

Prof. Dr. Ayşe Bilge SELÇUK

Dijital Oyunlar, Çocuk ve Denge

Röportaj: Şeyma SITKI BÖYÜK - Recep ORHAN

RÖPORTAJ



Dijital oyunların çocukların zihin dünyasına etkisi nedir? Çocuklarımızı dijital oyun bağımlılığından nasıl koruyabiliriz veya korumalı mıyız? Dijital oyun oynama isteği duygusal bir açlıktan mı kaynaklanıyor? Çocuklarımızı oyunlara gizlenen mesajlara karşı nasıl bilinçlendirebiliriz?

MEF Üniversitesi Psikoloji Bölümü Öğretim Üyesi, Gelişim ve Ebeveyn Psikoloğu Prof. Dr. Ayşe Bilge Selçuk ile “Dijital Oyunlar” sayımıza özel bir röportaj gerçekleştirdik.

**TRT Akademi Dergisi:** Dijital oyunlar, zihinsel ve ruhsal anlamda çocukları nasıl ve ne oranda etkiliyor?

**Prof. Dr. Ayşe Bilge Selçuk:** Maruz kaldığımız her şey bizi etkiliyor. İnsan beyninin yakıtı simülasyonlardır, uyarandır. Nasıl arabanın çalışması için benzin gerekirse insanın beyninin gelişimi için de uyarana gerekir. Uyarana dediğimiz zaman yalnız çevredeki cansız varlıklardan, oyunlardan, kitaplardan söz etmiyoruz. İnsanlardan ve insanların birbiriyle olan ilişkisi, etkileşiminden söz ediyoruz. Çevre de sadece insan etkileşiminden konuşmalardan, sözel olan ya da olmayan iletişimden ibaret değil. Maruz kaldığımız eğitici olan ya da olmayan her şey çevreyi oluşturur. Burada “insanın gelişiminin sağlıklı olması” diye bir kavramdan söz etmeliyiz. İnsan sosyal bir varlık ve toplum içerisinde yaşıyor. İnsanın sağlıklı olması, içinde yaşadığı ortamın, durumun gereklerini yerine getirebilmekle ve uyumlanmayla ilişkilidir. İnsanın sağlıklı gelişmesinin temel koşulu, çevreye uyumlanarak gelişmesidir.

Dünya dijital yönde hızla değişiyor. İnsanın sağlıklı gelişimini ele alırken bugünkü çok hızlı ilerleyen dijital dünyaya bakarak nasıl uyumlandığını tanımlayacağız. İnsan değişime dirençlidir bazen. Var olanı, bildiğini korumak ister. Bunun için bir miktar bilmediğinden kaçır. Her yenilikte olduğu gibi dijitalleşmeye karşı da korku, kaygı gibi eğilimlerin olduğunu gördük. Bunun bir çare olmadığı da ortaya çıktı. Eğitim sistemi çok beğenilen Finlandiya’da anaokulunda akıllı telefon kullanmayı öğretiyorlar. Sonuçta bir şey mutlak olarak kendi başına olumlu ya da olumsuz değildir. Onu nasıl, ne için, ne kadar kullandığımız önemlidir.

Dijital oyunları da nasıl, ne kadar kullandığımız onların içerikleri esas farkı yaratan hususlardır. Bir şeyi doğru kullanmayı onu tanıdıkça öğreniriz. Bir şeyi tanıyalım ki neyi doğru kullanacağız veya kullanmayacağız, neden uzak duracağız veya durmayacağız öğrenebilelim. Hemen her şey için bu böyledir. Oyunlar için de bu geçerlidir. Çocukların bilişsel gelişiminde dijital oyunlar da bir yer edinecektir. Ruhsal iyiliğimiz duygusal sağlığımızın önemli bir bileşeni. Orada çocukların neyi anlayabildikleri, neye maruz kalmamaları gerektiği kısmı çok önemli. Duygusal beyin gelişimleriyle paralel olan anlayabilecekleri, kaldırabilecekleri bir içeriğe

maruz kalmaları gerekiyor. İlk öğrenme en kuvvetli öğrenmedir. İnsan hayat boyu öğrenmeye devam eder. Onun için çocukların maruz kaldıkları, zaman geçirdikleri içeriklerin doğru seçilmesi çok önemli.

**TRT Akademi Dergisi:** Bir dönem çocuklar sokaklarda oynuyordu, şimdi vakitlerinin çoğunu tablet ya da dijital oyunlar başında geçiriyor. Burada bir bağımlılık mı var yoksa dijital oyunlar zamanın ruhu mu?

**Prof. Dr. Ayşe Bilge Selçuk:** İnsan iki ayağı üzerinde hareket edebilen bir varlık. Bütün medeniyeti bu sayede kurdu. Ruh sağlığı, vücut sağlığı, beyin sağlığı da hareket etmekle çok yakından ilişkili. Bir şeyi ayarında ya da kararında kullanmak ve yapmak gibi bir meselesi vardır insanın. İnsanı en çok zorlayan da budur. Oturduğunuz yerden her şeyi yapabilecek durumdayken kalkıp hareket etmeniz gerekiyor. Sağlıklı olmak için bu gerekli. Bu dengeyi bulmak önemli.

Büyük şehirler ve metropollerde çocukların güvenli oyun oynayabileceği alanlar çok azaldı. Evin içinde de spor yapmak, hareket etmek, dans etmek mümkün. Dijital ortam, insanın dışarı çıkmadan ekran karşısında hareket etmesini sağlayacak araçları da geliştiriyor.

