



## Dijital Çağda Çocukluk ve Dijital Bağımlılıkların Anahtar Kavramı Olarak Dijital Obezite: Gazete Haberleri Üzerinden Betimsel Bir Analiz

*Childhood in the Digital Age and Digital Obesity as the Key Concept of Digital Addictions: A Descriptive Analysis of Newspaper News*

### ÖZET

Dijital çağ, kendine özgü kültürel dinamikleri çerçevesinde gündelik hayat pratiklerimizi ve iletişim biçimlerimizi yeniden şekillendirmektedir. Kuşkusuz bu çağın temel aktörü ve belirleyicisi konumunda olan dijital medyanın, içerisinde barındırdığı avantajlar ve riskler bakımından çok boyutlu bir değerlendirmeden geçirilmesi gerekmektedir. Günümüzde çocukların ve gençlerin yoğun bir şekilde kullandığı bu ortamlara eleştirel bir bakış açısıyla yaklaşıldığında nitelikli bilgilere ulaşmak mümkün hale gelmekte ve dijital medyanın sağlamış olduğu fırsatlar ön plana çıkmaktadır. Eleştirel bir gözle yaklaşılmadığı ve bilinçli bir şekilde kullanılmadığı durumlarda ise, dijital medyanın çocuklar ve gençler için etik sorunların yaşandığı bir alanı içerisinde barındırdığı ve bağımlılık oluşturarak dijital obezite gibi çeşitli dijital hastalıklara neden olduğu görülmektedir. Bu çalışmada, çocukların dijital medya bağımlılıkları ele alınarak dijital obezite kavramına yer verilmekte, ardından çocukların dijital medya bağımlılığını ve dijital obezite olgusunu konu edinen gazete haberlerinin betimsel analizi yapılmaktadır. Elde edilen bulgular, örneklem içerisine giren gazetelerdeki haberlerin daha çok çocukların dijital bağımlılığına ilişkin genel bilgiler sunduğunu, dijital bağımlılık ve dijital obezite ilişkisini sınırlı bir şekilde kurduğunu ortaya koymaktadır. Ayrıca çocukları dijital bağımlılıklardan ve dijital obeziteden korumayı amaçlayan uygulamaları konu edinen haberlerin sayıca az olduğu görülmekte, bu haberlerin artırılarak okuyucuya bilgi veren, uyarıcı ve harekete geçiren nitelikte sunulması gerektiği düşünülmektedir.

**Anahtar Kelimeler:** Dijital Medya, Çocuk, Dijital Bağımlılık, Dijital Obezite, Haberler

### ABSTRACT

The digital age is reshaping our daily life practices and forms of communication within the framework of its unique cultural dynamics. Undoubtedly, digital media, which are the main actor and determinant of this age, should be subjected to a multidimensional evaluation in terms of the advantages and risks it contains. When these environments, which are heavily used by children and young people today, are viewed critically, it becomes possible to access quality information and the opportunities provided by digital media come to the fore. In cases where digital media are not viewed critically and used consciously, it is seen that digital media contain an area of ethical problems for children and young people and cause various digital diseases such as digital obesity by creating addiction. In this study, children's digital media addiction is discussed and the concept of digital obesity is introduced, and then a descriptive analysis of newspaper articles on children's digital media addiction and the fact of digital obesity is carried out. The findings reveal that the news in the sampled newspapers mostly provide general information about children's digital addiction and establish the relationship between digital addiction and digital obesity in a limited way. In addition, it is seen that the number of news items about implementations aiming to protect children from digital addictions and digital obesity is low, and it is thought that these news should be increased and presented in a way that informs, stimulates and mobilizes the reader.

**Keywords:** Digital Media, Children, Digital Addiction, Digital Obesity, News

### GİRİŞ

Çocukluk, içerisinde bulunduğumuz modern çağ içerisinde üzerinde durulması gereken önemli bir dönemdir. Sağlıklı ve etik değerlerin bilincinde olan nesillerin yetişmesi, toplumların gelişme düzeyini belirleyen bir unsur olarak görülmelidir. Günümüz toplumlarında çocuklar fiziksel, psikolojik ve sosyal gelişim süreçleri içerisinde en çok medyadan etkilenmekte ve dijital medyayı aktif kullanan yeni bir nesil yetişmektedir. Çocukların arkadaşlarıyla dijital medya üzerinden haberleşmesi, eğitim süreçlerinin dijital medya üzerinden desteklenmesi, sıklıkla dijital oyunları oynaması onları bu teknolojik donanımlı araçlara bağımlı hale getirmekte ve gelişimleri bu araçlar vasıtasıyla şekillenmektedir. Kendine has bir kültürel ortam inşa eden dijital medya teknolojileri; haberleşmenin, bilgiye ulaşmanın, gündemi takip etmenin, boş zamanı değerlendirilmenin temel araçları olurken, içerisinde pek çok fırsat ve riskleri de barındırır bir özellik

