

ÇOCUKLARDA PROBLEMLİ MEDYA VE DİJİTAL OYUN KULLANIMI: HASTANEYE YATIŞ DENEYİMİNİN ETKİSİ VE HEMŞİRELİK YAKLAŞIMLARI

Yasemin ERKOL^{a,*} | Sibel KÜÇÜK^a

^aAnkara Yıldırım Beyazıt Üniversitesi, Ankara, Türkiye.

*Sorumlu Yazar; Yasemin ERKOL, E-Posta: yaerkoll@gmail.com

ÖZET

Dijital teknolojik cihazların yaygınlaşması ve her an ulaşılabilir olması kullanım sıklığını ve süresini arttırmaktadır. Bu durum gelişim dönemindeki çocukların bilişsel, duyuşsal, sosyal ve fiziksel gelişimlerini doğrudan etkilemektedir. Hastane ortamının fiziki yapısı, ağırlı işlemler, aile ve arkadaşlardan ayrılma, eğlence ve aktivitenin eksikliği, gelişimsel dönemine uygun olan desteğin sağlanamaması çocuklarda strese sebep olabilmektedir. Duygusal ve davranışsal güçlükleri olan çocuklar, ekran kullanma gibi yalnız etkinlikleri tercih edebilmektedir. Çocuklar olumsuz duygularla başa çıkmak için video oyunu oynamayı başa çıkma stratejisi olarak kullanabilmektedir. Dijital oyunlar çocuğa arkadaşlarla bir araya gelebilme, grup çalışmasının parçası olmaktan memnuniyet duyma, gerçek hayatta sahip olmak istediği rolü oynama, günlük hayatın problemleri, stres, korku ve negatif duygulardan kaçınma olanağı sağlayabilmektedir. Hastane ortamında kendini yalnız hisseden ve psikolojik ihtiyaçları karşılanmamış çocuk başkalarıyla iletişim kurmak için medya araçlarına, internete ve oyunlara yönelebilmekte bu durum ise bağımlılık düzeyini arttırabilmektedir. Hemşirelerin, hastanede yatarak tedavi gören çocukların hastanedeki kısıtlılıklar nedeniyle yaşadığı fiziksel ve psikososyal problemlerinin medya kullanımı üzerindeki etkilerinin farkında olması bu tür etkileri çözebilecek veya önleyebilecek farklı baş etme stratejilerini belirlemesi açısından oldukça önemlidir.

Anahtar Kelimeler

- Çocuk,
- Hastaneye yatış,
- Problemlerli medya kullanımı,
- Dijital oyun,
- Hemşirelik.

Makale Hakkında

Derleme Makale

Gönderim Tarihi

10.04.2023

Kabul Tarihi

17.04.2023

PROBLEMATIC MEDIA AND DIGITAL GAME USE OF CHILDREN: THE EFFECT OF EXPERIENCE OF HOSPITALIZATION AND NURSING APPROACHES

Yasemin ERKOL^{a,*} | Sibel KÜÇÜK^a

^aAnkara Yıldırım Beyazıt University, Ankara, Türkiye.

* Corresponding Author; Yasemin ERKOL, E-Posta: yaerkoll@gmail.com

ABSTRACT

Keywords

- Children,
- Hospitalization,
- Problematic media use,
- Digital game,
- Nursing.

Article Info

Review article

Received

10.04.2023

Accepted

17.04.2023

The growing number of digital technological devices and their availability has increased the usage frequency and duration. This situation directly effects the cognitive, affective, social, and physical development of children who are in the developmental period. The physical structure of the hospital environment, painful procedures, separation from family and friends, deficiency of entertainment and activity, and failure to provide the appropriate support for the developmental period may cause stress in children. Children with emotional and behavioral difficulties may prefer solitary activities such as screen use. Children may play video games as a strategy to overcome negative feelings. Digital games can allow children to gather with friends, be pleased to be a part of a group work, play the role he or she wants to have in real life, abstain from the problems of daily life, stress fear, and negative feelings. The child, who feels lonely in the hospital environment and whose psychological needs are not met, may turn towards media tools, the internet, and games to communicate with others, and as a consequence of this situation, the addiction level of the child may increase. It is crucial for nurses to be aware of their physical effects on media use and the psycho-social problems of hospitalized children to determine different coping strategies that can solve or prevent such effects.

GİRİŞ

Türk Dil Kurumu (TDK) tarafından “Büyük iletişim ve yayın organlarının tümü, iletişim ortamı, iletişim araçları ve kitle iletişim araçlarının tümü” olarak tanımlanan medya, her yaştan bireye hitap ederek hayatın her alanında yer almaya başlamıştır (1,2). İnternetin bulunmasıyla birlikte medya araçlarındaki değişimlerle medya kavramı geleneksel ve yeni medya olarak ikiye ayrılmıştır (3). Eskiden medyanın direkt karşılığı olarak görülen gazete, radyo, televizyon gibi yazılı, görsel ve işitsel medya araçları geleneksel medyaya dönüşmüştür (4). Hızlı ve kolay bilgi paylaşılması, yenilenmesi, yaygınlaşması, dijital medya olarak ifade edilen internet tabanlı yeni medya araçları ile sağlanmaktadır (5). Dijital medya internetten daha geniş kapsamlı olarak iletişim teknolojisini ifade ederek bilgi taşıma, oyun-eğlence sunma, çevrimdışı olarak da yararlanılabilme gibi birçok bilgisayar destekli programı ifade etmektedir (6).

Medya araçlarına yönelme farklı nedenlerle gerçekleşebilmekte, hastanede yatma gibi stresli olaylar, sosyal destek eksikliği, izolasyon çocukların medya araçlarına yönelmelerine neden olabilmektedir. (7-10). Sağlık sorunları olan çocuklar ve gençler medya aracılığıyla akranları, okulları ve aileleriyle bağlantı kurabilecekleri ve devam eden öğrenmelerini destekleyebilecekleri alanlar oluşturmaktadır (11). Dijital medya ve özellikle bilgisayar oyunları klinik önemi olan eğlence ürünleri arasında yer almaktadır (12).