**TRT Akademi Dergisi:** Bireylerin dijital ortamlarda duygusal açlığını giderdiğini söyleyebilir miyiz? Dijital oyunlar veya farklı dijital platformlar annenin, babanın veya arkadaşın bıraktığı boşluğu mu dolduruyor?

**Prof. Dr. Ayşe Bilge Selçuk:** Duygusal açlığı elbette kapatmıyor fakat duygusal açlıktan dolayı oynanıyor mu? Evet, duygusal açlıktan yemek de yeniyor ya da dizi de seyredilebiliyor. Yani insanın kendi kendisiyle kalması kendisiyle temas etmesi baş etmekte zorluk çektiği pek çok duygusuyla temas etmesine sebep oluyor. Dijital oyunların da böyle yatıştırıcı bir etkisi var, özellikle kaygıyla baş etme konusunda. Yani pek çok kaygılı genç ve çocuk, dijital oyunlarda çok fazla zaman geçiriyor. Elbette orada bağımlılık oluşmasına sebep olan bazı bilerek geliştirilen teknolojiler var, onlardan söz etmiyorum ama onların ayrıca ele alınması gerekiyor. Evet, kaygıyla baş etmek için bilgisayar oyunu oynamak çok yaygın gördüğümüz bir şey. İnsan keyif aldığı bir şeyi yaptığı zaman rahatlıyor, dopamin salgılıyor. Özellikle sosyal kaygısı olan çocuklarda ve gençlerde sosyal olarak kimseyle yüzleşmeden, bu az önce saydığımız sıkıntıları yaşamadan birileriyle etkileşmeyi sağlıyor. O tabi kolayca kaçmak oluyor. O zaman o beceriler de gelişmeden kendi konfor alanında kalarak sevdiği şeyleri yapmış oluyor. Peki bu, anne-baba ile olan ilişkideki duygusal sıkıntılardan eksiklikten mi kaynaklanıyor? Hayır, öyle olmayabilir. Anne baba ile çocuğun ilişkisi iyi olduğu hâlde kaygılı bir çocuk olabilir, arkadaş ilişkilerinde zorluk çekişiyor olabilir. Araştırmalar bize şunu gösteriyor: Yalnızlık duygusu

çocuklarda giderek artıyor. İngiltere’de yapılan bir boylamsal araştırmanın sonuçları bunlar. Çocuklar kendilerini daha yalnız hissetmeye başlıyorlar. Bazı çocuklar anne babalarının telefonda ya da bilgisayarda çok zaman geçiriyor olmasından şikâyetçiler. Aynı evin içerisinde oturdukları hâlde bir kamera koysak ve bir ev gözlemi yapsak mesela ne kadar az konuştukları ve konuştukları şeylerin de hiç suya sabuna dokunmayan, genel geçer konuşmalar olduğunu, aslında çok da bir şey paylaşmadıklarını görürüz. Yakınlık dediğimiz şey iç dünyayı paylaşmayla olur. Bunu hep söylerim ben. İç dünyayı paylaşmak giderek azalan bir şey oluyor.

**TRT Akademi Dergisi:** Oyun oynamak ya da dijital ortamda vakit geçirmek bireylerin hayatında büyük bir yer kaplıyor. “Dijital ortam yoksa hayat yok.” gibi bir algı var. Bu algıyı nasıl kırabiliriz?

**Prof. Dr. Ayşe Bilge Selçuk:** Dijital oyun dediğimiz şey çok yeni bir şey değil. Ben 51 yaşındayım ve ben ilkokuldayken de “Game Watch” diye bir şey vardı. O zaman da çok basit dijital kol saatleri vardı. Onların bazılarında oyunlar vardı, atariler vardı. Seksenli yıllardan bahsediyoruz. Yani bu çok yeni bir şey değil. Yukarıda önce uyumlanmaktan bahsettik, çocuklar olan bir şeyi denemek, yapmak istiyorlar. Yapsınlar. Yani yasaklamamak lazım. Toptan yasaklamanın, fanatik seviyesinde karşı olmanın yanlış bir şey olduğunu düşünüyorum ama yapmadan kalabilmek lazım. Yani bağımlılık geliştirmemek gerekiyor. Her konu için geçerli bu. Dijital oyunlar için de geçerli, illa her gün yediğiniz bir yemek varsa ya da abur cuburlar atıştırma için de geçerli. Tabi dijital oyunlar doğrudan beyin ile ilgili olduğu için, beyin sürekli istiyor onu ve onun altında kalan uyarılar fazlasıyla sıkıcı geliyor. Günlük hayata, derslere, işine odaklanamıyor. İşte dikkat eksikliği hiperaktivite bozukluğu dediğimiz şey bu. Yani benim beynim sürekli dijital ortamdaki gelen hızlı değişen uyarılara maruz kalırsa bunun altında kalan şeyler benim artık ilgimi çekmiyor, dikkatimi oraya odaklayamıyorum. Dikkatimi odaklayamadığım zaman da öğrenme olmuyor ve kendimi sakinleştiremiyorum. Artık beyin bilişsel işlevlerini yerine getiremez hâle geliyor. Onun için bir şey olmadan, yapmadan da kalabilmek lazım. Fakat anne-babaları en fazla zorlayan gelişme alanlarından biri bu. Yeniye açık olmaları ve yeniye anlamaya niyet etmeleri lazım. Öte yandan çocuğun her konuda olduğu gibi o bulmakta zorlandığı dengeyi bulabilmesi için yardımcı olmaları lazım.

