttıkça bireyin sözcük ayırt etme skorlarında azalma görülmektedir. Ekran maruziyeti süresi ile sözcük tekrarı testi arasında istatistiksel olarak anlamlı bir ilişki saptanmamıştır. Literatürde benzer konuda çalışma yapan Koyuncuoğlu ve arkadaşlarının sonuçları ile uyumlu olduğu görülmüştür. Koyuncuoğlu, D., & AKAROĞLU, G. (2022)

2023 yılında ODÜ SOSYAL BİLİMLER ARAŞTIRMALARI DERGİSİ'nde yayınlanan” 4-6 Yaş Çocukların Ekran Kullanım Alışkanlıkları İle Öz Düzenleme Becerileri Arasındaki İlişki” (Koyuncuoğlu, D., & AKAROĞLU, G. (2022). adlı makale sonuçları, yine bizim yapmış olduğumuz çalışmayla uyumludur. Bu çalışmada ‘Problemlili Medya Kullanım Ölçeği (PMKÖ), öz düzenleme özelliklerini belirlemek amacıyla ‘4-6 Yaş Çocuklara Yönelik Öz Düzenleme Becerileri Ölçeği’ ve sosyo-demografik özelliklerin bulunması için ‘Kişisel Bilgi Formu’ kullanılmıştır. Bu ölçeklerden elde edilen sonuçlar ışığında ekran kullanımı ile öz düzenleme arasında negatif bir ilişki ve düşük düzeyde anlamlı ilişki bulunmuştur. Yani çocukların ekran kullanım özellikleri, öz düzenleme yeteneğini düşürmektedir.

SONUÇ ve ÖNERİLER

Sonuç olarak çocukların ekran maruziyet süresi arttıkça, çocuklarda anksiyete ve bilgisayar oyun bağımlılığı görülme ihtimali artmıştır. Ekran maruziyeti arttıkça çocuklarda işitsel dikkat süresi azalmaktadır ve çocukların sözcük ayırt etmesi zorlaşmaktadır Ancak ekran maruziyeti ile bireyin sözcük tekrarı sayısı arasında bir ilişki bulunmamaktadır.

Ekran maruziyeti çocuğun sosyal ilişkilerden ve etkili iletişimden uzaklaştırmaktadır. İletişim becerisi zayıflayan çocuğun ise işitsel dikkat becerilerinde gerileme görülmesi olağandır.

Gelecekte yapılacak çalışmaların, daha geniş örneklem grupları ve farklı yaş aralıklarını kapsayacak şekilde genişletilmesi, çocukların ekran kullanımı ile ilişkili sorunların daha kapsamlı bir şekilde anlaşılmasına katkı

sağlayacaktır. Bu alanda yapılan araştırmaların, çocukların sağlıklı gelişimine katkı sağlayacak önlemlerin alınmasında önemli bir rol oynayacağı düşünülmektedir.

Bu çalışmada yapılan testler sonucunda ekran maruziyeti ile davranışsal sorunlar ve işitsel dikkat arasında doğrusal bir ilişki olduğu gözlemlenmiştir. Bu bağlamda çocukların akranlarıyla denk bir gelişim göstermesi için ekran süresinin bir ebeveyninin gözetimi altında olması ve bu sürenin çocuğun gelişimini etkilemeyecek şekilde sınırlandırılması önerilir.

Yazar Katkısı

Uğur Embiye Özgür: Makalelenin yazımı, fikir/kavram, denetleme, danışmanlık, analiz ve yorum, kaynak taraması, eleştirisel inceleme.

Muslime Abdurahman: Makalelenin yazımı, tasarım, veri toplama, analiz ve yorum, kaynak taraması.

Esmâ Kulemen: Makalelenin yazımı, tasarım, veri toplama, kaynak taraması.

İlknur Boyuneğmez: Tasarım, veri toplama, kaynak taraması.

Derya Ulusoy: Veri toplama, analiz ve yorum.

