

ANNE ÇOCUK SAĞLIĞI VE EĞİTİMİ

EDİTÖRLER

Prof. Dr. Asuman Seda SARACALOĞLU

Doç. Dr. Gülten HERGÜNER

Doç. Dr. Selvinaz SAÇAN



ANNE ÇOCUK SAĞLIĞI VE EĞİTİMİ

EDİTÖRLER

PROF. DR. ASUMAN SEDA SARACALOĞLU
DOÇ. DR. GÜLTEN HERGÜNER
DOÇ. DR. SELVİN AZ SAÇAN

ANNE ÇOCUK SAĞLIĞI VE EĞİTİMİ

EDİTÖRLER

PROF. DR. ASUMAN SEDA SARACALOĞLU

DOÇ. DR. GÜLTEN HERGÜNER

DOÇ. DR. SELVİNAZ SAÇAN

Güven Plus Grup A.Ş. Yayınları: Aralık 50 / 2019

Yayıncı Sertifika No: 36934

E-ISBN: 978-605-7594-42-6

Güven Plus Grup A.Ş. Yayınları

Bu kitabının/derginin/kongrenin her türlü yayın hakkı GÜVEN PLUS GRUP DANIŞMANLIK A.Ş. YAYINLARI'na aittir. Yayınevinin yazılı izni olmadan, kitabın/derginin tümünün veya bir kısmının elektronik, mekanik ya da fotokopi yoluyla basımı, yayını, çoğaltımı ve dağıtımını yapılamaz. *Kitapta yer alan her bölüm/makale sorumluluğu, görseller, grafikler, direkt alıntılar ve etik/kurum iznine yönelik sorumluluk ilgili yazarlara aittir. Oluşabilecek Herhangi Hukuki bir olumsuzlukta Yayınevi başta olmak üzere kitabın hazırlanmasına destek sağlayan kurumlar, kitabın düzenlenmesi ve tasarımından sorumlular kurum(lar) ve kitap/dergi editörler/hakemler hiçbir konuda "maddi ve manevi" bir yükümlülük ve hukuki sorumluluğu kabul etmez, hukuki yükümlülük altına alınmaz. Her türlü hukuki yükümlülük ve sorumluluk "maddi ve manevi" yönden ilgili bölüm yazar(lar)ına aittir. Bu yöndeki haklarımızı maddi ve manevi yönden GÜVEN GRUP DANIŞMANLIK "YAYINCILIK" A.Ş. olarak saklı tutarız. Herhangi bir hukuki sorunda/durumda İSTANBUL mahkemeleri yetkilidir.* Güven Plus Grup Danışmanlık bünyesinde hazırlanan ve yayınlan bu eser ISO: 10002:2014-14001:2004-9001:2008-18001:2007 belgelerine sahiptir. Bu eser TPE "Türk Patent Enstitüsü" tarafından "Güven Plus Grup A.Ş.2016/73232" ve "2015/03940" nolu tescil numarası ile markalı bir eserdir. Bu bilimsel/akademik kitap/dergi ulusal ve uluslararası nitelikte olup, akademik teşvik kriterlerini karşılamaktadır. Çok bölümlü/yazarlı olan bu kitap/dergi E-ISBN'li olup Kültür Bakanlığı Milli Kütüphaneler tarafından ve 18 Farklı Dünya Ülkesiyle Anlaşmalı olan Milli Kütüphanenin E Erişim sistemi tarafından da taranmaktadır. Bu kitap/dergi maddi bir değer ile alınıp satılmaz. Kitap/dergi bölüm/makale yazarlarından, destekleyenlerden, kitap/dergiye emeği geçenlerden Güven Plus Grup A.Ş. Yayıncılık herhangi bir maddi bir gelir elde etmemiş ve talepte bulunmamıştır. Kitap/Dergide yer alan bölüm/makalelerden alıntı yapmak ve ilgili bölüm/makaleye atıf yapılmak koşulu ile kaynak gösterilmek üzere bilimsel ya da ilgili araştırmacılar tarafından kullanılabilir.

Metin ve Dil Editörü

Doç. Dr. Gülsemin HAZER

Dr. Öğr. Üyesi Mehmet ÖZDEMİR

Kapak Tasarımı

Öğr. Gör. Ozan KARABAŞ

Sayfa Düzeni

Burhan MADEN

Baskı-Cilt

GÜVEN PLUS GRUP DANIŞMANLIK A.Ş. YAYINLARI®

Kayaşehir Mah. Başakşehir Emlak Konutları, Evliya Çelebi Cad. 1/A D Blok K4 D29 Başakşehir İstanbul Tel:

+902128014061- 62 Fax:+902128014063 Mobile:+9053331447861

KONGRE/KİTAP/DERGİ İMTİYAZ SAHİBİ

GÜVEN PLUS GRUP DANIŞMANLIK A.Ş. YAYINLARI®

Kayaşehir Mah. Başakşehir Emlak Konutları, Evliya Çelebi Cad. 1/A D Blok K4 D29 Başakşehir İstanbul Tel:

+902128014061-62-63 - +9053331447861 info@guvenplus.com.tr, www.guvenplus.com.tr

İçindekiler

ÖNSÖZ	5
TOPLUMSAL CİNSİYET EŞİTSİZLİĞİ VE ŞİDDET	7
<i>Asuman Seda SARACALOĞLU, Nurtaç ÜSTÜNDAĞ KOCAKUŞAK</i>	
DOĞUM AĞRISINDA NONFARMAKOLOJİK YÖNTEMLER VE HEMŞİRELİK	30
<i>Abdurrahim UYANIK</i>	
LAKTASYON	46
<i>And YAVUZ</i>	
GEBELİK VE YOGA	64
<i>Ayça AYTAR TIĞLI</i>	
DEZAVANTAJLI ADÖLESANLARA ÖZEL SAĞLIK SORUNLARI	85
<i>Ayla HENDEKÇİ</i>	
GELİŞİMSEL KALÇA DİSPLAZİSİ, RADYOLOJİSİ, TARAMA VE TANIDA GÖRÜNTÜLEME	110
<i>Çiğdem ÜNER, Sonay AYDIN</i>	
PREMENSTRUAL SENDROM VE NON FARMAKOLOJİK BAŞ ETME YÖNTEMLERİ	137
<i>Esra SARI, İlkay GÜNGÖR SATILMIŞ</i>	
LOHUSALIK DÖNEMİ VE KOMPLİKASYONLARI	155
<i>Gökhan KARAKOÇ</i>	

GENÇ BASKETBOL OYUNCULARINDA 8 HAFTALIK ANTRENMAN PROGRAMININ FONKSİYONEL HAREKET TARAMASI TEST SONUÇLARINA ETKİSİ 173

Selin BAİKOĞLU

JİNEKOLOJİK KANSERLER VE OMENTİN..... 191

Tuba TEKİN, Gülbahtiyar DEMİREL

ÇOCUK EBEVEYN BAKICI AÇILARINDAN ÇOCUK BAKIMININ İNCELENMESİ 209

Tuğba ERDOĞAN

JİNEKOLOJİK CERRAHİ SONRASI HIZLANDIRILMIŞ İYİLEŞME PROTOKOLÜ VE HEMŞİRELİK 230

Vildan KALKAN AKYÜZ, Nurten TAŞDEMİR, Dilek YILDIRIM TANK

ÇOCUK VE SOSYAL MEDYA 253

Zafer ÖZDEMİR, Gamze Yeşim GÖKTÜRK

KADINA YÖNELİK PSİKOLOJİK (SÖZEL VEYA DUYGUSAL) ŞİDDET VE HEMŞİRELİK YAKLAŞIMI 275

Zeynep ÖLÇER

ÖNSÖZ

Kadın ve çocuk bir toplumun temel taşlarındandır. Onların sağlıklı ve eğitilmiş bir biçimde yetiştirilmesi, toplumların güçlenmesine yol açmaktadır. Bu bağlamda, güçlü bir toplumun yapılandırılabilmesi için, öncelikle kadınlara gerekli eğitimsel, sosyal, ekonomik, kültürel ve teknolojik her türlü desteğin sağlanması gerekli görülmektedir. Böylece ülkenin bütüncül kalkınması söz konusu olabilecektir. Çünkü bir ülkenin kalkınabilmesi, kadın ve erkeklerin nitelikli yetiştirilmiş olmasıyla mümkündür. Bunun için de çocuklar ve gençler ilk eğitim yeri olan ev ortamından başlayarak okulda ve sosyal çevrelerinde herhangi bir ayrımcılığa uğramadan, fiziksel ve ruhsal açıdan sağlıklı bir şekilde yetiştirilmelidir.