**TRT Akademi Dergisi:** Burada anne-babanın bağımlılığından da söz edebilir miyiz? Baba işten çıkıyor, bir mekâna gidiyor ve orada 4-5 saatini geçirebiliyor ya da anne bir ev hanımı ise saatlerce bir kadın programı veya farklı şeyler izliyor. Yani duygusal açlığını, bir tatmin duygusunu orada gideriyor. Çocuk da oyunda gideriyor. Buna bağlı olarak anne-babanın da bir bağımlılığı söz konusu mu?

**Prof. Dr. Ayşe Bilge Selçuk:** Anne, baba ve çocuk özelinde aile ilişkilerine ya da genelde arkadaş ilişkilerine baktığımızda eğer bireylerin sağlıklı ilişkileri varsa arta kalan zamanda çocuk bilgisayarda oynayabilir, anne ve baba da dilediği programları izleyebilir, arkadaşlarıyla buluşabilir. Herkes dilediği başka şeyleri yapabilir. Burada önemli kavram bence 'denge'dir. Fakat beraber zaman geçirmek önemli. Bunu korumak lazım. Yoksa eskiden dijital oyun yoktu, çocuk, odasında bir şeyler yapardı. Fakat illa anne, baba ve çocuk sürekli zaman geçirirdi diye bir şey yoktu. O da dışarıda arkadaşlarıyla oynardı. Kimse anne ve babası ile birlikte sürekli zaman geçirmezdi. Burada tam olarak neyden bahsettiğimiz çok önemli. Şirketler bağımlılık yapıcı unsurları biliyor ve bunları kullanıyorlar. Ekran başında daha çok vakit geçirilmesi için gerekli bağımlılık yapıcı şeyleri biliyorlar. Bu nedenle daha tedbirli, bilgili olmamız ve kendimizi korumamız gerekiyor.

**TRT Akademi Dergisi:** Anne-baba ilişkisinden bahsetmişken çocuk bilgisayar oyunundan kalkmıyor deniliyor ya da bizimle yemeğe gelmiyor gibi şikâyetler oluyor. Bu kopuk ortamı nasıl düzeltebiliriz ya da o çocuğu oradan kopartıp nasıl günlük hayatın içine sokabiliriz?

**Prof. Dr. Ayşe Bilge Selçuk:** Anne-baba ilişkisinde bir miktar çatışma her zaman doğaldır. Her yaşta farklı konularda, bir-iki yaşından başlayıp ergenliğe kadar hatta yetişkinlikte bile çatışmalar olması doğaldır. Anne-baba arasında bir çatışma olabilir. Çocuk kendine alan açmak isteyebilir. Anne-baba da çocuğun bunu ayarlamasını, dengeyi bulmasını istiyor. Çocuk, anne babayı bilmemekle suçluyor; anne baba da çocuğu dürtüsel, benmerkezci, egoist olmakla suçluyor. Yani böyle bir ortayı bulma durumu söz konusu. Dolayısıyla eğer bir çatışma oluyorsa, bir anlaşmazlık varsa bu anne babanın görevini yerine getiriyor olduğunun bir işareti olarak görülebilir. "Çocuğumu üzdüm, kızdırdım." gibi bir vicdan azabı ya da kendini kötü hissetme durumuna çok girmeden yapılması gereken şey yapılabilir. Orada anne-babanın bakması gereken şey, "Ama ben de çok kendi tarafımdan kendi bakış açımdan mı olaya yaklaşıyorum, yeteri kadar alan tanıyor muyum, esnek ve bir açık bir zihinle mi duruma yaklaşıyorum?" gibi sorularla çözüm yolu aramasıdır. Anne-baba ve çocuk arasında bir miktar çatışma doğaldır derken anne ve babanın daima olduğu yerde kalmasından ve bir şeyleri otoriter bir tavırla çocuğa benimsetmeye çalışmasından bahsetmiyorum. Yani bir denge bulma, anlaşma, anlama ve çocuğu ortaya çekme gayretinden bahsediyorum. Bu her yaşta olabilir ve sağlıklı olduğu da düşünülebilir. Bu noktada anne babanın dijital okuryazarlık dediğimiz beceriyi geliştirebilmesi çok önemli. Bence yetişkinlerin önündeki en zorlayıcı alan burası. Bilmiyorlar, biz de bilmiyoruz ve zaten sürekli değişiyor. Gençler, çocuklar bile her gün yeni bir şey öğrenirlerken bu konuyla

zaten hiç ilgisi olmayan anne babaların yetişkinlerin bu hıza yetişmeleri çok zor. Yine de öğrenmeleri lazım. Kendilerini mümkün olduğu kadar güncellemeleri ve ilgi göstermeleri lazım.

**TRT Akademi Dergisi:** Günümüzde çocukların oynadığı oyunların birçoğunda sübliminal ve ideolojik mesajlar var. Çocukları bunlardan korumamız mümkün mü? Mümkünse nasıl koruyabiliriz ya da korumalı mıyız?