Simge Deniz Demirel<sup>1</sup>

### How to Cite This Article

Demirel, S. D. (2023). "Dijital Çağda Çocukluk ve Dijital Bağımlılıkların Anahtar Kavramı Olarak Dijital Obezite: Gazete Haberleri Üzerinden Betimsel Bir Analiz", International Social Mentality and Researcher Thinkers Journal, (Issn:2630-631X) 9(68): 2829-2842. DOI: <http://dx.doi.org/10.29228/smryj.68187>

Arrival: 04 December 2022  
Published: 28 February 2023

Social Mentality And Researcher Thinkers is licensed under a Creative Commons Attribution-NonCommercial 4.0 International License.

<sup>1</sup> Dr. Öğr. Üyesi, Niğde Ömer Halisdemir Üniversitesi, İletişim Fakültesi, Gazetecilik Bölümü, Niğde, Türkiye



kazanmıştır. Sanayi toplumundan bilgi toplumuna geçiş ile, bilgi ve iletişim teknolojilerinde yaşanan gelişmeler insanları, toplumları birbirine yaklaştırarak dünyayı küçük bir köy haline getirerek sınırları ortadan kaldırmıştır (Balci, 2017: 114). Dijital medya teknolojilerinin gelişimine bağlı olarak küreselleşen kültürel değerler, bir toplumun kültürel değerlerinin aktarıcısı konumunda olan ve geleceğini şekillendiren çocukların da bu ortamlar üzerinden etkilendiğini ortaya koymaktadır.

Yeni teknolojilerin piyasaya sürülme hızının giderek arttığı düşünüldüğünde, radyodan televizyona, televizyondan bilgisayarlara, bilgisayarlardan mobil cihazlara kadar her yeni aracın çocukları nasıl etkileyeceği ve gelişimleri üzerinde nasıl bir etki yaratacağı endişeleri ön plana çıkmaktadır (Üstündağ, 2020: 31). Nitekim dijital çağ, dijital medyayı aktif kullanan ve yaratıcılığını destekleyebilen çoklu becerilere sahip olan çocukları yetiştirmeyi öncelikli hale getirirken, çocukların dijital medyanın tehditlerinden nasıl korunacağı sorusunu cevaplama ve uygulamaya geçirme yönünden yetersiz kalmaktadır. Teknolojinin olumsuz getirilerini tartışmaya açan bilimsel çalışmaların özünde, dijital medyanın toplumsal, psikolojik ve kültürel olarak çeşitli yönlerden değerlendirilmesi gereken olumsuz etkilerini ele alan bir yaklaşım söz konusudur. Çocukların gelişiminde geleneksel medyanın, dijital medyanın ve internetin olumsuz yansımalarını öne çıkaran çalışmalarda, medyanın çocukların üzerindeki olumsuz etkileriyle beraber çocukların bu araçları nasıl daha bilinçli ve nitelikli olarak kullanabileceği üzerinde de durulmaktadır. Çocukların ve gençlerin, dijital okuryazar olarak yetişmeleri, özellikle bilgi akışının yoğun bir şekilde gerçekleştiği dijital ortamlarda nitelikli ve doğru bilgiye ulaşmaları yönünden önemli bir kolaylık sunmakta, kendileri için tehdit oluşturabilecek içeriklerden korunmalarına da imkân sağlamaktadır. Dijital medya eleştirel okunduğunda, nitelikli bilgiye ulaşma yönünde önemli bir ortam olarak görüldüğünde kitleler için oldukça önemli bir özgürlük ortamı sunarken, bu ortamlara bilinçsizce ve kontrolsüzce yaklaşıldığında, her bilgi sorgulanmadan kabul edildiğinde ise, kullanıcılar için etik sorunları ve sağlık problemlerini gün yüzüne çıkarabilmektedir.