Anne Çocuk Sağlığı ve Eğitimi kitabında 14 bölüm bulunmaktadır. Bölümler birbirinden bağımsız olmakla birlikte; kadın, anne, çocuk sağlığı ve eğitimi bağlamında birbirini bütünler niteliktedir. Birinci bölümde Toplumsal Cinsiyet Eşitsizliği ve Şiddet, ikinci bölümde Doğum Ağrısında Nonfarmakolojik Yöntemler ve Hemşirelik, üçüncü bölümde Laktasyon, dördüncü bölümde Gebelik ve Yoga, beşinci bölümde Dezavantajlı Adölesanların Özel Sağlık Sorunları, altıncı bölümde Gelişimsel Kalça Displazisi, Radyolojisi, Tarama ve Tanıda Görüntüleme, yedinci bölümde Premenstrual Sendrom ve Non Farmakolojik Baş Etme Yöntemleri, sekizinci bölümde Lohusalık Dönemi ve Komplikasyonları yer almıştır. Kitabın dokuzuncu bölümünde Genç Basketbol Oyuncularında 8 Haftalık Antrenman Programının Fonksiyonel Hareket Taraması Test Sonuçlarına Etkisi, onuncu bölümde Jinekolojik Kanseller ve Omentin, on birinci bölümde Çocuk Ebeveyn Bakıcı Açıklarından Çocuk Bakımının İncelenmesi, on ikinci bölümde Jinekolojik Cerrahi Sonrası Hızlandırıl-

muş İyileşme Protokolü ve Hemşirelik, on üçüncü bölümde Çocuk ve Sosyal Medya, on dördüncü ve son bölümde de Kadına Yönelik Psikolojik (Sözel veya Duygusal) Şiddet ve Hemşirelik Yaklaşımına yer verilmiştir.

Anne Çocuk Sağlığı ve Eğitimi kitabının baskıya hazırlanmasında emeği geçen değerli bölüm yazarlarına, Türk dili editörlerimi'ze ve yayın aşamasına gelinceye kadar özenle çalışan asistanlarımıza içtenlikle teşekkür ediyoruz.

Kitabın bu alanda çalışan akademisyenlere, araştırmacılara ve öğrencilere katkı sağlayacağını umuyoruz.

EDİTÖRLER

Prof. Dr. Asuman Seda SARACALOĞLU

Doç. Dr. Gülten HERGÜNER - Doç. Dr. Selvinaz SAÇAN

ÇOCUK VE SOSYAL MEDYA

Zafer ÖZDEMİR¹, Gamze Yeşim GÖKTÜRK²

¹⁻²Dr. Öğr. Üye; Uzm. Psikolog, Beykoz Üniversitesi, Sanat ve Tasarım Fakültesi /Sakarya Üniversitesi Eğitim Araştırma Hastanesi, İstanbul / Türkiye

Öz: Günümüz toplumlarında hemen hemen her yaş grubu tarafından sıklıkla kullanılan sosyal medyanın, günümüzde artık çocuklar tarafından da erken yaşlardan itibaren kullanılmaya başlandığı ve çocukların yaşantısına büyük oranda hâkim olduğu gözlenmektedir. Merak, bilgi edinme, sosyalleşme, eğlenme, haberleşme gibi amaçlarla kullanılmaya başlanan sosyal medyanın olumlu yönleri kadar çocuk açısından olumsuz, çocuğa zarar verebilecek birtakım yönleri de bulunmaktadır. Sosyal medya kullanımının çocukların gelişimine ve yaşantısına etkilerini olumlu ve olumsuz bakış açılarıyla inceleyen bu çalışmada; çocuklarda sosyal medyanın kullanımına, sosyal medya kullanımının çocuklar üzerindeki etkilerine, ebeveynlerin yaklaşım biçimlerine ve son olarak da çocuklarda sosyal medya uygulamalarını kullanım konusunda ebeveynlere öneriler yer almaktadır.

GİRİŞ

Teknolojideki hızlı gelişim ile birlikte çocuklar cep telefonu, tablet, bilgisayar gibi elektronik aletlerin sıklıkla kullanıldığı teknoloji ile iç içe olan bir yaşantının içerisine dünyaya gelmektedir. Teknolojik aletlerin bu kadar yoğun kullanıldığı bir çağda bunlar aracılığı ile erişim sağlanan internet, bilgisayar oyunları ve sosyal medya gibi medya ortamları kaçınılmaz olarak çocukların dikkatini çekmektedir.

Yetişkinler kadar çocuklarında erken yaşlardan itibaren kullandıkları sosyal medya; bireylerin birbirleri ile iletişime geçmelerine olanak sağlayan sanal bir ortamdır (Ünver, 2019). Sosyal medya, bireylerin, diğerleri ile kullanıcıların diğer çevrimiçi bir şekilde, fotoğraf, haber, mesaj, video, paylaşabilmesine olanak sağlayan web sitelerinin ortak adı olarak tanımlanmaktadır (Kırık, 2013).

Medya ortamlarından sıklıkla kullanılan sosyal medya platformu yetişkinlerde olduğu gibi çocuklara da zaman ve mekân engeli olmadan onların kendilerini rahat bir şekilde ifade edebildikleri, duygu ve düşüncelerini diğer kişilerle özgürce paylaşabildikleri, beğeni ve ilgi alanlarına göre ortak paydada bir araya gelebilecekleri kişilerle iletişim kurabildikleri bir ortam sağlamaktadır.

Sosyal medya platformlarını her yaş grubundan birey aktif olarak kullanmaktadır. Aslında sosyal medya kullanımı için yaş sınırının 13 olması koşulu aranmasına rağmen, günümüzde yetişkinlerin yanı sıra çocukların da telefon, tablet, bilgisayar gibi teknolojik aletleri ve dolayısıyla da bunların akabinde facebook, instagram, twitter gibi vb. sosyal medya uygulamalarını çok erken yaşlardan başlayarak kullandıkları görülmektedir (Okumuş, 2018).

Her ne kadar internet ve sosyal medyanın faydalı yönleri olsa da, olumlu yönlerin yanında çocuklar sosyal medyada fiziksel, ruhsal ve sosyal gelişimlerini olumsuz yönde etkileyecek tehlikelerle de karşı karşıya kalabilmekte ve bu tehlikelere karşı da savunmasız ve tek başına olmaktadır.

Bu noktada çocukların beklenenden daha erken dönemlerde tanıştıkları sosyal medya ile olan ilişkilerinin anne babalar tarafından yönetilmesi ihtiyacının ortaya çıktığı söylenebilmektedir (Ulusoy ve Bostancı, 2014).

1. ÇOCUKLARDA SOSYAL MEDYA KULLANIMI

Günümüzde artık erişiminin kolaylıkla sağlanabildiği sosyal medyanın kullanımı ve kullanıcı sayısı giderek artmakta ve akabinde sosyal medya sitelerini kullanan kişilerin yaş ortalamasının da düştüğü görülmektedir (Ünver, 2019).

Yasal olarak sosyal medya kullanımında, hesap açmada belirli bir yaş sınırı olmasına rağmen, örneğin çocuklarda sosyal medya kullanımı için 13 yaş sınırı olmasına rağmen, çocukların çok erken yaşlardan itibaren sosyal medya hesapları açarak, bunları kullandıkları bilinmektedir (Ofcom, 2008). Hatta yapılan bir çalışmada sosyal medyanın kullanılmasına 7-9 yaş gibi oldukça küçük yaşlarda başlandığı sonucunun elde edildiği görülmektedir (Ulusoy ve Bostancı, 2014).

Çocuklar sosyal medyayı çok çeşitli sebepler ile kullanabilmektedirler. Çocukların sosyal medyayı kullanma sebeplerine genel olarak baktığımızda ise, merak, eğitim amaçlı bilgi edinme, sosyalleşme, eğlenme (Okumuş, 2018), arkadaşları ile haberleşme ve birlikte zaman geçirme (Yıldırım, 2014) gibi olumlu bir takım sebepler olduğu kadar, oyun oynayabileceği koşulların yetersizliği, aile içerisinde ebeveynlerin birbirlerine gereken zamanı ayıramaması ve iletişim biçimlerindeki bazı sorunların olması gibi birçoksebebinde olduğu söylenebilmektedir.