**Prof. Dr. Ayşe Bilge Selçuk:** Sübliminal mesajları çocukların ya da yetişkinlerin fark etmesi pek mümkün olmuyor. Fakat bizim yapabileceğimiz şey nedir? Ancak bilinç farkındalık düzeyimiz seviyesinde olan şeyler hakkında konuşabiliriz çocuklarla genel olarak. Zaten çocuğa öğretmemiz gereken önemli noktalardan birisi muhakeme becerisidir. Bu, dijital oyunlar için sübliminal mesajlar için ve arkadaşlar için de geçerli. Yani mesela Ayşe ile arkadaşlık yap, Fatma'yla yapma gibi. Tek tek çocukların arkadaşlarını biz seçmiyoruz, sadece genel değerleri öğretiyoruz. İşte şunu yapıyorsa bak, yalan söylüyorsa dikkat et, falan işaretlere dikkat et. Evet, çocuk kızabilir ama bunu söylemek bizim görevimiz. Diğer konularda da bu durum aynen geçerliliğini koruyor. Yani dijital oyunlar da buna dâhil. Birini kontrol edersiniz, ikisini kontrol edersiniz, yarın bir gün arkadaşının yanında veya başka bir yerdeyken onun yine önüne başka bir sürü şey çıkar. İşte bu zamanlarda kendi muhakeme becerisini kullanarak orada karar vermesi yani iradesini kullanması gerekecektir. Onun için anne babanın hep üzerinde durması gereken şey muhakemedir. Çocuğun gerekli muhakemeyi yapıp kararını alabilmesini sağlamaktır görevi, yoksa çocuğa otoriter bir şekilde yaklaştığımızda çocuk sadece uyma davranışı gösterir. Hiç sorgulamadan, neyi nasıl değerlendireceğini bilmeden sadece uyma davranışını çocuktan beklediğimizde, muhakeme becerisini geliştirmesini çocuktan bekleyemeyiz. Bizim istediğimiz şey muhakeme becerisi gelişmiş çocuk. Bunu da muhakeme yapabilen anne-babalar sağlıyorlar, ortaya çıkarıyorlar. O zaman sübliminal mesajlar da açık mesajlar da çocuk hepsine karşı daha tedbirli, temkinli ve daha dengeyi bulabilen bir vaziyette olur.

**TRT Akademi Dergisi:** 3-4 yaştan itibaren çocuklar başlıyorlar oyunlar oynamaya ve bu 30-35 yaşına kadar gidebiliyor. Bu oyunların içeriklerini seçerken bir ebeveyn olarak nelere dikkat etmemiz gerekiyor? "Çocuğum muhakeme yeteneğini kazandı." düşüncesiyle her şeye izin verilmeli mi? Burada ebeveyn nasıl davranmalı?

**Prof. Dr. Ayşe Bilge Selçuk:** Öncelikle gelişim aşaması diye bir şey var. Çocuğun sadece yaşına değil gelişimsel aşamasına uygun içeriklere maruz kalması önemli. Mesela çocuk 3 yaşındaysa 2-3 ya da 4-5 yaş için olan şeyler de geliştirici olabilir.

Ama şunun bir marifet olmadığını anne babalarının anlaması gerekiyor: Mesela, “Çocuğum korku filmi izliyor ama hiç etkilenmiyor.” diyorlar. Böyle olunca çocuk başkalarının duygularını anlayamaz, kendi duygularını anlayamaz. Kontrol becerisinde problem olur. Bir de bastırılan duygu kendisini farklı şekillerde ortaya çıkarır. Mesela tırnak yeme, saçını yolma ya da farklı tikler şeklinde kaygı ortaya çıkabilir. Bu nedenle gelişim aşaması çok önemlidir çocuğun. Bu hususlara dijital oyunlarda da dikkat etmek gerekiyor. Burada çocuğun yaşına uygun içeriklerin seçilmesi en önemli meseledir. Sonra da onun süresi belirlenmeli. Ama önce içerik, sonra süre. Şunu da belirtmeliyim ki süre kendi başına hiçbir anlama gelmiyor. “Üretmek ya da tüketmek için mi kullanıyorsun?” diye bir ayırım duydum ben bir uzmandan, yanlış bir ayırmadır bu. Mesela ben burada saatlerce kitap okusam kimse bana, “Neden saatlerdir kitap okuyorsun?” demeyecek. Ben o kitabı bilgisayardan da okuyabilirim, bir sürü şey okuyabilirim ve araştırabilirim. Dolayısıyla bir şey üretiyor muyum? Hayır. Bir şey tüketiyorum. Demek ki bunlar yapay ayrımlar. Yararlı şeyler diyecek olursak bilgisayar da telefonlar da bizler için var. Kitaplar ve kaynaklar da orada mevcut. Bunu ne için kullandığımız çok önemli. Yani bilgisayarı artık başka beceriler için kullanmak, kullanırken keyif almak. Yeri gelmişken keyif almak da öğretilebilecek bir şey. Anne-babaların ya da okulların bunu çocuğa öğretmeleri gerekiyor. İnsan yapabildiği şeylerden keyif alırken yapamadığı şeylerden uzak durur. Demek ki küçük çocuğa kullanmadığı şeyleri öğretirsek o da yapabilir hâle geldikçe daha çok keyif alacaktır. Başka işler için bilgisayar kullanabilmeyi öğrenecektir. Bu nedenle içerik oldukça önemli.