Günümüz modern toplumları, küresel bağlamda değerlendirilebilecek pek çok hastalıkla savaşıırken, teknolojik ortamların aşırı ve bilinçsiz kullanımı bağlamında ele alınması gereken dijital temelli bağımlılıklara ve hastalıklara da şahit olmaktadır. Dijital medyanın sürekli ve bilinçsizce kullanımı, özellikle çocukların ve gençlerin gelişimlerini olumsuz etkilemekte ve onları bu ortamlara bağımlı kılarak pek çok dijital hastalığın oluşmasına yol açmaktadır. Dijital medyayı gündelik hayat pratiklerinin merkezine koyan ve dijital medyadan bağımsız bir saat bile geçiremeyen kullanıcılar dijital obezite rahatsızlığına kolayca yakalanabilmekte, bu durum kendi özgürlüklerini ve yaratıcılıklarını ortadan kaldırmaktadır. Dünyada çocuklar da dahil olmak üzere pek çok kullanıcının dijital obezite olgusu hakkında bilgi sahibi olmadan bu rahatsızlığı yaşadığı ve belirtilerini gösterdiği söylenebilmektedir. Dijital obezite, sağlık bilimleri ve sosyal bilimlerde yer bulan yeni bir kavram olup, multidisipliner bir bakış açısıyla değerlendirmeye alınan ve üzerine henüz sınırlı sayıda araştırmaların gerçekleştirildiği bir alandır. Dijital medyanın ve içeriklerinin yoğun bir şekilde tüketimine bağlı olarak oluşan bu rahatsızlık hali, zihnin dijital medya üzerinden pek çok bilgiye maruz kalması sonucu aşırı doyunlaşarak şişmanlamasını ifade eden bir anlama sahiptir. Böylelikle zihin tembelleşmekte, yaratıcılığını kaybetmekte, çözüm odaklı olmaktan uzaklaşmakta ve kontrolünü dijital mecralara kaptırmaktadır. Artık günümüzde sadece yetişkinler değil çocuklar da adım adım dijital obeziteye yakalanırken, kuşkusuz bireylerin ruhsal ve fiziksel sağlıklarını tehdit eden bu sağlık sorununun ortadan kaldırılması konusunda yapılması gerekenler ise, dijital okuryazarlığın gelişimi ve yaygınlaşmasıyla doğrudan bağlantılıdır.

Bu çalışmada, çocukların dijital medya ile olan ilişkisi incelenmekte, çocuklarda yoğun ve bilinçsiz dijital medya kullanımı sonucu oluşan dijital bağımlılık ve dijital obezite olgusu ele alınmaktadır. Çalışmanın yöntem kısmında ise, çocukların dijital medya bağımlılığını ve dijital obezite olgusunu konu edinen gazete haberleri ele alınarak betimsel analiz yoluyla değerlendirmesi yapılmaktadır. Elde edilen bulgular, bu haberlerin çocukların dijital medya bağımlılığını ve bunun yansımaları olarak dijital obezite olgusunu nasıl ele aldığını ve teknoloji temelli bu sağlık sorunlarından korunmaya yönelik nasıl bir perspektif sunduğunu belirlemek bakımından önem taşımaktadır. Diğer yandan, dijital bağımlılıklarla ve söz konusu bağımlılıkların açıklanmasında başvurulması gereken anahtar bir kavram olarak görülebilecek dijital obeziteyle mücadelede nasıl bir yol izlenmesi gerektiğine yönelik yapılması gerekenlerin gazete haberleri üzerinden ortaya konması medyanın konuyla ilgili üstlendiği rolü ortaya koyması bakımından değerli görülmektedir.

## **DİJİTAL ÇAĞDA ÇOCUK OLMAK**

Dijitalleşme, toplumsal ve kültürel bağlamda merkeze konulması ve bu merkezden hareketle farklı etkileriyle beraber tartışmaya açılması gereken bir kavramdır. Dijital medyanın iletişime, haberleşmeye, eğitime hızlı ve etkileşimli bir biçim sunan yapısı pek çok fırsatı beraberinde sunarken, kontrolsüz kullanımı doğrultusunda oluşan etik sorunlar ise, birtakım riskleri de gün yüzüne çıkarmaktadır. Dijital medyanın risklerinden en çok etkilenen kullanıcılar ise, çocuklar ve gençler olmaktadır. Çocukların sanal dünyanın sunmuş olduğu renkli ve