Çocuklar tarafından da sıklıkla kullanılan sosyal medyanın avantajları şöyle sıralanabilmektedir;

- *Sosyal medya etkileşimlidir*
- *Sosyal medya ucuz, ekonomiktir. Örneğin Facebook, Instagram gibi sosyal ağlarda hesap açabilmenin hiçbir ücreti yoktur*
- *Ticari kazanç götürmez*
- *Profesyonellik gerektirmeyen yönü vardır*
- *Kullanıcılarınaher istediği seçebilme özgürlüğü sağlar*
- *Sosyal medya ağları kişilere paylaşım yapma olanağı sağlar. Kişiler sosyal medya aracılığı ile ilgi alanlarına giren düşünce, mesaj ya da fotoğrafları paylaşabilmektedir.*
- *Zincirleme iletişim sağlanabilmesi gibi birçok avantajlı yönü sıralanabilmektedir.*
- *Hızlı ve aynı zamanda kullanıcıları tarafından kendi içeriklerini hemen o anda paylaşılma olanağı sunar (Öztürk Talas, 2015; Güngör, 2011).*

Çocukların genel olarak sosyal medya ağlarından instagram, facebook, twitter ve youtube vb. ağları kullandıkları görülmektedir. Çocuklar henüz daha okula başlamadan önceki dönemlerden itibaren sosyal

medyada hem alıcı durumda, hem de bu sayılan sosyal paylaşım platformlarının üreticisi konumunda da olabilmektedirler (Ülker, 2012).

Bu konudaki 2009-2011 yılları arasında yapılarak, 2013 yılında raporlaştırılan Avrupa Çevrimiçi Çocuklar Projesi (EU Kids Online Project) raporuna göre çocukların sosyal medya kullanımlarına yönelik bazı istatistikî bilgilerden bahsedilecek olursa;

1. Sosyal medya sitelerinin çoğu üye olma, hesap açma yaşını 13 yaş ile sınırlandırmış ve bu yaşın altındakilerde kullanımını yasaklamışsa da (facebook gibi vb.), 9-12 yaş arasındaki çocukların %38 gibi bir oranlasosyal ağda profil açarak, yer aldığı görülmektedir.

2. Her yedi çocuktan bir tanesi (%14), sosyal ağ sitelerinde cinsellik içeren bazı görüntülere maruz kaldıklarını belirtmişlerdir.

3. Çocukların %60 kadarı sosyal ağ sitelerinde sanal zorbalıkla karşılaşmışlardır.

4. Çocukların sosyal medya platformlarında karşılaştıkları kişilerin çoğu önceden tanıdığı kişiler iken, %9 kadarı daha önce tanımadığı kişiler ile karşılaştıklarını ve bu %9'luk grubun %1 kadarı da o tanımadığı kişiler ile bağlantı kurarak, kötü, rahatsız edici deneyimlere maruz kaldıklarını belirtmişlerdir.

5. Çocukların sosyal ağ sitelerinde çevirim içi veya çevirim dışı olmaları, onları olası tehlike ve risk içeren ağlardan hiçbir şekilde koruyamamaktadır.

6. Ebeveynler daha çok çocuklarının sosyal sitelerinde yabancı kişiler ile ve yabancı tehlikelerle karşı karşıya gelmelerinden korkarken, çocuklar ise daha ziyade sanal ortamdaki zorbalıktan korktuklarını ifade etmişlerdir.¹⁰

2. SOSYAL MEDYANIN ÇOCUK ÜZERİNDEKİ ETKİLERİ

Çocuklar tarafından da sıklıkla kullanılan sosyal medya platformlarının çocuk ve ailesi açısından birçok olumlu ve olumsuz etkileri söz konusu olabilmektedir. Bilgi edinme, müzik dinleme, oyun oynama ve arkadaşlarla iletişim ve çevre ile etkileşim gibi çok çeşitli nedenlerle kul-

10 <http://www.lse.ac.uk/media@lse/research/EUKidsOnline/EU%20Kids%20Online%20reports.aspx>

lanılan sosyal medya platformları, sayılan bu ihtiyaçları karşılama noktasında iyi ve kolay ulaşılabilir bir seçenek gibi görülebilmektedir. Bu kapsamda olumlu etkilerinin olduğu düşünülebilir. Yine benzer şekilde sosyal medya ortamlarında okuldaki ödev ve projelerin öğretmenler tarafından öğrencilere kolaylıkla iletilmesinde, öğrenciler açısından da verilen, iletilen bu ödevlerin daha rahat, süre kısıtlaması olmadan yapılabilmesine olanak sağlaması açısından da sosyal medya ortamlarının iletişimi kolaylaştırmaya yönelik olumlu bir etkisi olduğu söylenebilmektedir (Odabaşı ve diğ., 2012).

Sosyal medyanın olumlu bir başka özelliği ise; okul dönemindeki çocuklara ödevlerini yapmada yardım alabilmeleri noktasında gerekli iletişim, paylaşımı sağlama ve bilgiye ulaşma açısından kaynak oluşturması olduğu da söylenebilmektedir (Karademir ve Alper, 2011). Buradan sosyal medya platformlarının çocuklar ve diğer kullanıcılar açısından olumlu bazı yönlerinin olabileceği anlaşılmaktadır.

Her ne kadar sosyal medyanın olumlu bazı yönleri olsa da, uygun olmayan kullanımlar ve sosyal medyadaki bazı tehlikeler sebebiyle çocuklar sosyal medyanın olumsuz etkileri ile de karşı karşıya kalabilmektedirler. Evet, bir yandan yukarıda sayılan ihtiyaçların karşılanması noktasında söz konusu olan bilgilere çocuk erişebilmekte fakat diğer yandan da, ulaşılan bilgilerin çocuk ve aile açısından ne kadar sağlıklı, doğru ve güvenilir olduğu konusu da göz ardı edilmemesi gereken bir durumdur.

Bilhassa çocukların, sanal ortamda ulaşmış olduğu bilgilerin doğruluğunu tespit etmelerinin mümkün olmayışı onları bazı riskli durumlara sokabilmektedir. Örneğin çocuk, sanal ortamda her hangi bir bilgi ararken, önüne çıkan uygunsuz reklam içeriklerine maruz kalabilir, ya da sosyal medya sitelerindeki herhangi bir içerikte gezerken çocuk pornografik görüntü veya şiddet içeren bir siteye yönlendirilebilmektedir (Oktik, 2013). Bu durumda da sosyal medya ortamlarının olumsuz etkilerinden bahsedilebilmektedir.

Yine bir başka olumsuz etkisi de çocuğun akranlarıyla ilişkisine yönelik etkileridir. Çocuğun gerçek yaşamında yaşitlarıyla bir arada olabilmesi, yüz yüze iletişim kurabilmesi, çeşitli oyunlar oynayabilme-

sinin çocuğun gelişimindeki katkıları göz önünde bulundurulduğunda, sosyal paylaşım sitelerinin ve bu kapsamda oynana oyunların, çocuk ve ergenlerin psiko-sosyal gelişimlerini olumsuz yönde etkileyebileceği söylenebilmektedir.

Hem ailedeki yetişkin bireyler hem de çocuklar açısından sosyal medyada geçirilen zamanın fazla olması, çocuğun yaşıtları ve ebeveynleri ile vakit geçirmesini engelleyici bir durum olarak karşımıza çıkmaktadır. Dolayısıyla günümüzde sanal iletişimler sebebi ile gerçek yaşantıya ayrılan süre ciddi düzeyde azalmakta; buna paralel olarak da çocukların gelişimine katkı sağlayacak olan rol model niteliğindeki kişilerle yüz yüze kurmaları gereken iletişim kurulamamaktadır. Ayrıca çocuk ve evdeki yetişkinler yalnızlaşarak içe kapanık bireyler haline dönebilmektedir (Kakırman Yıldız, 2012).

Sosyal medyada geçirilen zamanın fazla olmasına bağlı olarak, aile içi iletişimin azalması ve aile içerisinde çatışmaların ortaya çıkması da olası hale gelebilmektedir. Bu tür huzursuz ve çatışmalı ortamda büyüyen çocuğun gelişimi de sağlıklı ortamda olamamaktadır (Tahiroğlu ve diğ., 2009).