Türkiye için erken yaşlarda tablet, akıllı telefon ve elektronik oyuncak gibi dijital cihazların kullanımı her geçen gün artmaktadır (13,14). Bu durum gelişim dönemindeki çocukların bilişsel, duyuşsal, sosyal ve fiziksel gelişimlerini doğrudan etkilemektedir (15,16). Amerikan Pediatri Akademisi (APA) 2 yaşından küçük çocuklar için, medyanın faydalarına ilişkin kanıtların hala sınırlı olduğunu belirtmektedir (17). Akıllı telefon, tablet, bilgisayar ve video oyunları gibi yeni medyanın sağlık üzerindeki etkileri hakkında yeterli bilgi mevcut değildir. Çocukların hayatındaki medya araçlarını kullanım süreleri dikkate alındığında bu araçların sağlık üzerindeki etkilerinin farkında olunması gerekmektedir (18).

Çocuklarda Problemler Medya Kullanımı

Dijital teknolojik cihazların yaygınlaşması ve her an ulaşılabilir olması kullanım sıklığını ve süresini arttırmaktadır (19). Ekran izleme yani televizyon, bilgisayar, tablet, konsol ve cep telefonu kullanımı, çocuklar ve ergenler arasında her yerde bulunan yerleşik bir davranış biçimi haline gelmiştir (20). Çocukların akıllı telefon ve tablet gibi mobil cihazların kullanımı hızla artmakta ve bu cihazları kullanma yaşları giderek düşmektedir (13,14). 1970’ten bu yana, çocukların medya ile düzenli olarak etkileşime girmeye başladığı 4 yaş günümüzde 4 aya kadar düşmüştür (21). Amerika’da Common Sense Media’nın 2013-2017 yılları arasında 0-8 yaş aralığındaki çocuklarla yürüttükleri çalışmanın sonuçlarına göre akıllı telefon/tablet başında geçirilen ortalama süre 2011’de günde 5 dakika iken 2013’te 15 dakikaya, 2017’de ise 48 dakikaya çıkmaktadır. Yine bu çalışmada kendine ait tableti olan çocukların oranı 2011’de %1’den az iken, 2013’te %7’ye, 2017’de ise büyük bir artışla %42’ye çıktığı belirtilmektedir (22). Gökçe ve arkadaşları (2021) 6-84 ay arası çocukların %23.6’sının kendisine ait mobil cihazı olduğunu ve %92.7’sinin günlük ortalama 3 saatin üzerinde mobil ekrana maruz kaldığını belirtmektedir (14). Yıldız ve Kanak (2021) 0-6 yaş çocukların %21.2’sinin kendisine ait dijital teknolojik cihazının olduğunu, %42.9’unun dijital cihazları her gün kullandığını belirlemiştir (19). Yapılan bir başka çalışmada ise çocukların %44.4’ünün kendine ait bir ekranının (tablet, TV, cep telefonu ve bilgisayar) olduğunu, çocukların %57.6’sının hafta içi, %76.3’ünün hafta sonu ekran kullanım

sürelerinin 2 saatin üzerinde olduğu ve yaş arttıkça ekran süresinin arttığı bildirilmektedir (23).

Çocukların kendilerine ait bir cihazın olması ekrana maruz kalma sürelerinin artmasına yol açabilmekte ve bu cihazların kullanımı sınırlandırılmadığında ekran bağımlılığı gelişebilmektedir (14,19). Çocuklarda teknoloji bağımlılığı ile ilgili yapılan araştırmada, çocukların teknolojik cihaz kullanım yaşının ortalama 9,39 yaş olduğu, her birinin en az bir adet teknolojik cihaz kullandığı ve bu cihazlardan %77.1 ile en sık tablet, sonrasında %55.4 ile cep telefonu, %42.1 ile masaüstü bilgisayar, %28.9 ile notebookun takip ettiği belirtilmektedir (24). Çocuklar ve ergenler arasında yapılan bir çalışmada akıllı telefonların veya tabletlerin birinci olarak kullanıldığı ardından bilgisayarlar ve diğer cihazların kullanıldığı belirtilmektedir (25). Çocuklar oyun oynamak, video izlemek, iletişim kurmak, fotoğraf çekmek ve uygulamalara erişebilmek için mobil cihazları kullanmaktadır (26).

Dijital Oyunlar

Günümüzde teknolojinin gelişmesi, şehirleşme ve oyun alanlarının yetersizliği geleneksel oyun alanlarının yerini dijital oyunlara bırakmıştır (27). Dijital oyunlar, video oyunları ve bilgisayar oyunları ekran aracılığı ile oynanan oyunlar olarak tanımlanmaktadır. Dijital oyun; kural, amaç, geri bildirim, zorluk, yarışma, zıtlık, meydan okuma, iletişim, etkileşim, sunum ve hikâye gibi öğeleri taşımaktadır (28).

Dijital oyun oynama, küçük çocukların dijital teknolojilerle etkileşiminin bir yönüdür, 1 yaşından küçük çocukların %43.5'i, 4 yaşındaki çocukların %81.3'ü oyun oynamak ve video izlemek amacıyla dijital teknolojiyi kullanmaktadır (26,29). Okul öncesi 5 yaş grubu ile yapılan bir çalışmada çocukların ekran (tv-video-vcd-dvd) izleme süreleri günde ortalama 2 saatin üzerinde olduğu, çocukların çoğunun günde en az 1 saat cep telefonu ile vakit geçirdikleri, cep telefonunda yaptığı aktivitelere bakıldığında en çok oyun oynadıkları, tablet/bilgisayar ile oynama sürelerinin ise 1 saat olduğu bildirilmektedir (30). Çocukların dijital oyun oynamaya başlama yaş ortalamasının 4.5 yaş ve gün içinde dijital oyun oynama süresinin 179.9 dakika olduğu, %85.2'inin tablet, %72.1'inin akıllı telefon, %65.7'inin bilgisayar ve %24.5'inin ise oyun konsolu ile oyun oynadığını, ilkökulda öğrenim gören öğrencilerin dijital oyun oynamaya başlama yaşının lise öğrencilerine göre daha erken yaşta olduğu belirtilmektedir (31). Çocukların dijital oyun oynama yaşının düşmesinin gerçek oyun alanlarına göre sanal oyun alanlarını daha kolay kullanmaları ve ebeveynlerin de çocuklarına dijital oyun sunmaları ile ilişkili olduğu belirtilmektedir (32).