**TRT Akademi Dergisi:** Oyun dünyasında gerçekliği olmayan, sanal bir alan söz konusu. Küçük yaşlardan itibaren de çocuğun eline telefon veriliyor. Burada oyunlar oynuyor, gerçekliği olmayan içerikler izliyor. Bu noktada çocukların sanal dünya ile gerçek dünyayı ayırt etmelerini nasıl sağlayabiliriz?

**Prof. Dr. Ayşe Bilge Selçuk:** Gerçek ve sanal her zaman iç içe girmiştir. Eskiden de öyle, mesela masal anlattığımda sanal bir dünyaya girmiş oluyoruz. Masal dünyası bir bilgisayarda ya da uygulamada değil de annemizin ve babamızın dilindedir. Onlar bize masal anlattığı zaman da hayal gücünü geliştirir. Bir yerde insanın bilişsel gelişiminin en önemli belirleyicilerinden biri ne kadar çok bilgi sahibi olduğu değil de ne kadar düşünebildiği, ne yaratabildiği olsa gerek. Bu nedenle hayal gücünü kullanmak çok önemli. Mesela kitap okumaya çok övgü vardır, bu yüzden çocuklarımıza kitap okumayı teşvik ederiz. Fakat ben bunda yaratıcılığı öldüren bir şey olduğunu düşünüyorum. Eğer kitap okumak masal anlatmanın önüne geçiyorsa kitapta çocuğun hayal gücüne alan var mı? Kitaplarda çocuğun hayal gücü kısıtlanabiliyor. Masal dünyasına gittiğinizde orada çocuğun hayal gücünü besle-

yen her şey var. Çocuklar için ilham almak çok önemlidir. Örneğin biz bazı şeylerden besleneceğiz, onlara maruz kalacağız, sonra biraz da kendi kendimize kalacağız. Bazen zihnimizi olanlara odaklayacağız, onlardan öğreneceğiz, sonrasında yaratıcılık ve hayal gücü devreye girerek bizim yeni şeyler üretmemizi mümkün kılacak. Bu araç kitap olur, uygulama olur. Somut şeyler aracılığıyla ilham alacağız ve bunları biraz çocuğumuza vereceğiz. Öte yandan biraz da çocukluk anılarını anlatmanın, hikâyeler, masallar anlatmanın, herhangi bir görsel olmadan yaratıcılığı geliştirdiğini düşünüyorum. Bunlara da alan açmak gerekiyor. Diğer türlü çocuklar daima spesifik şeyleri görmek istiyorlar. Onun için somut bir nesne olmadan düşünebilmeye ve biraz serbest bırakılmış bir zihne de ihtiyaç var. Bunları dengede yapmamız gerekiyor.

**TRT Akademi Dergisi:** Hocam, mahremiyet de önemli bir konu biliyorsunuz. Dijital ortamlarda özellikle küçük yaştaki çocukları kandırmak daha kolay olabiliyor. Bu konuda ne söylersiniz?

**Prof. Dr. Ayşe Bilge Selçuk:** Çocukların hem fiziksel hem bilişsel olarak korunmasız olması çok önemli bir konu. Kendilerini korumanın zor olduğu bir yaş dönemidir çocukluk. Fakat çocukların bu kadar korunmasız oldukları için hedef alındıkları da başka bir konudur. Çocuğu bilgilendirmek ve gözetlemek çok önemli. Eskiden, “Dışarıda tanımadığın bir kişiyle konuşma, bir şey verirse alma, sana dokunmasına izin verme.” derdik. Şimdiyse dijital ortamlarda da çocuklarımızın uyanık olmasını ve kendilerini korumalarını geliştirecek şekilde onlara bilgi vermemiz gerekiyor. Bir şeyin görüldüğü gibi olmayabileceği, masallardan örnek vererek farklı şeylerle karşılaşabileceğimizi çocuklara ifade etmemiz gerekebilir. Bunları çocukları korkutmadan ifade etmek, uygun yaşlarda daha anlamlı olabilir. Temkinli olmak gerektiğini çocuklara ifade etmek gerekebilir. Yine muhakemeye geliyoruz. Çünkü biz her zaman çocukların yanında olamayız, olamıyoruz. Bizim görevimiz onları donatmak, onların gelişmesini sağlamak. Çok önemli bir konu bu. Bu konuda çok ciddi bir lobi olduğunu düşünüyorum. Çocuk cinselliği üzerinden yürütülen, tuhaf ve ne olduğunu anlamadığımız büyük fonlarla desteklenen bazı hareketler var. Bizim kontrol edebileceğimiz şey en nihayetinde kendimiz, tedbirlerimizi almamız gerekiyor. Çocuklarımızı bilgilendirmek gerekiyor. Bunlar çok önemli. Bunun için anne-babaların da bilgilenebilirliğe ihtiyaçları var. Nasıl bilgilenecekleri ve nasıl bilgilendirecekleri konusunda bilgilendirilmeye ihtiyaçları var. Bunun için anne babalara eğitimler ve seminerler verilmesi gerekiyor. Bu konuda farkındalık yaratmak çok önemli. Ben bazen okullara gidiyorum, anne-babalar bu konulara ihtiyaç duyduklarını söylüyorlar.