Literatüre baktığımızda sosyal medya kullanımının ve süresinin aile içerisindeki iletişimi etkilediğine dair çalışmaların da bulunduğu görülmektedir. Örneğin Demir (2016) adlı araştırmacı tarafından 714 öğrenci üzerinde yapılmış olan bir araştırma sonucuna göre; sosyal medya kullanım süre ve sıklığına göre, aile içerisindeki iletişim etkilenmektedir şeklinde bir sonuca ulaşılmıştır. Görüldüğü gibi sosyal medyanın çocuk açısından olduğu kadar, çocuğun içerisinde yer aldığı tüm aile bireyleri ve aralarındaki iletişim açısından da olumsuz yönde etkileri söz konusu olabilmektedir.

Sosyal medya ağlarında geçirilen sürelerin gittikçe artması aile içi iletişimin etkilemesinin yanı sıra, sosyal medya bağımlılığı gibi bir riski de beraberinde getirmektedir. Sosyal medya ağlarında geçirilen sürenin artması, sosyal medyada zaman geçirebilmek adına günlük işlerin, ödevlerin, aksatılacak duruma gelmesine, yaşantıdan keyif alınamamasına, çevredeki diğer kişiler ile iletişimin etkilenmesine, çocuk okula gidiyor ise okulun aksatılması gibi bazı düzensizliklere yol açabilmektedir. Bu

durumlarda sosyal medya bağımlılığı olarak adlandırılan bir bağımlılık gelişmesi söz konusu olup, literatüre göre bu bağımlılık türündeki belirtilerin, madde bağımlılığı belirtilerine benzer özellikler gösterdiği söylenebilmektedir (Andreassen, 2012).

Sosyal medya bağımlılığında sosyal medya platformlarında fazlaca vakit geçirme, buna bağlı günlük işlerin aksaması ve çoğunlukla ihmal edilmesi, sanal ortamda yaşanan mutlulukların gerçek yaşamdakinin önüne geçmesi ve sosyal ilişkilerin azalarak çocukların izole olması söz konusu olabilmektedir (Shaffer, 1999). Bu duruma çocuk açısından baktığımızda sosyal medya kullanımında aşırılığa kaçma çocuklarda da sosyal medya bağımlılığı gelişmesine sebep olarak, çocuğun günlük yaşantısındaki okula devamında aksamalara ve arkadaş, aile ilişkilerinden uzaklaşmalara yol açabileceği açıkça görülmektedir.

Ayrıca sosyal medyanın çocuk üzerindeki bu etkilerinin yanı sıra internetin normalin üstü sürelerde kullanımının bazı fiziksel sorunlara da yol açabildiği söylenebilmektedir. Bunlar şöyle sıralanabilir;

- *Duruş pozisyonuna bağlı vücudun iskelet sistemi ile ilgili sorunlar*
- *Hareket azlığına bağlı, fiziksel sıkıntılar*
- *Görme ile ilgili sorunlar*
- *Radyasyon riski gibi bazı fiziksel sorunların da yaşanabilmesi olasıdır (Okumuş, 2018).*

3. SOSYAL MEDYADA ÇOCUKLARI BEKLEYEN TEHLİKELER

Her yaş grubundan çocuğun, yaşantısının içerisinde yer almayı başaran sosyal medyanın onlar üzerinde birtakım olumlu etkileri olmasının yanı sıra, bazı olumsuz etkilerinin de söz konusu olabileceği son dönemdeki yapılan araştırmalarda da ortaya konulmaktadır (Güleç, 2018,).

Her kesimin birbiriyle iletişim sağlayabildiği ve neredeyse her çeşit paylaşımın yapılabildiği sosyal paylaşım ağları çocukların olumsuz yönde etkilenmesine sebep olabilecek birçok tehlike içermektedir.

Sosyal medya hesabı açıp, kullanan ve bu ortamdaki içeriklere maruz kalan çocuklar, o andan itibaren birçok riskle de karşı karşıya kalmaktadırlar (Atalay, 2019). Dolayısıyla çocukların sosyal medya ortam-

larında zarar görmeleri de söz konusu olabilmektedir. Örneğin çocuk sadece oyun oynadığını düşündüğü bir sitede farkına varmadan zarar görebilir. Mesela oyun oynadığı esnada kendisinden istenen bilgileri vermede sakınca görmeyebilir ve aile bireylerinin bilgilerini paylaşmaması gereken kişiler ile paylaşarak, vermiş olduğu bu özel bilgiler sonucunda, dolandırıcılıktan, şiddet, taciz- istismara kadar birçok sıkıntılı duruma maruz kalabilmektedir (Canbek ve Sağıroğlu, 2007).

Sanal ortamlarda oynanan birçok içeriğin çocukları gerçek hayattan koparıp hatta intiharlara sürükledikleri dahi görülmüştür. Örneğin; Mavi Balina adı oyunu oynayan çocukların intiharlara sürüklenmesi de son yıllarda basına yansıyan ve dikkat çeken haberler arasındadır. Haberlere göre çocuklar masum bir şekilde başladıkları bu oyunun bilinçaltlarına aşılacağı komutlar nedeni ile gündelik hayatlarından kopmakta daha sonra verilen komutları yerine getirmek için en sonunda kendi hayatlarına bile son verebilmektedirler.

Çocuklar ve gençler arasında basına sıklıkla yansıyan intihar vakalarının oldukça artması üzerine TBMM’de Mavi Balina oyunu ile bağlantısı olduğu öne sürülen edilen intihar vakalarının araştırılması için kurulan Bilişim Teknolojileri Bağımlılığı Araştırma Komisyonu altı ay çalışarak bir rapor yayımlamıştır. Bu rapora göre ülkemizde yaklaşık 150 gencin intiharının ‘Mavi Balina’ oyununun mavi balina oyunu ile bağlantılı olduğu belirtilmiştir.

TBMM Komisyonu yayınladığı raporda, “Neredeyse tüm dünyayı tehdit eden bu oyun bizim ülkemizde de ciddi kayıplara sebep olmaktadır. Bu konuda gerekli önlemlerin ivedilikle alınması, çocuklarımızın bilinçlendirilmesi gerekmektedir” ifadesine yer verilmiştir.

Bu oyunun yaratıcısı vatandaşı Philipp Budeikin 21, gençleri intihara teşvik ettiği gerekçesi ile geçmiş yıllarda tutuklanarak ceza evine konulmuştur. Yine aynı şekilde 2018 yılında Rusya’nın başkenti Moskova’da yine Rus vatandaşı olan Ilya Sidorov da oluşturduğu “Mavi Balina” gurutaki çocukları intihara teşvik ettiği gerekçesi ile tutuklanmıştır.¹¹ “Mavi Balina Challenge” olarak adlandırılan ve tanınan ve değişik ülkelerde kullanılması yasak olmayan ve internet üzerinden erişilen bir oyundur.

11 <https://www.bbc.com/turkce/41281200>

Oyun oynanabildiği iddia edilen bir internet oyunudur. Basına yansıyan iddialara göre toplam 50 bölümden oluşan oyunun son bölümünde oyuncu kendini kaptıran oyuncunun intihar etmesi istenmektedir.