Dijital oyunlar gelişim dönemindeki çocukların bilişsel, duyuşsal, sosyal ve fiziksel gelişimlerini doğrudan etkilemektedir (16). Dijital oyunlar problem çözme, araştırma ve sosyal becerileri geliştirme bireye motivasyon ve eğlence sağlama, eğitimde karmaşık kavramları öğrenme ve odaklanmayı keskinleştirme, el-göz koordinasyonunu geliştirme ve özgüveni arttırmada faydalı olmakla birlikte bireyin dikkatini uzun süre meşgul etme özelliğine de sahiptir (33,34). Dijital oyunların etkileri, eğlenme, öğrenme, fiziksel, sosyal ve duygusal olmak üzere beş başlık altında toplanabilir (35).

Dijital Oyunlar ve Eğlenme

Dijital oyunlar olumlu bir ruh halini teşvik etmek için eğlence ve motivasyon sağlamaktadır. Gençlerle yapılan bir çalışmada elektronik oyun oynayan erkeklerin %62'si, kızların %44'ü rahatlayabilmek için ve erkeklerin %45'i ve kızların %29'u öfkeyle başa çıkmak için oyun oynadığı belirtilmektedir (36). Çocukların dijital oyun oynama amacının sorgulandığı başka bir çalışmada ise

çocukların %72.8'i stres atmak ve %72.4'ü zaman geçirmek amacıyla dijital oyun oynamaktadır (37).

Dijital Oyunlar ve Öğrenme

Dijital oyunlar eğlenme ve motivasyon sağlamanın yanı sıra eğitimde kullanılabilecek potansiyel bir öğrenme aracı olarak görülmektedir (37). Dijital oyunun içeriğinin eğitim amaçlı olması, yönergelerin açık ve anlaşılır olması, çocuğun yaratıcılığını, motivasyonunu ve merakını artırmaktadır (38). Eğitsel dijital oyunlar ve sınıf içi eğitsel oyunlar ile uygulanan fen eğitiminin geleneksel yöntemlere göre okul öncesi öğrencilerinin bilişsel gelişim düzeyi üzerinde daha etkili olduğu, dijital oyunların kelime öğrenimine katkı sağladığı, okul öncesi dijital matematik uygulamalarının %90'ı erken matematik becerilerini içeren oyunlar olduğu belirtilmektedir (37,39,41). Yapılan başka bir çalışmada ise çocuğun medya ortamının belirli yönlerinin çocuğun dil gelişimiyle ilişkili olduğunu doğrulamaktadır (74). Özellikle erken çocukluk döneminde medya çocukların dil ve okuryazarlık gelişiminde giderek daha fazla kullanılmaktadır (75).

Dijital medya kullanım miktarı ile bilişsel işlevler/dikkat performansı arasında doğrusal olmayan bir ilişki olduğu yani aşırı medya kullanımı veya problemlerli medya kullanıma eğilim oluştuğunda, dijital medyanın olumlu etkilerinin azaldığı belirtilmektedir (76). Gelişmekte olan bir beynin bilgisayarlara, akıllı telefonlara, tabletlere veya televizyonlara kronik olarak maruz kalmaya özellikle duyarlı olabileceği endişesi nedeniyle, Amerikan Pediatri Akademisi 2 yaş veya daha küçük çocuklar için ekran süresini sınırlandırılmasını tavsiye etmektedir (17).

Dijital Oyunlar ve Fiziksel Gelişim

Çocukların uzun süre hareketsiz olarak teknolojik cihazlarla vakit geçirmeleri büyük ve küçük kas becerileri, el ve göz koordinasyonu gibi kaba ve ince motor gelişimlerini olumsuz etkilemektedir (41). Dijital oyun oynamanın çocukların fiziksel sağlığı üzerindeki etkilerinin incelendiği çalışmada en sık gözlemlenen olumsuz etkileri; %72.5'i aşırı kullanıma ve oyun oynama sırasında duruş bozukluklarına bağlı olarak omurga, omuz, el-el bileği gibi kas-iskelet sistemi problemleri, %70'i gözlerde kuruluk, ağrı ve kızamık ve %62.2'si geç uyuma, geç uyanma ve uyuma süresinde azalma gibi uyku kalitesinde bozulmaya neden olması şeklinde sıralanmaktadır (31). Ekran kullanım süresindeki artışa bağlı olarak fiziksel aktivitedeki azalma fazla kilolu olmaya neden olabilmektedir (30).

Dijital Oyunlar ve Sosyal Gelişim

Dijital oyunlar aracılığıyla iletişim ve etkileşimin boyutu da değişmiştir. Dijital ortamda fazla zaman geçirmek, yüz yüze iletişim kurmak için daha az zaman harcamak anlamına gelir (77).

Elektronik oyunların ortaya çıktığı ilk yıllarda sosyalliği azalttığı eleştirilerine karşılık günümüzde internet bağlantısının gelişmesiyle çevrimiçi etkileşimli oynanan dijital oyunlar sosyalleşmeyi artırmaktadır (42,43). Çocuklarda özellikle empati duygusunu geliştiren, hoşgörü, paylaşma ve yardımlaşma gibi iyi değerleri öğreten ve sosyal gelişimlerine de yardımcı olan eğitici medya uygulamaları tercih edilmelidir (78). Yağcı ve Yalaki (2021) ergenlerde oyun bağımlılığı ile sosyal destek ilişkisine dikkat çekmiş ve algılanan sosyal desteğin azalmasının çevrimiçi oyun bağımlılığına neden olabileceğini saptamıştır (44).

Dijital Oyunlar ve Duygusal Gelişim

Dijital oyunlar anksiyete, depresyon ve stresi azaltmada faydalı olabilmektedir (45). Yapılan sistematik bir incelemede video oyunu oynamanın ruh halini iyileştirdiği, duygusal rahatsızlıkları azalttığı, duygu düzenlemesini iyileştirdiği, gevşemeyi ve stresi azalttığı, video oyunu sırasında özerklik ve yüksek benlik saygısı gibi olumlu etkileri olduğu belirtilmektedir (46).