**TRT Akademi Dergisi:** Ünlü isimler çocuklarını sosyal medyada paylaştığı zaman fotoğrafı üzerinden maketini yaptırınları, bunun gerçeğine tıpatıp benzeyen maketini almak isteyenler olduğunu okumuştuk, günümüzde maalesef bu şekilde sapkınlıklar var. Dolayısıyla çocuk konusu çok hassas bir konu olarak karşımıza çıkıyor. Bu konuda ne söylersiniz?

**Prof. Dr. Ayşe Bilge Selçuk:** Evet, bahsettiğiniz gibi bu konu oldukça önemli bir konu. Eskiden anne-babalar çocukları için endişelendikleri zaman: “Şu saatte evde ol, oraya gitme.” gibi uyarılarla kontrol etmeye çalışırlardı. Artık bilgisayarın başına geçtikleri ya da telefonu eline aldığı zaman maalesef bütün bu tehlikeler söz konusu. Bu yüzden artık çevre dediğimiz yer bizim burası. Çocuk neye maruz kalıyorsa onun için çevre orasıdır. Maalesef burası da bir dünya ve bunun içerisinde de her şey var. Çocuğun dünya içerisinde neyi, nasıl tartacağı ve değerlendireceği de çok önemli bu konuda. Çocukların kaygısının çok arttığı bir dönemdeyiz, boş yere de artmıyor bu. Eskiden yavaş yavaş maruz kalınırdı bu duruma, yavaş yavaş değişen bir çevre söz konusuydu. Ancak şu an çocuklar çok küçük yaşlardan itibaren kendilerinin çok üstünde kalan değişimlere maruz kalıyorlar. Şu anda o kontrolün sağlanması gerekecek, bu da anne-babanın görevi olarak karşımıza çıkmaktadır.

**TRT Akademi Dergisi:** Hocam, anne-babalar, çocukların dijital varlıklarına içgüdüsel olarak kontrol amaçlı bakma ihtiyacı hissedebiliyor. Bu konuda uygun olan oran nedir? Yapılmalı mı, yapılmamalı mı? Mesela anne, çocuğun Instagram hesabına, mesajlarına, arkadaşlarına bakabiliyor ya da oynadığı oyunlardaki mesajlarına konuşmalarına bakıyor. Bu konudaki sınır ne olmalı?

**Prof. Dr. Ayşe Bilge Selçuk:** Bu konuda çocuğun özellikleri çok önemli. Bazen çok sorunlu şeyler olabiliyor orada. Kontrolün kaybedildiği, sorunlar yaşandığı olabiliyor. Bu konuda çocuğa duyulan güven çok önemli, yani bazı belirtilere dikkat ediyor olması lazım anne babanın. Endişe verici bir durum, bir davranış değişikliği görüldüğü zaman bunlar hemen tedbir alınması gereken zamanlardır. Ancak onun dışında oralar, çocukların çok riskli şeyler de yapmadan birbirleriyle etkileşim hâlinde oldukları bir yer de olabiliyor. Tabi Instagram hesabı olmasının bir yaşı var diyoruz. Ancak bu yaş giderek erkene çekiliyor. Mesela ben bir kızıma 12 yaşında telefon aldıysam diğerine 10 yaşında almak zorunda kaldım. Çünkü artık okullardaki uygulamalardan ya da WhatsApp gruplarına çocuklar girmek zorundalar. Bir şey tamamen yasaklandığı zaman, arka yollardan çözüm bulunur. Instagram hesabına sizin telefonunuzdan değil de okuldaki bir arkadaşının telefonundan girebilir. Önemli olan çocuğa alan açmak, çocuğa muhakeme yapmasını öğretmek, onu gözlemlemek. Çünkü çocuğun henüz yaşam deneyimleri bizim

kadar olmadığı için bazı şeyleri tam ayarlayamaz. Dolayısıyla bizim de gözlemlerimizle bu konuda çocuklarımıza yardımcı olmamız gerekir. Fakat çocuğa alan tanımak gerekiyor. Hangi yaşlardan itibaren olduğu tabii ki çok önemli bu noktada.

**TRT Akademi Dergisi:** Dijital oyunların zararı ya da ebeveyn kontrolü noktasında uluslararası otoriteler ne gibi çalışmalar yapıyor? Bu konuya yönelik hangi çözüm önerilerini getiriyorlar?

**Prof. Dr. Ayşe Bilge Selçuk:** Bu konuda çok çalışma yapılıyor. “Dijital ebeveynlik” dediğimiz bir şey var. Bir diğeri de farkındalık geliştirmek. Bu, sadece bilgisayar oyunları için, telefonlardaki uygulamalar için değil ama. Mesela televizyonda da bu gelişimsel psikoloji alanındaki araştırmacıların yıllardır yaptığı araştırmalar bunlar. Bugs Bunny vardır, Sünger Bob vardır. Çok masum şeylerdir bunlar. Ama Sünger Bob çok kaotiktir. Çok hızlı değişir sahneler ve bunun dikkat eksikliği artırıcı bir özelliği olduğunu ortaya çıkardı araştırmacılar.

Beynimizde ayna nöronlar var, öğrenmeyi sağlayan kendin görmeden yapmanı sağlayan nöronlar bunlar. Maruz kaldıkça insan, kendisi de o hareketleri sosyal davranış repertuarına ekliyor, gördüklerini öğrenmiş oluyor ve şiddete duyarlılığı azalıyor. Anne-babalarda bu farkındalığın gelişmesi çok önemli. Güvenlik ve ebeveynlik olmak üzere bu iki alan üzerinden ilerliyor çalışmalar. Bir kol çocuklara odaklanıyor, çocukları kuvvetlendirmek üzerine, bir taraf da ebeveynlere odaklanıyor ve onları kuvvetlendiriyor.