Bu tehlikeli oyun, ilk olarak 2013 yılında VKontakte isimli bir sosyal ağda yer alan “ölüm grubu” adındaki topluluk tarafından yayılmaya başlamış ve bu oyun sebebiyle meydana geldiği düşünülen ilk intihar vakası 2015 yılında gerçekleşmiştir. Oyunu yaratıcısı gencin üniversiteden uzaklaştırılan eski bir psikoloji bölümü öğrencisi Philipp Budeikin’in olduğu bilinmektedir. Oyunu yazdıktan kısa süre sonra en az 16 gencin intiharından sorumlu tutularak tutuklanan Budeikin, yaptığı açıklamada “toplumu biyolojik atıklardan temizlemek” amacıyla bu oyunu yazdığını öne sürmüştür.¹²

Günümüzde medya üzerinden tarama yapıldığında Mavi Balina oyunu oynadıkları için intihara sürüklenen onlarca gencimizin ölüm haberleri ile karşılaşmak mümkündür.¹³

Çocuklar bunca tehlike ve zararları olmasına rağmen büyük oranda sosyal medyada yer almaya devam etmektedirler. Çocukların sosyal medya hesaplarını kendilerinin edinmeleri dışında, son zamanlarda özellikle erken yaşlardan itibaren ebeveynler tarafından da çocuklar adına hesap oluşturulabilmektedir. Hatta anne, baba, kardeş gibi yakın aile bireyleri tarafından çocukların kendi iradeleri dışında, onlar adına karar vererek çocukların sosyal medya ortamlarında yer almaları ve buna bağlı istismar edilmeleri çocukların sosyal medyadan gördükleri zararın diğer bir boyutudur (Parsa ve Akmeşe, 2019). Örneğin çocukların kendi hesapları dışında aileler kendi hesaplarında çocuk resimlerini paylaşır, çocuğun ilerleyen dönemlerde paylaşılan bu fotoğraflardan rahatsızlık duymasına sebep olabilmektedir. Hatta bununla ilgili mevcut bir örnekten bahsedilecek olursa; 2016 senesinde Avusturya’da yaşayan ve 18 yaşına girerek yetişkin olan birinin, ailesinin küçük yaşlardayken kendi rızası alınmadan sosyal medya sitelerinden biri olan Facebook’ta mahrem fotoğraflarının paylaşılmasından rahatsızlık duyduğu için dava açtığı bilinmektedir

12 <https://www.haberturk.com/mavi-balina-nedir-mavi-balina-nasil-intihara-surukluyor-mavi-balina-oyunu-can-almaya-devam-ediyor-2442478>

13 <https://www.haberturk.com/haberleri/mavi-balina-oyunu-intihar>

(May, 2019). Dolayısıyla anne baba için önemsiz görülen konu, çocuğu ilerleyen yaşlarında ciddi düzeyde rahatsız edebilmektedir.

Sosyal medya hesaplarında fotoğraf paylaşılmasının da ötesine geçerek, bazen anne babalar reklam firmaları ile işbirliği içerisine girerek, çocukların sempatik, masumiyet ve saflıkları kullanılmak suretiyle kazanç elde etme yoluna da gidebilmektedir. Bu noktada çocuk açısından ekonomik bir istismarın yolu açılarak ebeveynler tarafından farkında olarak ya da olmayarak, çocuklarını istismar etmeleri ve onların psiko-sosyal gelişimlerine zarar vermeleri de söz konusu olabilmektedir (Parsa ve Akmeşe, 2019).

Yine benzer şekilde internet ortamında çocukların maruz kalabilecekleri tehlikelerden bir tanesi de çocuk pornografisidir. Aileler farkında olmadan çocukların fotoğraflarını sosyal medya hesaplarında paylaşarak, diğer kişilerce görüntülenmesi ve kötü niyetli kişilerin çocuğa erişimine ve ulaşabilmesine sebep olabilmektedirler. Tabi buna bağlı olarak da çocuklar erişkin kişilerce rahatsız edilme tehlikeliyle karşı karşıya kalabilmektedir. Zira pedofillerin büyük oranda küçük çocuklarla sosyal medya aracılığı ile sohbet edip, buradan onlara erotik bazı fotoğraflar yollayarak buluşma teklif ettikleri bilinmektedir. Her ne kadar Birleşmiş Milletler Çocuk Hakları Sözleşmesi'ne göre çocuk pornografisi yasak olsa da, internet ortamında takip etme ve denetlemedeki zorluklar sebebiyle bu durum tam olarak önlenememekte ve çocuklar zarar görebilmektedir (Çağlar ve Savaşer, 2010).

Ayrıca istismara maruz kalan mağdur çocukların, yaşadıkları bu durumu büyük oranda dile getirememeleri sebebiyle, sosyal medya ortamlardaki tehlikelerden biri olan ve çocuklara yönelik istismarın varıldığı son nokta olan çocuk istismarı ve de çocuk pornografisinin ortaya çıkarılmasında da güçlükler yaşanabilmektedir (Yıldız, 2009).

Sosyal medya ortamlarında çocukların karşılaşılabilecekleri olumsuzluk ve tehlikeleri genel olarak sıralayacak olursak;

- Çocuk sosyal medya ortamlarında kendisinin ile ilgili gereğinden fazla bilgi paylaşımında bulunarak, kendi ve ailesinin güvenliğini tehlikeye sokabilir.

- Sosyal medya ortamları çocukların kendi çevreleri dışındaki, tanımadıkları diğer kişiler ile kolaylıkla temasa geçebilmelerine olanak sağlamakta, bununla bağlantılı olarak da kötü niyetli kişilerden gelebilecek tehlikelerin kurbanı haline gelebilmelerine sebep olabilmektedir (Demir Türkddoğan, 2019).Ki günümüzde hızla gelişen teknoloji ve sanal ortamın her yaş grubundan bireyin yaşantısının ayrılmaz parçası haline gelmesi ile beraber, her türlü istismarın sosyal medya ortamları aracılığı ile gerçekleştirilebileceği bilinmektedir (Parsa ve Akmeşe, 2019).
- Sosyal medya ortamlarında anlık mesajlaşmalarda kişiler birbirlerini görmediklerinden, normalde olduğun çok daha rahat biçimde konuşabilirler ve çocuklar yaşlarına uygun olmayan, onları olumsuz etkileyebilecek sözlere, tacize, zorbalığa maruz kalabilirler.
- Yaşına uygun olmayan reklam içeriklerine maruz kalabilir.
- Sigara, alkol, uyuşturucu gibi yasal ve yasal olmayan çocuğa zarar verebilecek maddelerle denetimsiz şekilde karşılaşma ve kullanma özenme tehlikesi ile karşı karşıya kalabilir.
- Sosyal medya uygulamalarını kullanım konusunda aşırılığa kaçma ve akabinde fiziksel ve ruhsal sorunlar ortaya çıkabilmekte, örneğin sosyal medya çocuklarda bağımlılığa neden olabilmektedir (Demir Türkddoğan, 2019).
- Kimlik oluşturmaya negatif etkisi: Çocukların ve ergenlerin kimliklerini geliştirme dönemleri sırasında, beğenmedikleri birçok özellikleri vardır. İnternet ortamı sahte kimlikler üretmektedir. Bu durum ise kimliklerini olumsuz yönde etkileyebilmektedir.
- Mahremiyet duygusu ve kavramının gelişmesinin önüne geçmesi: Özel ilişkiler de dâhil olmak üzere her türlü mahrem görüşmeler sosyal medya kullanılarak yapılmaktadır. Bu durum çocuk ve ergenlerin mahremiyet duygularını ortaya çıkmasını ve gelişmesini engelleyebilmektedir.
- Birtakım yasal sorunlara neden olabilir: Sosyal medya ortamı çocukların yasa dışı davranışlara zorlanmalarına neden olabilir. Bu durumda bazı sorunlar ortaya çıkabilir.

- Ünlü ve popüler bir figür olma isteği: Popüler olmayı isteyen yalana ve kendisiyle bağdaşmayan ve daha sonra istenmeyen birtakım sonuçlara neden olacak davranışlara başvurabilir.
- Paylaşılan fotoğrafların tehlikesi: Çocuklar sosyal medyada çıplak ya da açık fotoğraf ve görsellerini paylaşabilirler. Bu durumun getireceği tehlikeleri sakıncalarını görmek ise sanırız çok da zor değildir.
- Toplumdan uzaklaşma ve yalnızlaşma tehlikesi: Sosyal medya bağımlı olan çocuk ve ergenlerin gerçek dünyada arkadaşlarıyla geçirebileceği zamanı kısıtlamaktadır. Bu durum ise onların toplumdan uzaklaşmasına neden olabilmektedir.
- Hareketsizlik nedeni ile kilo alma: Çocukların uzun süre sosyal medya karşısında hareketsiz kalmalarına dolayısı ile kilo almalarına neden olmaktadır.
- Konuşmaktan uzak sadece yazı yazan bir kuşak: Sosyal medya kullanan birçok genç, sohbet etmek yerine birbirleri ile yazışmayı tercih etmektedirler. Bu durum ise çocukların ilişkilerini zedelemektedir.
- Gelişmelerden haberdar olmama ve gerçek hayattan kopma: Hayatlarının bir döneminde zaten kendilerine güveni olmayan gençler kurgu paylaşımlar nedeniyle gerçek hayattan kopabilmekte eksiklik ve değersizlik duygusu yaşayabilmektedir.¹⁴
- Siber zorbalık ile karşılaşma tehlikesi: Günümüzde çocuk parklarının yerini alan sosyal medya ve çevirim içi oyunlar siber zorbalıkların da meydana geldiği yerler olmaktadır. Bu durum oyun hayalinin bir maceradan ziyade bir aşağılanma işkencesine dönüşmesine neden olabilmektedir.
- Gizli bilgilerin yayınlanması tehlikesi: Çocuklar kişisel bilgilerini herkese açık olmaması gereken bilgilerini kendi sosyal medya profillerinde düşünmeden yayınlatabilirler. Bunlar özel kişisel anların fotoğrafları olabileceği gibi ev veya okul adresleri de ola-

14 <https://www.cnnturk.com/saglik/cocuklari-ve-gencleri-sosyal-medyada-bekleyen-tehlikeler>

bilir. Çocuklara toplumlar sınırlar hakkında bilgi vermeye çekinilmemelidir.