Dijital oyunlar hoş vakit geçirilmesi ve eğitici olmasının yanı sıra içerdiği şiddet öğeleri ile çocuklar üzerinde zararlı etkileri olabilmektedir. Çocukların bilgisayar oyunlarına ve karşılaştıkları şiddete yönelik davranışlarının incelendiği bir çalışmada çocukların %57'si dijital oyunlarda şiddet olduğunu ve %30'u oyunlardaki şiddetin onları saldırganlığa sürüklediğini belirtmektedir (47).

Teknolojik cihazların çeşitlenmesi, çoğu evde internetin olması ve yaygın kullanılmasıyla oyuna erişim ve ulaşım kolaylaştırmıştır. Bu durum dijital oyun bağımlılığını gündeme getirmiştir (16,48). Çocuk ve ergenlerin oyun bağımlısı olmasıyla ilgili sınırlar çizmek, bağımlılığa giden yoldaki aşamaları belirlemek güç olmakla birlikte oyun oynama süresi ve sıklığı oyun bağımlılığını yordamada önemli iki değişkendir (49). Dijital oyun oynama davranışı, çocukların bulunduğu fiziki, psikolojik, sosyal ve ekonomik koşulları dikkate alarak incelenmesi gereken bir durumdur (50).

Çocuklarda Hastaneye Yatış Deneyimi, Problemler Medya ve Dijital Oyun Kullanımının Etkisi

Hasta olmak ve hastaneye yatmak çocuğun yaşına bakılmaksızın yaşamını, rutinlerini birçok yönden etkileyen kaygı ve endişesini artıran olumsuz bir deneyim olarak karşımıza çıkmaktadır (51,52). Hastane ortamının fiziki yapısı, ağırlı işlemler, aile ve arkadaşlardan ayrılma, eğlence ve aktivitenin eksikliği, gelişimsel dönemine uygun olan desteğin sağlanamaması çocuklarda strese sebep olabilmektedir (53). Stresli yaşam olayları duyguların ifade edilmesi ve kontrol edilmesini sağlayan limbik sistemi etkilemektedir (54). Strese ve mücadeleye verilen uzun süreli fizyolojik tepkiler çocuklarda fiziksel ve zihinsel bozukluk, duygu düzenlemede güçlük, bilişsel bozukluklar olmak üzere çeşitli sorunlar için risk oluşturmaktadır (55). Hastanede yatan çocukların %20-25'inin hastalıktan bağımsız olarak görülen psikolojik stres yaşadığı bilinmektedir (51). Psikiyatrik hastalık görülme olasılığı, fiziksel hastalığı olan bireylerde sağlıklı bireylere göre daha yüksek olduğu ve bu oranın %40'lara kadar çıkabildiği bildirilmektedir. Fiziksel hastalıkların yanı sıra ruhsal hastalıkların görülmesi işlevselliğin bozulmasına ve hastanede yatış süresinin uzamasına neden olmaktadır (56,57). Hastanede çeşitli nedenlerle yatarak tedavi görmekte olan çocukların ebeveynlerinin %57.3'ü çocuğunun tıbbi hastalığı nedeni ile ruhsal olarak etkilendiğini ifade etmektedir (58).

Çocukların ruh sağlığı ile medya kullanımı arasındaki ilişki önemlidir. Duygusal ve davranışsal güçlükleri olan çocuklar, ekran kullanma gibi yalnız etkinlikleri tercih edebilmektedir (59). Akıllı telefonların aşırı kullanımı yalnızlık, stres ve diğer olumsuz duygularla ilişkili olabilmektedir (60). Çocuklar olumsuz duygularla başa çıkmak için video oyunu oynamayı uyumsuz bir başa çıkma stratejisi olarak kullanabildiği belirtilmektedir (12,61).

Teknolojik cihazlar çocuklara gerçek yaşamlarında sunulamayacak ya da onların karşılaşamayacağı fırsatlar verilebilmektedir (62). Dijital medya ve özellikle bilgisayar oyunları önemli eğlence ürünleridir (12). Çocuklar bilgisayar oyunlarını eğlenceli bulmakta ve bilgisayar oyunu oynarken mutlu olduklarını belirtmektedir (13). Çocuk hastanede yattığı sürede kontrolünü ve bağımsızlığını medya aracılığıyla sağlamaya çalışarak bilgisayar oyunları veya diğer medya araçlarıyla

daha fazla vakit geçirme eğiliminde olabilmektedir (63,64). Dijital oyunların hastane yatışı öncesinde bilinen bir aktivite olması hastanedeki çocuklar için tedavi ve izolasyon sürecinden kaynaklanan zorlukların üstesinden gelmeye yardımcı olabileceği belirtilmektedir (65). İnternet sosyal katılımı artırma ve bireysel iyiliğe katkı sağlama açısından önemli bir araçtır (66,67). Sağlık sorunları olan çocuklar ve gençler için internet ve sosyal ağ faaliyetleri bilgi, öneri ve desteğe ulaşabilmelerini sağlayabilmektedir. Çocuklar ve gençler medya aracılığıyla akranları, okulları ve aileleriyle bağlantı kurabilmekte ve devam eden öğrenmelerini destekleyebilmektedir (11).

Hastane ortamında kendini yalnız hisseden ve psikolojik ihtiyaçları karşılanmamış çocuk başkalarıyla iletişim kurmak için medya araçlarına, internete ve oyunlara yönelebilir bu durum ise bağımlılık düzeyini artırabilir. Sosyal çevresinden, doğadan ve sevdiği faaliyetlerden uzak kalan çocuk, sosyalleşemez ya da yeterli fiziksel etkinlik yapamaz ise çocuğun gelişiminde yavaşlama veya bozulma beklenen bir durum olabilmektedir (68). Medya araçlarının uygun yaşta ve uygun sürede eğitici, öğretici ve geliştirici olarak kontrollü kullanılması çocukların ve gençlerin gelişimine katkı sağlayabilir (27,69).