büyülü dünyaya hızlı ve yoğun bir şekilde kanalize olması, onları dijital kültürün önemli bir parçası haline getirmekte ve bu kültürün dışına çıkması engellenmektedir. Söz konusu bu kültür, çocukların yaratıcılıklarını destekleme, çoklu becerilere sahip olma özelliklerini ön plana çıkartarak çocukluğu üstün yetenek ve zekâ ile yüceltirken, kendi kültürel ideolojisini de meşrulaştırmaktadır. Dijitale entegre eğitim faaliyetlerini sürdüren, arkadaşlarıyla ve eğitimcilerle sosyal gruplar üzerinden aktif olarak haberleşebilen, dijital medya üzerinden araştırma yapabilen, yabancı dil öğrenebilen, oyunlar oynayabilen ve sorunları dijital cihazlar üzerinden çözebilen çocukluk inşası, küresel kapitalist sistemin dijital medya üzerinden kendisini var etmesinin bir yansımasıdır. Dijital medya ortamlarının, artık ekonominin ana omurgası haline gelmesi değer sistemini değiştirmiş ve fiziksel varlıklar karşısında veriyi temel zenginlik kaynağı haline getirmiştir (Yaşın, 2021: 327). Dolayısıyla sınırsız verinin dijital medya üzerinden dolaşıma sokulması, nitelikli olan ve olmayan bilginin arasındaki sınırı zamanla bulanıklaştırırken bu bilgiye maruz kalan çocuklar ise, kendi gerçekliğini ve kimliğini bu veri kaynakları üzerinden yapılandırmaya başlamıştır. İçerisinde bulunduğumuz çağ, çocukluk algısının dijital medyaya entegre ve bağımlı bir şekilde çerçevelenmesine neden olurken, çocuğun serbest zaman etkinlikleri, sosyalleşme ve oyun faaliyetleri bu ortamlar çerçevesinde yeniden şekillendirilmektedir.

Teknoloji, yaşadığımız dönemin temel aracı ve içerik belirleyicisi konumunda olduğundan teknolojiyi anlamak ile teknoloji karşıtlığı arasına bir mesafe koymak gereklilik arz etmektedir (Timisi, 2016: 17). Ancak dijital medya ile büyük verinin hayatlarımızı kuşattığı günümüz toplumlarında teknolojinin olumsuz yansımaları ve avantajları arasındaki çizgiyi net olarak ortaya koyabilmek ve dijital medya ortamlarının kullanımı konusunda bu ayrımı yaparak bir seçimde bulunabilmek oldukça güç bir hal almaktadır. Söz konusu çocuklar olduğunda bu durum daha da karmaşık bir hal almakta ve dijital medya ile dolaşıma çıkarılan bilgilerin kontrolü konusunda yetersiz kalmaktadır. Modern çağa özgü dijitalleşen bilgi, artık kontrol edilemez ve sınırlandırılmaz bir hal alırken; çocuklar, gençler ve yetişkinler de bu bilgi yığınları içerisinde nitelikli bilgiye ulaşabilmek adına ne yapacağını bilememektedir. Bilgi ağları tarafından biçimlendirilen günümüz dünyasında bu ağlar üzerinden bilgi kirliliğine maruz kalan kişilerin bilinçleri de biçimlendirilmekte ve kirliliğe dönüşmektedir (Güngör, 2016: 403). Kuşkusuz zihinleri dijital ortamlar tarafından yönetilen bireyler, dijital medyaya bağımlı bir hayat yaşamaya başlamakta, bu ortamlara bağlı olarak gündelik faaliyetlerini oluşturmakta, sosyal ilişkilerini, eğitim hayatını ve iş akışını bu ortamlardan ayrı bir şekilde gerçekleştirmekte güçlük çekmektedir. Diğer yandan, erken çocukluk döneminden başlayan dijital medya kullanımı, bu ortamlara bağımlı bir neslin oluşmasına neden olurken, artık çocukluğun dijital medya üzerinden şekillendirildiği ve algılandığı bir yeni medya düzenini açığa çıkarmaktadır. Çocukları gerçek toplumsal ilişkilerden ve doğadan koparıp teknolojiye bağımlı hale getiren bu yeni medya düzeni, onların özgüvenlerini kazanmalarını sanal ortamlara bağlı kılarken, çocuğu ne bilgi yönünden zenginleştirmekte ne de beceri yönünden geliştirmektedir (İnal, 2020: 13).