- Kimlik avı tehlikesi: Kötü niyetli kişiler ek bağlantılar göndererek cihazdaki özel bilgileri geçirilebilmektedir. Çocuklara tanımadıkları kişi ve kurumlardan gelen e-posta yâda mesajlara kesinlikle tıklamamalarını ve yakın arkadaşlarından geliyor gibi görünseler bile gerçek olmayan kişisel mesajlar içermeyen e postalara dikkat etmelerini gerektiği öğretilmelidir.
- Dolandırıcılara kanma tehlikesi: Kimlik avı için pusuya yatan kişiler çocuklar arasında popüler olan oyun sitelerini kullanarak ebeveynlerinin kredi kartı bilgilerini almak da dâhil olmak üzere birçok bilgiyi ele geçirmek için çocuklara çeşitli tuzaklar kurarlar. Çocuklara temkinli olmaları gerektiği öğretilmelidir.
- Yanlışlıkla kötü amaçlı yazılımları indirme: Kötü niyetli özellikle çocuklar aldatıcı bazı oyunları indirmeleri için kandırmaya çalışmaktadır. Bunun önüne geçmek için antivirüs yazılımları ve bununla ilgili güvenlik korumalarını cihazlara yüklenmelidir. Ebeveynler çocuklarını kesinlikle konu hakkında uyarmalıdır.
- Çocukları gelecekte pişman olacakları için kullanılabilecek paylaşımlar: Çocuklar ve ergenlere bir gün kendilerini internette gösterdikleri ve yansıttıkları profili değiştirmek isteyebileceklerini ancak internetin buna asla izin vermeyeceğini silinen şeylerin bile o uygulamaları yayınlar tarafından saklandığını ve buna ulaşabilecekleri anlatılmalıdır.¹⁵

Görüldüğü gibi sadece masumca sosyal medyada yer aldığını düşünen bir çocuğun, fiziksel, ruhsal ve sosyal gelişiminin olumsuz etkilenmesine sebep olabilecek şeylere maruz kalması ve ciddi zararlar görebilmesi söz konusu olabilmekte ve dolayısıyla da bu ortamdaki çocuk birçok tehlikeyle karşı karşıya, tek ve savunmasız kalabilmektedir.

15 <https://www.kaspersky.com.tr/resource-center/threats/top-seven-dangers-children-face-online>

4. SOSYAL MEDYA KULLANIMINDA EBEVEYN YAKLAŞIMI

Ebeveynlerin çocuklara yaklaşımı konusuna değinmeden önce, genel olarak anne babaların çocuklar ile iletişimde dikkat etmesi gereken bazı noktalar olduğunu vurgulamanın önemli olacağı söylenebilmektedir.

Temelde ebeveyn ile çocuk arasındaki iletişimde; ebeveynlerin çocuklarına gerekli zamanı ayırabilmesi, onlarla birlikte vakit geçirebilmesi, dolayısıyla da çocuğun gereken ilgiyi, sevgiyi, desteği hissederek, ailesinin yanında olduğunu bilmesinin sağlanması oldukça önemlidir. Ebeveyn ile çocuk arasındaki iletişimde çocuğa karşı demokratik tutum sergilenebilmeli, problemler yüz yüze açık bir iletişim ile konuşulabilmelidir. Bütün bunları yapabilmek, onunla iyi bir iletişim kurabilmek için ona gerekli vaktin ayrılması gerekmektedir (Güleç, 2018). Fakat günümüzdeki teknolojik aletlerin ve bu kapsamda kullanılan sosyal medya platformlarının çocukların ve ebeveynlerin yaşantısına büyük oranda hâkim olmasının buna engel teşkil edebileceği çok açıktır. Sosyal medya platformlarında geçirilen zaman, aile bireylerinin birbirlerine ayırması gereken zamanın azalmasına yol açabilmektedir.

Yine bunun yanı sıra her ne kadar aile çocuğuna gereken zamanı ayırmaya çalışsa da, bu her zaman yeterli olamayabilir. Bunun yanı sıra, ebeveyn olarak aslında herkesin ortak amacı ebetteki çocuklarını en iyi şekilde yetiştirmeye çalışmaktır. Fakat her ne kadar anne baba çocukları için iyi şeyler düşünüp, onlara iyi imkânları sağlamaya çalışsa da, onlar üzerindeki tek belirleyici kendileri olamamaktadır. Özellikle de günümüzde iletişim ve teknoloji alanındaki bu kadar hızlı olan gelişmelerin içerisinde büyüdüklerini göz önünde alındığında, çocuklar üzerinde tek kontrolün ebeveynler olamaması kaçınılmaz olmaktadır (Önder, 2008).

Fakat her ne kadar tek kontrol ebeveynlerde olamasa da, çocukların sosyal medyanın olumsuz etkilerinden korunabilmesi adına ailelerin bu konuda hassas olmaları gerekmektedir. Çünkü bazı durumlarda internet ve sosyal medya çocuklar açısından zarar verici bir hale gelebilmektedir. Örneğin eğitim ve bilgiye erişme noktasında, uygun koşullarda kullanıldığında internet ve sosyal medyanın olumlu katkısı sağlanabilirken, uygunsuz içeriklere sahip alanlara maruz kalma ve uygunsuz kul-

lanımlar söz konusu olduğunda çocuk açısından zarar görme durumu ortaya çıkabilmektedir.

Bu nedenle çocukların sosyal medya ortamlarının olumsuz etkilerinden korunmaları ve zarara uğramamaları için ebeveynlerin bu konuda çok hassas davranmaları ve çocuklarının güvenli internet kullanımını sağlayabilmeleri gerekmektedir (Okumuş, 2018).

Çocukların sosyal medya ortamlarının olumsuz etkilerinden korunmaları ve zarara uğramamaları adına ailelerin öncelikle yapabilecekleri şey, çocukların internet- sanal ortamdaki risklerinden kendilerini ne şekilde koruyabilecekleri konusunda bilgi sahibi olup, çocuklarını da bu doğrultuda bilgilendirmeleridir.

Yapılan bazı çalışmalarda ailelerin çocuklarını sanal ortamda sosyal ağlarını ve sosyal ağlardaki hareketlerini denetledikleri, sosyal ağlardaki özel, kişiye ait bilgilerini korumaları ve yabancı kişiler ile iletişim içerisine girmemeleri konularında çocuklarına bilgilendirme yaptıkları sonucuna ulaşıldığını göstermektedir (Okumuş, 2018; Ulusoy ve Bostancı, 2014). Fakat bunun yanı sıra çocuklarının sosyal medyayı ve sosyal medya araçlarını ne şekilde kullanması gerektiği ve çocuklarını sosyal medya ortamlarındaki zararlardan koruyabilmek adına neler yapabileceği konularında bilgi eksikliğinden kaynaklanan kaygı, korku, endişeler yaşayan ebeveynlerin de olduğu bilinmektedir (Parlak Yorğancı, 2017).

Bu noktada ailelere çocuklarda sosyal medya kullanımı ile ilgili bazı önerilerde bulunmanın gerekliliği ortaya çıkmaktadır.