Çocuklarda Problemler Medya ve Dijital Oyun Kullanımında Hemşirelik Yaklaşımları

Çocuklarda teknoloji kullanımı ve ekran süresinin artması günümüzde görülmeye başlanılan hale gelmiştir ve çocuk sağlığının gelişmesinde olumlu ve olumsuz etkileri bulunmaktadır (70). Ülkemizde dijital teknolojinin yoğun olarak kullanılması, denetimlerin ve koruyucu önlemlerin yetersiz kalması problemlerin oluşmasını destekleyebilir (27). Çocukların ekran karşısında geçirdikleri vakit yaşlarına uygun olarak sınırlandırılmalı ve maruz kaldıkları içeriklerin gelişimlerini ve sağlıklarını olumlu yönde destekleyebilesi gerekmektedir. Çocukların yaşlarına uygun olarak gelişim alanlarının desteklenebilmesi için yapılacak uygulamalar olumsuz kazanımların da azalması üzerinde etkili olabilecektir (78). Sağlık profesyonellerinin, çocukları teknolojinin risklerinden koruyabilmesi ve bilinçli kullanmasını öğretebilmesi ve gerekli önlemleri alabilmesi gerekmektedir (70).

Teknolojik cihazların kullanımında ebeveynlerin tutumları çocuğun kişilik ve davranışlarını etkilemekte, çocuklarla kaliteli zaman geçirilmesi çocukların televizyon, tablet ve akıllı telefon gibi dijital cihazlara yönelimini engelleyebilmektedir. Ayrıca ebeveynlerin çocukların teknoloji kullanımı ve içeriği hakkında bilgi sahibi olmaları, çocuğun gelişimine katkı sağlayabilmektedir (71). Hemşireler;

- o Dijital cihazların çocuğun gelişimsel dönemine uygun içeriğe sahip olması (72),
- o 18 aydan küçük çocukların görüntülü sohbet dışında dijital medya kullanımından uzak durması, 18-24 aylık çocuklara dijital medya tanıtılmak isteniyorsa kaliteli programların/uygulamaların seçilmesi ve bunların çocuklarla birlikte kullanılması (17),
- o Çocukların ekran başında geçirdiği süreye dikkat edilmesi, 2 yaşından büyük çocuklarda medyayı günde en fazla 1 saat kaliteli programlarla sınırlandırması, yemek sırasında ve yatmadan 1 saat önce dijital medya kullanımının önlenmesi (9,17),
- o Teknolojik cihazların kullanımında rol modeli olarak ebeveynlerin hem kendi davranışlarını hem de çocukların davranışlarını izlemeleri gerektiği ve sürekli teknoloji ile zaman geçirmenin çocukları fiziksel, sosyal, bilişsel, duygusal alanlarda olumsuz etkileyebileceği (9,70),
- o Erken çocukluk yıllarında beyin gelişimi, dil, bilişsel ve sosyal-duygusal becerileri geliştirmek için sosyal oyunların önemi (17) konusunda ebeveynlere yol gösterici olmalıdır.

SONUÇ

Hem günümüz teknolojik gelişmeler gereği oyun yapısındaki değişikliklerin olmasıyla çocukların yalnızlaşması ve gerçek yaşamdan soyutlanarak sosyal hayattan uzaklaşması hem de hastane ortamında çocuğun normal aktivitelerden uzaklaşmış olması çocukların daha çok medya araçları kullanmasına neden olabileceği düşünülmektedir. Çocuk hastanede yattığı sürede kontrolünü ve bağımsızlığını medya aracılığıyla sağlamaya çalışmakta, bilgisayar oyunları veya diğer medya araçlarıyla daha fazla vakit geçirme eğiliminde olabilmektedir (63,64). Fiziksel büyüme sürecinde olan çocuğun kas, kemik ve beden gelişimi için harekete ihtiyacı vardır ve bunun uygun şekilde karşılanması gerekmektedir (78). Çocuklar genellikle ekran karşısında pasif olduklarından fiziksel aktiviteyi teşvik edebilecek ve tamamlayabilecek dijital ekran kullanımı desteklenmelidir (79).

Medya kullanımı ve dijital oyunlar konusunda yapılan çalışmalar daha çok hastanede yatışı olmayan okul çağı çocuklarında ve ergenlerle ilgilidir ancak okul öncesi ve hastanede yatan çocuklar üzerinde bu konularda çalışmalara rastlanılmamıştır. Çocuklarda hastalık ve hastaneye yatmaya bağlı gelişebilecek olumsuz duyguların medya kullanımı ve dijital oyunlar üzerinde etkisi olabileceği düşünülmektedir.

KAYNAKLAR

1. Türk Dil Kurumu Türkçe Sözcük, 10. Baskı. Ankara, 4. Akşam Sanat Okulu Matbaası, 2005.
2. Aksoy N. Okul öncesi dönem çocuklarının medya kullanımında anne baba aracılığı, Eğitim Bilimleri Enstitüsü, Temel Eğitim Anabilim Dalı, Okul Öncesi Programı, Yüksek lisans tezi, Ankara: Ankara Üniversitesi, 2021.
3. Eraslan H. Geleneksel medyadan sayısal medyaya: Medya kuramları ve çocuk. İçinde: Kılıç Ş (editör). Çocuk ve Medya, 1. Baskı. Ankara, Pegem Akademi Yayıncılık; 2021, s.1-24.
4. Furuncu C. Problemlerli medya kullanım ölçeğinin türkçe formunun geçerlilik güvenilirlik çalışması: Çocuklarda ekran bağımlılığı ölçeği ebeveyn formu, Adli Tıp Enstitüsü, Sosyal Bilimler Anabilim Dalı, Yüksek lisans tezi, İstanbul: İstanbul Üniversitesi-Cerrahpaşa, 2019.
5. Bayer H, Bulut ÖM. Yeni medya eğitimi ve önemi. Journal of Communication Science Researchs. 2021; 1(2):127-138.
6. Özkan A. Dijital medya ve çocuk: Sosyalleşmenin yeni boyutları, Sosyal Bilimler Enstitüsü, Sosyoloji Anabilim Dalı, Doktora tezi, Sakarya: Sakarya Üniversitesi, 2016.
7. Davis RA. A cognitive-behavioral model of pathological internet use. Computers In Human Behavior. 2001; 17:187-195. [https://doi.org/10.1016/S0747-5632\(00\)00041-8](https://doi.org/10.1016/S0747-5632(00)00041-8)
8. Cerniglia L, Zoratto F, Cimino S, Laviola G, Ammaniti M, Adriani W. Internet addiction in adolescence: Neurobiological, psychosocial and clinical issues. Neuroscience & Biobehavioral Reviews. 2017; 76:174-184. <https://doi.org/10.1016/j.neubiorev.2016.12.024>
9. Király O, Potenza MN, Stein DJ, King DL, Hodgins DC, Saunders JB, Abbott MW. Preventing problematic internet use during the covid-19 pandemic: consensus guidance. Comprehensive Psychiatry. 2020; 100:1-4. <https://doi.org/10.1016/j.comppsy.2020.152180>
10. Göker ME, Turan Ş. Covid-19 pandemisi sürecinde problemlerli teknoloji kullanımı. ESTÜDAM Halk Sağlığı Dergisi, 2020; 5:108-114. <https://doi.org/https://doi.org/10.35232/estudamhds.767526>
11. Şimşek G. Teknoloji ve çocukların bütünsel iyi oluşu. İçinde: Albayrak SE (editör). #DijiÇocuk, 1. Baskı. Ankara, Gazi Kitapevi Tic. Ltd. Şti., 2020: 31-58.