**TRT Akademi Dergisi:** Gençlerde ve çocuklarda özellikle de ilkökul çağındaki çocuklarda başkalarının oynadığı oyunları izleme gibi bir durum var, kendileri o oyunu oynamayıp çok yoğun bir şekilde oyun videosu izliyorlar. İkincisi de bir üst yaş grubunda ortaokul ve lise grubundaki ergenlik çağındaki çocuklarda dijital oyunlarda oyun oynayıp, yayın açan kişilere yoğun bir bağlılık eğilimi var. Bunlar, “İsmimi söyler misin, şu videoyu izler misin?” gibi sorularla gerçekleşiyor. Burada söz konusu olan bağlam oyun olduğu için ortaya bir edilgenlik de çıkıyor. Bu ortaya çıkan edilgenliğin ileride çocukların ve gençlerin psikolojisine olan etkileri ne olacak?

**Prof. Dr. Ayşe Bilge Selçuk:** İlk olarak bazı çocuklar dediğiniz gibi izliyorlar, gerçekten kendileri oynamıyor. Orada şöyle düşünebiliriz: Bir performans kaygısı var, çocuk kendisi oyunu oynayıp kaybetmekten kaçınıyor ya da öğreniyor. Başkası oynarken onu izleyerek öğreniyor. Birisinin araba kullanışını izleyip öğrenmek gibi bir durum bu. Keza televizyonda tenis, bilardo, futbol maçı izleyerek öğrenmek de buna benzer. Sadece izleyerek keyif de alınabilir bunda da bir problem yok. Bu çocukların bazıları da farklı kimliklerle, kendilerini ortaya çıkartmadan bu tur-

nuvalara, yarışmalara katılıyorlar. İnsanın hayattaki en büyük kaygılarından olan beğenilmek, beğenilmemek, kabullenilmek, reddedilmek gibi duygular oyunlar için de geçerlidir. Yani bir kaçınma davranışı olarak görebiliriz. Çocuk bunu hep yapıyorsa, her konuda yapıyorsa bu problemlidir. Çocuğu bir bütün olarak değerlendirmek lazım. Arkadaş ilişkilerine girmekten kaçınıyor ve kaygı duyuyor mu, sosyal becerileri eksik ve bunları yapamamaktan kaygılanıyor mu? Öyleyse onu desteklemememiz gerekiyor. Yani ufak ufak yapmasını teşvik etmek ve o kaçındığı alandan konfor alanının dışına çıkararak konforlu hissettiği alanları genişletmenin sağlanması gerekiyor. Diğer yandan da dediğim gibi pek çok şey izleriz ama pek çok şey yapmayız. O da öyle bir şey olabilir. Çocuk genel olarak sosyal ve öyle her konudan kaçınan bir tip değilse endişelenecek bir durum da söz konusu değil. Diğer soruya gelecek olursak her konuda her şey var. Dijital dünyada da dış dünyada da var. Başka cazip şeyler koymak, çocuğun cazip gördüğü başka şeyler olması gerekiyor. Ben sporun çok önemli ve faydalı olduğunu, çocukları spora yönlendirmenin de yararlı olacağını düşünüyorum. Çocuk için dış hayattaki cazip şeyler olmadığı zaman bunların çok içine çekiliyorlar. Bu durumda giderek sıkıntılı bir hal alıyor. Diğer sorduğunuz, o farklı şekillerde kendini göstermek, iyi hissetmek o mecralar var ve olacak. Eskiden müsamereler için okulun sahnesine çıkmakla şimdi oyunlarda izleyici karşısına çıkmak da benzer. Bir sürü farklı izleyici oluyor. Diğer yandan da kaygılı çocukların etkileşim kurması için de belki bir pratik alanı oluşturabilir. İlk araba kullanmaya başladığınızda tali yollarda veya bir arsada falan kullanırsınız da ondan sonra çıkarsınız ya trafiğe, biraz onun gibi de görüyorum bu durumu. Pandemi döneminde de bazı kaygılı çocuklar daha iyi hissettiler kendilerini kameranın arkasında ders dinlerken. Bir yandan bazı çocukların kaygısı arttı, diğer yandan da bu durum bazılarına da iyi geldi. Biraz pratik yapıyorlar. Başkalarını gözlemlene fırsatının bulunması da çok önemli bir şey. İnsan madem görerek öğrenen bir varlık, bu durumda birbirimizi görme fırsatımız oluyor. Ben 19 yıldır hocayım üniversitede, hiçbir zaman başka bir hoca arkadaşımın dersine girmemişim. Ama şimdi ilk defa burada başka hocaların ders anlatmasını izledim. Bunlar bir yandan gelişme alanları olarak görülmeli.