Bu doğrultuda ailelere yapılacak öneriler aşağıdaki şekilde sıralanabilmektedir;

- Anne babaların cep telefonu, tablet gibi teknolojik aletleri, çocuklarını zorlandıkları anlarda yatıştırmak, susturabilmek adına kullanmamaları önemlidir (Yeşilay, 2019). Aksi halde çocukların teknolojik aletler vasıtasıyla sosyal medya kullanımına normalden daha erken dönemde başlamalarının yolu açılabilir.
- Öncelikle ebeveyn çocuğa uygun bir model olabilmelidir. Sürekli olarak sosyal medya sitelerinde vakit geçiren, gününün büyük bölümünde sosyal ağlarda gezinen bir ebeveynin çocuktan aksi yönde bir şey bekleyerek uygun sürelerde kullanım sağlamasının

beklenmesi çok olası olamayacaktır, ebeveynlerin sosyal medya ağlarını kullanım biçimleri, çocuklarınınkini etkileyeceğinden bunu dikkate alarak hareket etmeleri önemlidir (Okumuş, 2018).

- Sosyal ağlar her yaş grubu için uygun içeriklere sahip olmaya-bilir, bu nedenle ebeveynler çocuklarının içinde bulunduğu yaş grubuna göre hangi sosyal medya araçlarını, sitelerini kullanma-sının uygun olacağını belirlemelidir (Akbulut, 2013).
- Çocukların internete ve sosyal medya hesaplarına girerken hangi sitelere girdiğinin ve ne tür paylaşımlar yaptığının kontrolünü sağlayabilmek adına, kendi tablet ya da bilgisayarından ziyade ailenin ortak kullandığı bilgisayardan girmesi sağlanmalıdır (Ok-tik, 2013).
- Aileler çocuklarının kullandıkları teknolojik aletlerde güvenli in-ternet buldurmaya özen göstermelidirler. Bu sayede uygun-suz, riskli sitelere erişimlerinin önüne geçmeyi sağlayabilecekler-dir.
- Aileler çocuklarının internet ve sosyal medyada geçirdikleri sü-reyi iyi ayarlayabilmeli ve yönetebilmelidir. Bu bağlamda Yeşi-lay'ın sosyal ağ ve internet kullanımı için önerisi olan okul öncesi dönemdeki çocuklarda günde 30 dk, ilkökul dönemindeki çocuk-lar için 45 dk, ortaokul dönemindeki çocuklar için 1 saat önerisi dikkate alınabilir (Yeşilay, 2017).
- Anne babanın genel davranış şekilleri, çocuklarının sosyal med-ya ağlarını kullanım şekillerini de etkileyebileceğinden, çocuğa yaklaşım tarzlarının gözden geçirilmesi gerekmektedir. Örne-ğin ebeveynin ev içerisinde çocuğuna karşı ilgisiz ve ihmalkâr tavırlar içerisinde olması, onun aşırı şekilde sosyal medya kulla-nımına yönetebileceğinden ilgili, anlayışlı olabilmeleri önemlidir (Okumuş, 2018).
- Ebeveynlerin sosyal medya ortamlarında çocuklarının her hal-lerini görüntüleyerek gerekli olan hassasiyeti göstermeden pay-laşım yapmalarının çocuk açısından sakıncaları olabileceğinden, bu konuda daha hassas davranmalıdırlar. Çünkü anne babanın paylaşım yaptığı, kişilik haklarına saldırı niteliğinde olabilen gö-

rüntüler çok kolay bir şekilde kayıt edilebilmekte, çok uzun seneler boyunca kişilerin arşivinde kalabilmektedir (Akdi, 2016).

- İnternet ve sosyal medya kullanımı bazen bağımlılık boyutuna geçebilmektedir. Bu kapsamda çocuklar gözlenmeli ve gerekli durumlarda uzmandan yardım talep edilebilmelidir (Yeşilay, 2017).

Sosyal ağlardaki tehdit ve tehlikelere karşı ailelerin çocuklarına bazı önlemleri dikkate alması konusunda bilgilendirme yapması önerilebilmektedir. Bu noktada çocuğun ve aslında tüm kullanıcıların alabileceği önlem ve tedbirleri genel olarak sıralayacak olursak;

- Mümkün olduğu müddetçe kişiye özel bilgileri sosyal medya ortamlarında paylaşmamalıdır.
- Çocuklar belli bir yaşa gelinceye kadar sosyal medya hesaplarını kullandırılmamalı veya ebeveyn kontrolünde kullanmalarına müsaade edilmelidir.
- Sosyal medya ortamlarında diğer kullanıcılara hakaret içeren paylaşımlar yapılmamalıdır.
- Uzun yıllar boyunca saklanabileceği düşünülerek, sosyal medya ortamlarında olabildiğince az fotoğraf ve bilgi paylaşılmalıdır.
- Güvenli İnternet hizmetlerinden mümkün olduğunca faydalanmanın yararlı olacağı unutulmamalıdır (Ceyhan, Demiryürek, Kandemir, 2015).
- Cihazlarda yer alan mobil uygulamaların kullanıcı izlerini takip etmek mümkündür. Mobil veri güvenliği yazılımı sureti ile veri sızıntısının önüne geçmek mümkündür. Bunların yanında Candy Crush, Temple Run gibi popüler olan birçok mobil oyun ve uygulamaların taklitleri de bulunmaktadır. Bu taklitlere karşı dikkatli ve tedbirli olmayı elden bırakmayın.¹⁶

SONUÇ

Sonuç olarak sosyal paylaşım ağlarının, çocuk açısından onun olumsuz yönde etkilenebileceği birçok tehlikeyi bünyesinde barındırdığı gö-

16 <http://www.milliyet.com.tr/pembenar/sanal-alemdaki-tehlikeler-neler-2002951>

rılmaktadır. Fakat her ne kadar riskler söz konusu olsa da, çocukların hızla gelişen teknolojiye ayak uydurabilmeleri ve sosyal ağların avantajlı yönlerinden mahrum kalmamaları için, bir şekilde internet ve sosyal medya ortamlarında yer almaları ihtiyacı olduğu da çok açıktır.

Günümüzde mevcut birçok sosyal ağ bulunmaktadır. Bu sosyal medya ortamlarındaki tehlikeler göz önünde bulundurulduğunda, bu sosyal ağların kullanılmamasını önermek yerine bazı önlemlerin alınmasını önermenin daha faydalı olabileceği düşünülmektedir (Ceyhan, Demiryürek ve Kandemir, 2015).

Çocukların sosyal medya ortamlarında güvenle dolaşabilmeleri, güvenli olabilmelerinin sağlanabilmesi için de bu ortamlardaki risklerin karşısında çocukların, okul dönemlerinden itibaren sosyal medya kullanımını ile ilgili eğitimlerinin gerekliliği söylenebilmektedir. Bu sayede çocuklar; medya ortamlarında, bilinçli bir şekilde dolaşabileceklerdir.

Sosyal medyanın güvenli ve sağlıklı kullanımı konusunda ilk eğitim aile içerisinde çocuğa ebeveynler tarafından verilebilir. Bu noktada çocuğu sanal ortamda gözlemleyip, ona doğru yönlendirmeler yapabilmesi için, öncelikle anne babanın çocuktan daha fazla bir bilgi sahibi olması gerekmektedir.

Çocukların bilgilendirilmesi noktasında ailelerin kendilerini bilinçlendirip, çocuklara yaklaşım ve riskler konusunda farkındalık yaratmalarının yanı sıra, okul ortamında da eğitimcilerin de bilgilendirmeler yapmasının artı katkı sağlayacağı düşünülmektedir. Bu kapsam da seminerler ve daha geniş kapsamlı bilgilendirici eğitimler düzenlenebilir, aynı şekilde Milli eğitim müfredatında da sosyal medya kullanımı ile ilgili bilgilendirmelerin yer alması sağlanabilir.

Sonuç olarak dört duvar arasında gözümüzden bile sakladığımız çocuklarımızın sosyal medya ve internet ortamında kontrolsüz olarak dolaşmalarına müsaade etmemeli ve göz yummamalıyız. Böylesi kontrolsüz bir sürecin çocuklarımızı her türlü tehlikeye maruz bırakabileceği hatta onları ölüme bile götüren bunalımlara sürükleyebileceğini asla unutmamalıyız.

KAYNAKÇA

Akbulut, Y. (2013). Çocuk ve Ergenlerde Bilgisayar ve İnternet Kullanımının Gelişimsel Sonuçları. *Trakya Üniversitesi Eğitim Fakültesi Dergisi*, 3(2), 53-68.