12. Paulus FW, Hübler K, Mink F, Möhler E. Emotional dysregulation in preschool age predicts later media use and gaming disorder symptoms in childhood. *Front. Psychiatry*. 2021; 12:626387. doi: 10.3389/fpsy.2021.626387.
13. Topan A, Kuzlu Ayyıldız T, Ozsavran M, Mutlu B. İlkokul öğrencilerinin bilgisayar, internet kullanımı ve bilgisayar oyunları hakkındaki düşünceleri. *Çocuk Dergisi- Journal of Child*. 2020; 20(1):20-26. <https://doi.org/10.26650/jchild.2020.1.0004>
14. Gökçe A. 0-7 yaş arası çocuklarda mobil ekran maruziyetinin değerlendirilmesi. *Ankara Eğitim ve Araştırma Hastanesi Tıp Dergisi*. 2021; 54(2), 188-193. DOI: 10.20492/aeahd.543807.
15. Plowman L, Stevenson O, Stephen C, McPake J. Preschool children's learning with technology at home. *Computers & Education*. 2012; 59(1): 30-37.
16. Hazar Z, Hazar M. Çocuklar için dijital oyun bağımlılığı ölçeği. *Journal Of Human Sciences*. 2017; 14(1): 203-216. doi:10.14687/jhs.v14i1.4387.
17. AAP Council On Communications And Media. Media And Young Minds. *Pediatrics*. 2016;138(5): E20162591. <https://doi.org/10.1542/peds.2016-2591>
18. Kenney EL, Gortmaker SL. United states adolescents' television, computer, videogame, smartphone, and tablet use: Associations with sugary drinks, sleep, physical activity, and obesity. *The Journal of Pediatrics*. 2017; 182:144-149. doi:10.1016/j.jpeds.2016.11.015
19. Yıldız İ, Kanak M. Çocukların dijital teknoloji kullanımı ve ebeveynlerin yaklaşımları: Kesitsel bir çalışma. *TJFMPC*. 2021; 15(2):306-314.
20. Sebire SJ, Jago R, Gorely T, Hoyos Cillero I, Biddle SJ. "If there wasn't the technology then I would probably be out everyday": A qualitative study of children's strategies to reduce their screen viewing. *Prev Med*. 2011; 53(4-5):303-308. doi: 10.1016/j.ypmed.2011.08.019.
21. Radesky JS, Christakis DA. Increased screen time: Implications for early childhood development and behavior. *Pediatr Clin North Am*. 2016; 63(5):827-839. doi: 10.1016/j.pcl.2016.06.006.
22. Common Sense Media. The common sense census media use by kids age zero to eight. 2017. [Erişim tarihi 15 Ocak 2022]. https://www.commonsensemedia.org/sites/default/files/research/report/csm_zerotoeight_fullreport_release_2.pdf
23. Çelik E, Özer ZY, Özcan S. Okul öncesi çocukların ekran kullanım sürelerinin ebeveyn ekran kullanım alışkanlıkları ve aile işlevleri ile ilişkisi. *Çukurova Tıp Dergisi*. 2021; 46 (1):343-351. DOI: 10.17826/cumj.780582.
24. Özdiñler AR, Rezaei AD, Abanoz EŞ, Atay C, Keleş YA, Tahran Ö, Körođlu F. Okul çağındaki çocuklarda teknoloji bağımlılığının postür ve vücut farkındalığı üzerine etkisi. *Bağımlılık Dergisi*. 2019; 20(4):185-196.
25. Dong H, Yang F, Lu X, Hao W. Internet addiction and related psychological factors among children and adolescents in china during the coronavirus disease 2019 (covid-19) epidemic. *Front. Psychiatry*. 2020; 11:00751. doi: 10.3389/fpsy.2020.00751
26. Kabali HK, Irigoyen MM, Nunez-Davis R, Budacki JG, Mohanty SH, Leister KP, Bonner RL. Exposure and use of mobile media devices by young children. *Pediatrics*. 2015; 136(6):1044-1050. doi:10.1542/peds.2015-2151
27. Irmak YA, Erdoğan S. Ergen ve genç erişkinlerde dijital oyun bağımlılığı: güncel bir bakış. *Türk Psikiyatri Dergisi*. 2016; 27(2): 128-37.
28. Prensky M. Digital game-based learning. New York: McGraw-Hill, 2001.
29. Danby S, Evaldsson AC., Melander H, Aarsand P. Situated collaboration and problem solving in young children's digital gameplay. *British Journal of Educational Technology*. 2018; 49(5):