Ebru Şahin: Analiz ve yorum, kaynak taraması.

KAYNAKLAR

Alexander, B. K., & Schweighofer, A. R. (1988). Defining" addiction." *Canadian psychology/psychologie canadienne*, 29(2), 151.

Muslu, M., Gökçay, G. F., (2019). Teknoloji Bağımlısı Çocuklarda Obeziteye Neden Olan Risk Faktörleri. *Gümüşhane Üniversitesi Sağlık Bilimleri Dergisi*, 8(2), 72-79.

Guy, J., Rogers, M. ve Cornish, K. (2023). Okul öncesi çağıdaki çocuklarda görsel ve işitsel sürekli dikkatteki yaşa bağlı değişiklikler. *Çocuk Nöropsikolojisi* , 29 (6), 602–624.

Akbulut, Y., Dursun, Ö. Ö., Dönmez, O., & Şahin, Y. L. (2016). In search of a measure to investigate cyberloafing in educational settings. *Computers in Human Behavior*, 55, 616-625

Atilla, Ö. D., & Kılıç, T. Y. (2020). COVID-19 salgınında acil servis organizasyonu, hasta değerlendirme ve yönetim süreçleri. *İzmir Tepecik Eğitim Hastanesi Dergisi*, 30, 183-194.

Ozuslu-Unal, S., Haklı, S., Bayazit, K., (2021). Okul Öncesi Çocukların

Ekran Maruziyetinin Sosyal ve Duygusal Gelişimleri Açısından İncelenmesi. *International Journal of Scientific and Technological Research*, 7(8), 44-51.

Koyuncuoğlu, D., & AKAROĞLU, G. (2022). 4-6 yaş çocukların ekran kullanım alışkanlıkları ile öz düzenleme becerileri arasındaki ilişki. *Ordu Üniversitesi Sosyal Bilimler Enstitüsü Sosyal Bilimler Araştırmaları Dergisi*, 13(3), 2599-2620.

Muslu, M., Gökçay, G. F., (2019). Teknoloji Bağımlısı Çocuklarda Obeziteye Neden Olan Risk Faktörleri. *Gümüşhane Üniversitesi Sağlık Bilimleri Dergisi*, 8(2), 72-79

Kırlıoğlu, M., Kayaalp, A., & Arslan, S. Güncel Bir Sorun Olarak Çocuklarda Ekran Bağımlılığı ve Ebeveyn Tutumları. *Türkiye Sosyal Hizmet Araştırmaları Dergisi*, 7(2), 118-131. 31.12 2023

Üstündağ, A., (2022). Çocukların Sosyal Medya, Akıllı Telefon ve Oyun Bağımlılığı Arasındaki İlişkinin İncelenmesi. *Bağımlılık Dergisi*, 23(3), 316-326

Güzel, M. (2021). Alfa Kuşağıyla Birlikte Değişen Oyun Algısı: Dijital Oyuncaklar ve Ekran Bağımlılığı. *International Journal of Social Humanities Sciences Research*, 8(70), 1344-1355.

Dicle, A. N., (2020). Televizyon-Online İzleme Bağımlılığı. *Bilişsel Davranışçı Psikoterapi ve Araştırmalar Dergisi*. 19(1), 66-89.

Mustafaoğlu, R., Zirek, E., Yasacı, Z., Özdiñler, A. R., (2018). Dijital Teknoloji Kullanımının Çocukların Gelişimi Ve Sağlığı Üzerine Olumsuz Etkileri. *Addicta: The Turkish Journal on Addictions*, 5(2), 1-21.

Anitha FS, Narasimhan U, Janakiraman A, Janakarajan N, Tamilselvan P. Association of digital media exposure and addiction with child development and behavior: A cross-sectional study. *Ind Psychiatry J*. 2021 Jul-Dec;30(2):265-271. doi: 10.4103/ipj.ipj_157_20. Epub 2021 Aug 19. PMID: 35017810; PMCID: PMC8709520.