Akdi, M. (2016). Ana-babanın Çocuğun Fotoğraf ve Görüntülerinin Sosyal Medyada Yayınlamasından Doğan Sorumluluğu. *Marmara Üniversitesi Hukuk Fakültesi Hukuk Araştırmaları Dergisi*, 22(3), 123-144.

Andreassen, C.S. (2012). Development of a Facebook Addiction Scale. *Psychological Reports*, 110(2), 501-517.

Atalay, G. E. (2019). Sosyal Medya ve Çocuk: "Babishko Family Fun TV" İsimli Youtube Kanalının Eleştirel Bir Analizi. *Erciyes İletişim Dergisi Uluslararası Dijital Çağda İletişim Sempozyumu Özel Sayısı*, (1), 179-202. DOI 10.17680/erciyesiletisim.484856.

Canbek, G. ve Sağıroğlu, Ş. (2007). Çocukların ve Gençlerin Bilgisayar ve İnternet Güvenliği. *Politeknik Dergisi*, 10(1),33-39.

Ceyhan, E. B., Demiryürek, E., ve Kandemir, B. (2015). Sosyal Ağlarda Güncel Güvenlik Riskleri ve Korunma Yöntemleri. *Uluslararası Bilgi Güvenliği Mühendisliği Dergisi*, 1(1):1-10.

Çağlar, S. ve Savaşer, S. (2010) İnternet ve Çocuk Pornografisi. *Uluslararası İnsan Bilimleri Dergisi*, 1(7), 1001-1008.

Demir, Ü. (2016). Sosyal Medya Kullanımı ve Aile İletişimi: Çanakale'de Lise Öğrencileri Üzerine Bir Araştırma. *Selçuk İletişim*, 9(2), 27-50.

Demir Türkdoğan, R. (2019). *Sosyal Medya Bağımlılığı ve Gençlik: Cumhuriyet Üniversitesi Örneği*. Erciyes Üniversitesi, Sosyal Bilimler Enstitüsü, Gazetecilik Anabilim Dalı. Yüksek Lisans Tezi. Kayseri.

Güleç, V. (2018). Aile İlişkilerinin Sosyal Medya ile Çöküşü. *e-Journal of New Media/ Yeni Medya Elektronik Dergi -eJNM*, 2(1), 105-120.

Güngör, N. (2011). *İletişim Kuramları ve Yaklaşımları*. Ankara: Siyasal Kitabevi.

Kakırman Yıldız, A. (2012). Sosyal Paylaşım Sitelerinin Dijital Yerlilerin Bilgi Edinme ve Mahremiyet Anlayışına Etkisi. *Bilgi Dünyası Dergisi*, 13(2), 529-542.

Karademir, T., ve Alper, A. (2011). Öğrenme Ortamı Olarak Sosyal Ağlarda Bulunması Gereken Standartlar. *Uluslararası Bilgisayar ve Öğretim Teknolojileri Sempozyumu*, 731-743. 22-24 Eylül 2011, Elazığ.

Kırık, A.M. (2013). Gelişen Web Teknolojileri ve Sosyal Medya Bağımlılığı. A. Büyükaslan, ve A. M. Kırık, (Ed.), *Sosyal Medya Araştırmaları I* (s. 69-102). Konya: Çizgi Kitabevi.

May, A. 18-year-old suesparents for posting baby pictures on facebook. USA Today, (ET: 02.12.2019), <https://www.usatoday.com/story/news/nation-now/2019/12/02/18-year-old-sues-parents-posting-baby-pictures-facebook/90479402/>. (ET:02.12.2019).

Odabaşı, H. F., Mısırlı, Ö., Günüş, S., Timar, Z., Ersoy, M., Som, S. ve diğler. (2012). Eğitim İçin Yeni Bir Ortam: Twitter. *Anadolu Journal of Educational Sciences International (AJESI)*, 2, 89-103.

Ofcom. (2008). Social Networking: A quantitative and qualitative research report into attitudes, behaviors and use. London: Office of Communications (Ofcom).

Oktik, N. (2013). Sosyal Kontrol, Çocuk ve İnternet. 1. *Türkiye Çocuk ve Medya Kongresi Bildiriler Kitabı*. Çocuk Vakfı Yayınları, 1(5), 297-310.

Okumuş, V. (2018). *Çocukların Sosyal Medya Kullanımları ile Ebeveyn Tutumları Arasındaki İlişkinin İncelenmesi*. İstanbul Ticaret Üniversitesi, Sosyal Bilimler Enstitüsü, Aile Danışmanlığı ve Eğitimi Yüksek Lisans Programı. Yüksek Lisans Tezi. İstanbul.

Önder, M. (2008). Medya Kıskaçındaki Çocuklar. *Din Bilimleri Akademik Araştırma Dergisi*, 8(4), 183-190.

Öztürk, M., & Talas, M. (2015). Sosyal Medya ve Etkileşimi. *Journal of World of Turks*, 1(7), 101-120.

Parlak Yorğancı, D. (2018). Çocukların Sosyal Medya Kullanımlarına Yönelik Yetişkin Tutumları Üzerine Nitel Bir İnceleme. *Abant Kültürel Araştırmalar Dergisi*, 3(5), 182-202.

Parsa, A., F., Akmeşe, Z. (2019). Sosyal Medya ve Çocuk İstismarı İnstagram Anneleri Örneği. *Kadem Kadın Araştırmaları Dergisi*, 5(1), 163-191.

Shaffer, H. J. (1999). On the nature and meaning of addiction. *National Forum*, 79(4), 9-14.

Tahiroğlu, A. Y., Bahalı, K., Avcı, A., Seydaoğlu, G. ve Uzel, M. (2009). Ailedeki Disiplin Yöntemleri, Demografik Özellikler ve Çocuklardaki Davranış Sorunları Arasındaki İlişki. *Çocuk ve Gençlik Ruh Sağlığı Dergisi*, 16(2), 80.

Ulusoy, A. ve Bostancı, M. (2014). Çocuklarda Sosyal Medya Kullanımı ve Ebeveyn Rolü. *International Journal of Social Science*, 28, 559-572.

Ülker, M. (2012). *Medya Okur-yazarlığı Dersi Öğretmen Kılavuz Kitabının Öğretim Programı İle Tutarlılığının Değerlendirilmesi*. Gazi Üniversitesi. Doktora Tezi (Tez Nu:317136). Ankara. Doktora Tezi.

Ünver, M. (2019). *Sosyal Medyanın Ergenler Üzerindeki Sosyokültürel Etkileri (Yozgat İli Örneği)*. Tokat Gaziosmanpaşa Üniversitesi, Sosyal Bilimler Enstitüsü. Felsefe ve Din Bilimleri Anabilim Dalı. Yüksek Lisans Tezi. Tokat.

Yıldırım, A. (2014). İnternetin Görünen Yüzü. *KMÜ Sosyal ve Ekonomik Araştırmalar Dergisi*, 16(1), 51-59.

Yıldız, S. (2009). Uluslararası ve Ulusal Yasal Düzenlemeler Çerçevesinde İnternet Üzerinde Çocuk Pornografisi. *Erciyes Üniversitesi İletişim Fakültesi Dergisi*, 1(1), 180-195.

İNTERNET KAYNAKLARI

<http://www.yesilay.org.tr/tr/bagimlilik/teknolojibagimliliği> (ET:02.12.2019).

<http://www.lse.ac.uk/media@lse/research/EUKidsOnline/EU%20Kids%20Online%20reports.aspx>. (Erişim Tarihi: 01.12.2019).

<https://www.bbc.com/turkce/41281200> (Erişim Tarihi: 01.12.2019).

<https://www.haberturk.com/mavi-balina-nedir-mavi-balina-nasil-intihara-surukluyor-mavi-balina-oyunu-can-almaya-devam-ediyor-2442478> (Erişim Tarihi: 01.12.2019),

<https://www.cnnturk.com/saglik/cocuklari-ve-gencleri-sosyal-medyada-bekleyen-tehlikeler> (Erişim Tarihi: 01.12.2019).

<https://www.kaspersky.com.tr/resource-center/threats/top-seven-dangers-children-face-online>

ET: 02.12.2019.

<http://www.milliyet.com.tr/pembenar/sanal-alemdeki-tehlikeler-neler-2002951> (Erişim Tarihi: 03.12.2019).