- 959-972. <https://doi.org/10.1111/bjet.12636>
30. Civelek P, Uyanık G. Sedanter 5 yaş çocukların aktivitelerine yönelik ebeveyn görüşleri. *Akademik Sosyal Araştırmalar Dergisi*. 2021; 9(117):249-278. Doi: <http://dx.doi.org/10.29228/ASOS.51055>.
31. Mustafaoğlu R, Yasacı Z. Dijital oyun oynamanın çocukların ruhsal ve fiziksel sağlığı üzerine olumsuz etkileri. *Bağımlılık Dergisi*. 2018; 19(3):51-58.
32. Gürcan A, Özhan S, Uslu R. Dijital oyunlar ve çocuklar üzerindeki etkileri. *Başbakanlık Aile ve Sosyal Araştırmalar Genel Müdürlüğü, Ankara*. 2008; 1-50.
33. Hewett KJE, Zeng G, Pletcher BC. The acquisition of 21st-century skills through video games: Minecraft design process models and their web of class roles. *Simulat Gaming*. 2020; 16;51(3):336-364. <https://doi.org/10.1177/1046878120904976>
34. Kenwright B. Brief review of video games in learning & education how far we have come. In *Proceedings of SA '17 Symposium on Education (SA'17)*. ACM, New York, NY, USA. 2017. <https://doi.org/10.1145/3134368.3139220>.
35. Balaban Dağal A, Bayındır D. Erken yaşlarda dijital oyunların etkileri ölçeği'nin geçerlik ve güvenilirlik çalışması. *Pegem Eğitim ve Öğretim Dergisi*. 2019; 9(4): 979-1000. DOI: 10.14527/pegegog.2019.031.
36. Olson CK. Children's motivations for video game play in the context of normal development, *Review of General Psychology*. 2010; 14(2):180-187. doi:10.1037/a0018984.
37. Ceylaner S, Yanpar Yelken T. Ortaöğretim öğrencilerinin, dijital oyunların İngilizce kelime öğrenimine katkısına yönelik görüşleri. *Bartın Üniversitesi Eğitim Fakültesi Dergisi*, 2017; 6(1): 346-364.
38. Üstündağ A. 4-6 yaş arası çocuklar tarafından tercih edilen dijital oyunlar. *ÇKÜ Sosyal Bilimler Enstitüsü Dergisi*. 2019; 10(2):1-19.
39. Yıldız S, Zengin R. Dijital ve sınıf içi eğitsel oyunlarla gerçekleştirilen fen eğitiminin okul öncesi öğrencilerinin bilişsel gelişim düzeylerine etkisi. *Ekev Akademi Dergisi*. 2021; 86: 497-512.
40. Altınışık M. Dijital oyunların matematiksel kavram gelişimi ve öğretimsel nitelikler açısından incelenmesi. *Lisansüstü Eğitim Enstitüsü, Temel Eğitim Anabilim Dalı, Okul Öncesi Eğitimi Programı, İstanbul: Fatih Sultan Mehmet Vakıf Üniversitesi, 2021*.
41. Howie EK, Coenen P, Campbell AC, Ranelli S, Straker LM. Head, trunk and arm posture amplitude and variation, muscle activity, sedentariness and physical activity of 3 to 5 year-old children during tablet computer use compared to television watching and toy play. *Applied Ergonomics*. 2017; 65:41-50. doi: 10.1016/j.apergo.2017.05.011.
42. Demir K, Şahin YL. Çocuklar ve dijital oyunlar. *İçinde: Odabaşı HF. Dijital yaşamda çocuk*. 3. Baskı. Ankara, Pegem Akademi Yayıncılık, 2019:171-184.
43. Kukul V. Oyunla ilgili tarihsel gelişim ve yaklaşımlar. *İçinde: Ocak MA. Eğitsel dijital oyunlar kuram, tasarım ve uygulama*, 1. Baskı. Ankara, Pegem Akademi Yayıncılık, 2013: 19-31.
44. Yağcı A, Yalaki Z. Ergenlerde çevrimiçi oyun bağımlılığının algılanan stres düzeyi ve algılanan sosyal destek ile arasındaki ilişki. *Çocuk Dergisi- Journal of Child*. 2021; 21(2):166-174. <https://doi.org/10.26650/jchild.2021.2.892293>
45. Pine R, Fleming T, McCallum S, Sutcliffe K. The effects of casual videogames on anxiety, depression, stress, and low mood: A systematic review, *Games Health J*. 2020;9(4):255-264. <https://doi.org/10.1089/g4h.2019.0132>
46. Jones CM, Scholes L, Johnson D, Katsikitis M, Carras MC. Gaming well: links between videogames and flourishing mental health. *Frontiers in Psychology*. 2014. doi:10.3389/fpsyg.2014.00260
47. Aydoğdu Karaaslan İ. Dijital oyunlar ve dijital şiddet farkındalığı: ebeveyn ve çocuklar