**TRT Akademi Dergisi:** Hocam, biz bir yerde klasik eğitim nesliyiz. Teknoloji ilerledikçe daha sonra dijital eğitim geldi. Klasik eğitimde biliyorsunuz ki oyunlaştırma ve oyunun yeri çok az. Oyun teneffüste olan, ödevler yapıldıktan sonra arta kalan zamanda gözetim altındayken yapılabilen bir faaliyet. Şimdi ise oyunlaştırma vasıtasıyla yabancı dil öğretimi gibi çeşitli öğretimler yapılıyor. Oyunlaştırma vasıtasıyla dijital ortamlarda eğitimin niteliğinin değişmeye başladığını gözlemliyoruz. Sizce bu durum ilerleyen aşamalarda tamamen klasik eğitimin yerine geçecek

bir konuma gelebilir mi? Ayrıca şu andan itibaren klasik eğitimden koparak tamamen dijital eğitime doğru bir akış söz konusu. Daha ihtisaslaşmaya dayalı bir dijital eğitime doğru kayış söz konusu. Bu aşamada bizim aşına olduğumuz bilgi ve bilim dallarının yerini oyunlaştırma ve oyunla ilgili temalar mı alacak? Mesela matematiğin yerini oyun teorisi, edebiyatın yerini estetik ve görsellik mi alacak?

**Prof. Dr. Ayşe Bilge Selçuk:** Ben bir fütürist değilim ve nereye gidiyor dünya onu çok bilmiyorum açıkçası. Dünyada otoriter, totaliter anlayışların hâkim olduğu dönemler vardı. 2. Dünya Savaşı zamanları gibi. Kaynaklar kısıtlı oldukça toplumlar daha otoriter olmaya eğilim gösteriyor. Çünkü toplumların hayatta kalması için belli şeylerin belli şekillerde yapılması gerekiyor. Başka şekilde yapılmasına kimse için alan açmıyorlar çünkü insanları ancak hayatta kalma ve yükselme moduyla kontrol altında tutmaya çalışıyorlar. Almanların, Japonların 1. Dünya Savaşı sonrası yükselmesi disiplinli bir eğitim anlayışıyla oldu. Daha sonra dijital teknolojinin gelişmesiyle beraber görsellik çok önem kazandı. Görselliğin de eşlik ettiği bir öğrenme söz konusu oldu. Bu da daha önce konuştuğumuz gibi yaratıcıyı yani yaratmanın ne kadar önemli olduğunu ortaya çıkardı. Artık eski eğitim anlayışı kendisini daha işlevsel daha esnek daha zengin bir içeriğe bırakıyor. Bir şeyleri yaratmak gerekiyor, bu iyi bir durum. Olanı ezberleyerek gelişme olmuyor. Neyin nasıl yapıldığını bilmek çok önemli ama diğer şeylere de alan açmak lazım. Bunun için görsellik ve hayal gücü kullanılıyor. Daha önce söylediğimiz gibi biz bir şeyi sunuyoruz, o ilham versin diye. Ben ders anlatırken Freud şunu demiş diyorum mesela. Öğrenci hemen bilgisayarından o yılda değilmiş, şu yıl demiş, aynı zamanda bunu da demiş gibi cevaplar veriyor. Bunlar çok güzel şeyler. Eskiden mesela kimse bilgisayarını açmayacak, telefonunu açmayacak gibi durumlar söz konusu olurken şimdi bugünlere geldik. Sistemler esniyor. Esnemesi de gerekiyor. Uyumlanmamız gerekmekte yetişebilmek için. Eğitim artık değişiyor ve bir mekânla da sınırlı olmayacak. Başka bir okulda aldığım nitelikli olan bir şeyi ben kendi okulumda da saydırabileceğim. Gelecekle ilgili olan sorunuzun bilmiyorum. Ama her şey çok hızlı değişiyor öyle söyleyeyim. Biz biliyoruz ama bildiklerimiz bilmediklerimiz yanında çok küçük kalıyor.

**TRT Akademi Dergisi:** Dijital oyunlar konusunda özellikle günümüz çocukları için dijital oyunların, aşırı ve hızlı yapılaşmada hem dünyada hem ülkemizde nüfusun da hızla artmasından dolayı artık bir zorunluluk hâli aldığını söyleyebilir miyiz? Çocukların dışarıda oyun oynayacağı bir alan kalmadı. Kaldıysa da çok kısıtlı ve onda da o mahallenin çocuklarına yetecek düzeyde değil. Bu da onları acaba dijital alana itti diyebilir miyiz?

**Prof. Dr. Ayşe Bilge Selçuk:** Tabii itti. Arkadaşsızlık önemli bir sorun. Çekirdek aileler hâlinde yaşıyoruz artık. Geniş aile giderek azalan bir şey oldu ya da aile arasında hâlâ böyle bir yakın görüşme varsa bile artık büyük şehirlerde bir yerden bir yere ulaşmak çok zor. Hayat çok hızlı akıyor ve o çocuklar için artık çok istisnai bir durum hâline geldi. Onun için dijital oyunlar çocuklar için çok önemli bir etkileşim mecrası oldu. Eskiden atari oynarken veya başka bir şey oynarken ekrana tek taraflı maruz kalarak oynuyorduk. Şimdi oyunlar etkileşimli. Çocukların yeni oyun mecrası orası oldu. Herkes evinden çıkmadan belirli bir saatte buluşuyor, onların programları da var ve bir sürü oyun oynayabiliyorlar. Sadece bilgisayar oyunları da değil. Bence insan ilişkilerinin sağlıklı olmasını sağlayan en önemli şey duygusal becerilerimiz. Duyguyu tanıma, anlama, kontrol edebilme. Bu da insan ilişkisi içerisinde gelişiyor. Diğer oyunların yerini tutmayacak ama günümüz koşullarında bu bir hem imkân hem de zorunluluk.