- üzerinde yapılan karşılaştırmalı bir analiz. Uluslararası Sosyal Araştırmalar Dergisi. 2015; 8(36):806-818.
48. Ögel K. İnternet Bağımlılığı. İstanbul: İş Bankası Yayınları, 2011.
 49. Doğan Keskin A. Oyun bağımlılığı müdahale programının ergenlerin oyun bağımlılığı ve oyun motivasyonu ile duygusal davranışsal sorunlarına ve annelerinin düşüncelerine etkisinin incelenmesi, Sağlık Bilimleri Enstitüsü, Çocuk Gelişimi Anabilim Dalı, Doktora tezi, Ankara: Ankara Üniversitesi, 2019.
 50. Biricik Z, Atik A. Gelenekselden Dijitale Değişen Oyun Kavramı ve Çocuklarda Oluşan Dijital Oyun Kültürü. Gümüşhane Üniversitesi İletişim Fakültesi Elektronik Dergisi. 2021; 9(1):445-469. <https://doi.org/10.19145/e-gifder.818532>
 51. Annab N, Abrams, Paula K, Rauch. Pediatric consultation, In: Rutter's Child and Adolescent Psychiatry, 5th ed. Edited by Rutter M, Bishop DVM, Pine DS, Scott S, Stevenson J, Taylor E, Thapar A. UK, Blackwell Publishing. 2009; pp.1143-1155.
 52. Öztürk Şahin Ö, Topan A. Investigation of the fear of 7-18-year-old hospitalized children for illness and hospital. Journal of Religion & Health. 2019; 58(3):1011-1023.
 53. Erdoğan Ç, Turan T, Pınar B. Çocukların kendi çizimleri ile çocuk yoğun bakım ünitesi deneyimleri. Türkiye Klinikleri Pediatri Dergisi. 2020; 29(2):92-98. doi:10.5336/pediatr.2020-73767.
 54. Berger KS, Thompson RA. The developing person through childhood and adolescence. 8th ed. New York; 2009. doi:10.1037/026837.
 55. Quas JA, Bauer A, Boyce WT. Physiological reactivity, social support, and memory in early childhood. Child Dev. 2004; 75(3):797-814. doi:10.1111/j.1467- 8624.2004.00707.x
 56. Özkan ÖG, Sapmaz ŞY, Kandemir H. Pediatri kliniğinde yatarak tedavi gören hastalarda, çocuk psikiyatrisi konsültasyonlarının değerlendirilmesi. Klinik Psikiyatri Dergisi. 2017; 20:287-293.
 57. Ertek İE, Öztürk HM. Bir eğitim-araştırma hastanesinde istenen psikiyatri konsültasyonlarının değerlendirilmesi ve psikiyatrik hastalıkların doğru tanınma oranları. Klinik Psikiyatri Dergisi. 2019; 22:338-346.
 58. Başay BK, Başay Ö, Ürüt A, Hasmercan B, Uysal M, Usul BE. Hastanede yatarak tedavi gören çocuklar: Psikososyal uyumu etkileyen faktörler üzerine bir araştırma. Klinik Psikiyatri Dergisi. 2020; 23: 402-413.
 59. KostyrkaAllchorne K, Cooper NR, Simpson A, Sonuga Barke EJ. Children's mental health and recreation: Limited evidence for associations with screen use. Acta Paediatrica, 2020; 109:2648–2655. <https://doi.org/10.1111/apa.15292>.
 60. Karsay K, Schmuck D, Matthes J, Stevic A. Longitudinal effects of excessive smartphone use on stress and loneliness: the moderating role of self-disclosure. Cyberpsychol Behavior and Social Networking. 2019; 22(11):706-713. doi: 10.1089/cyber.2019.0255.
 61. Blasi MD, Giardina A, Giordano C, Coco GL, Tosto C, Billieux J, Schimmenti A. Problematic video game use as an emotional coping strategy: Evidence from a sample of MMORPG gamers. Journal of Behavioral Addictions. 2019; 8(1): 25–34. doi: 10.1556/2006.8.2019.02.
 62. Clements DH. The future of educational computing research: The case of computer programming. Information Technology in Childhood Education Annual. 1999; (1):147-179.
 63. Akgün Kostak M, Kocaaslan EN. Hastanede yatarak tedavi gören 6-12 yaş çocuklarda bilgisayar oyunları bağımlılık düzeyleri. HEAD. 2020; 17(3):231-237.
 64. Peker A, Cengiz S, Yıldız MN. Yaşam doyumu ve öznel zindeliğin COVID-19 korkusu ile problemlili internet kullanımı arasındaki aracılık ilişkisi. Klinik Psikiyatri Dergisi. 2021; 24:199-206. DOI: 10.5505/kpd.2020.92259.
 65. De la Hera T, Sarria Sanz C. The role of spontaneous digital play during young patients' cancer

- treatment, Media and Communication. 2021; 9(1): 39-48.
66. Valkenburg PM, Peter J. Social consequences of the internet for adolescents: A decade of research. *Current Directions in Psychological Science*. 2009; 18(1):1-5.
67. Orleans M, Laney MC. Children's computer use in the home: isolation or sociation. *Social Science Computer Review*. 2008; 18(1): 56-72.
68. Ünsanlan Taviş M. 0-6 yaş grubu çocuklarda medya kullanımı ve çocuk gelişimi üzerine etkileri. İstanbul Üniversitesi-Cerrahpaşa Cerrahpaşa Tıp Fakültesi, Çocuk Sağlığı ve Hastalıkları Anabilim Dalı, Uzmanlık tezi, İstanbul: İstanbul Üniversitesi, 2020.
69. Furuncu C, Öztürk E. Problemleri medya kullanım ölçeği Türkçe formunun geçerlik güvenirlik çalışması: Çocuklarda ekran bağımlılığı ölçeği ebeveyn formu. *Erken Çocukluk Çalışmaları Dergisi*. 2020; 4(3): 535-566.
70. Ayar D. Teknoloji/ekran bağımlılığı ve hemşirelik yaklaşımları. Öztürk C, editör. *Çocuklarda bağımlılık ve hemşirelik yaklaşımları*. 1. Baskı. Ankara: Türkiye Klinikleri; 2021. p.38-43.
71. Saltuk MC, Erciyes C. Okul öncesi çocuklarda teknoloji kullanımına ilişkin ebeveyn tutumlarına dair bir çalışma. *Yeni Medya Elektronik Dergisi*. 2020; 4(2):106-120.
72. Hoge E, Bickham D, Cantor J. Çocuklarda dijital medya, kaygı ve depresyon. *Pediatric*. 2017; 140(Ek 2):76-80. doi:10.1542/peds.2016-1758g.
73. Özdemir EZ, Bektaş M. Çocuklarda akıllı telefon bağımlılığı ve hemşirelik yaklaşımları. Öztürk C, editör. *Çocuklarda bağımlılık ve hemşirelik yaklaşımları*. 1. Baskı. Ankara: Türkiye Klinikleri; 2021. p.44-52.
74. Sundqvist A, Koch FS, Birberg Thornberg U, Barr R, Heimann M. Growing up in a digital world-digital media and the association with the child's language development at two years of age. *Front Psychol*. 2021; 12:569920. doi: 10.3389/fpsyg.2021.569920.
75. Zhao Y, Lu J, Woodcock S, Ren Y. Social media web 2.0 tools adoption in language and literacy development in early years: A scoping review. *Children*. 2022; 9:1901. doi: 10.3390/children9121901.
76. Liebherr M, Kohler M, Brailovskaia J, Brand M, Antons S. Screen time and attention subdomains in children aged 6 to 10 years. *Children*. 2022; 9:1393. doi: 10.3390/children9091393.
77. Giedd JN. The digital book and the evolution of the adolescent brain. *J Adolescent Health*. 2012; 512: 101-105.
78. Üstündağ A. İnternet kullanımının çocukların gelişim alanlarına etkisinin sınıf öğretmenleri ve ebeveynlerin bakış açılarına göre karşılaştırılması. Mehmet Akif Ersoy Üniversitesi Eğitim Fakültesi Dergisi. 2022; 62: 290-310.
79. US Department of Education