Medya, geçmişten günümüze toplumların kültürel, sosyal ve psikolojik gelişimlerinde etkili olan bir eğitim mekanizmasıdır. Bulunduğu dönemin tarihsel, ekonomik ve teknolojik yapısına bağlı olarak şekillenen niteliği, o dönemin kültürel yapısını da doğrudan etkilemektedir. Geleneksel medyanın yanına eklenen ve bugün oldukça yoğun bir kullanım alanına sahip olan dijital medya, kendine has inşa ettiği kültürel kodlar ile metalaşan bilginin önünü açmaktadır. Bu kültürel kodlar aracılığıyla dijital medyanın ve sosyal ağların, küresel kapitalist sistemin devamlılığını sağlaması için kullanıcılarda birtakım gereksinimler yarattığı ve bu ihtiyaçların devamlı olarak giderilme isteğini canlı tutarak onları bu araçlara bağımlı kıldığı söylenebilmektedir. Söz konusu bu işleyiş geleneksel medyanın aksine dijital medyada yoğun devasa boyuttaki bilgi akışı ve renkli bir hayat vaadiyle gerçekleştirilirken, kullanıcılara belirli bir hayat tarzı aşılarda, sanal bir kimlik oluşturmada ve nasıl düşünmesi gerektiğini inşa etmiş olduğu dijital kültür üzerinden öğretmektedir. Günümüzde makinelerin ve teknolojinin üretim için gelişmesini temel alan ilerleme anlayışı, kapitalist sistemin insanlığı ve doğayı tahakkümü altına almasıyla özdeşleşmiş, böylelikle hem akıl hem düş gücü körelmeye başlamıştır (Zipes, 2010: 227). Modern çağ içerisinde gelişimini sürdüren çocuklar da bu araçların en çok hitap ettiği ve ulaşmayı hedeflediği kesimlerden birisi olurken, çocuklarda bağımlılık yaratılarak onların da metalaşan bu alana hizmet etmesi sağlanmaktadır. Erken çocukluk döneminde ebeveynler tarafından çocukların yemek yemesi ve huzursuzluğunun giderilmesi için sıklıkla başvurulmuş dijital mecralar, çocukların bu ortamlardan bağımsız kaldığında öfkelenmesine ve mutsuz hissetmesine neden olmaktadır. Oyunların, filmlerin ve reklamların çocukların dikkatini çekerek bu ortamlara bağımlı bir alan yaratması; mobil cihazların, bilgisayarların ve internet ağlarının tahakkümü altına girmesine yol açmaktadır.

Medya, teknolojik gelişmelere bağlı olarak çocuklar üzerinde güçlü bir etki yaratmakta ve çocuğa anne babasının sunabileceğinden daha fazla modeller sunabilmekte, cazip ve arzulanmış bir özelliğe sahip olarak toplumun, kültürün ve okullaşmanın önüne geçmekte ve bunları tek elden sağlayabilen bir araç olma özelliğini göstermektedir (Pembecioğlu, 2021: 54). Çocukların aktif olarak içerik tükettikleri ve aynı zamanda ürettikleri bir alan olarak dijital medya, zamanlarının çoğunu bu ortamlarda geçirmesine neden olurken, onları fiziksel ve

psikolojik olarak bu ortamlara bağımlı kılmaktadır. Dahası, bu dijital mecralara bağımlılık eğlence, boş zaman etkinlikleri, sosyalleşme, diğerleriyle iletişim kurma, oyun oynama, dizi izleme, araştırma yapma, başkalarından gelen güncel paylaşımları kaçırmama şeklinde ihtiyaç yaratılarak geliştirilirken, bu ihtiyaçların karşılanmadığı durumlar çocuklarda gerginliğe, öfkelenmeye ve şiddete sebebiyet verebilmektedir. Son zamanlarda, dijital medyanın çocuklar üzerindeki olumsuz etkisini ele alan ve araştıran çok sayıda çalışma yapılmakta olup, bu etkilerin ortadan kaldırılmasına yönelik izlenecek politikaların ve eğitim planlarının neler olması gerektiği üzerine tartışmalar gerçekleştirilmektedir. Bu tartışmaların önemli bir ayağı da dijital medya okuryazarlığı ile bağlantılı olmakla birlikte konuya yönelik atılması gereken her adımın bilinçli ve eleştirel dijital okuryazarlar yetiştirmek adına katkı sağlaması beklenmektedir. Dijital medya etiği bağlamında konuya yaklaşıldığında, hem verileştirilmiş bir dünya içerisinde nasıl ve ne şekilde yaşanması gerektiği, hem de büyük verinin istismarının nasıl önleneceği üzerine tartışmaların devamlılığının sağlanması zorunluluğu ile karşılaşmaktadır (Zwitter, 2019: 172). Bu bağlamda çocukların dijital medya temelli etik sorunlarla karşılaşması ve aynı zamanda bu ortamlara bağımlılık geliştirmesi durumlarıyla mücadele edilmesinde medyanın nasıl ve ne şekilde bir rol üstlenmesi gerektiği üzerinde durulması oldukça önemlidir. Ayrıca bugün pek çok çocuk ve genç bu ortamlara bağımlılık geliştirirken ruhsal ve fiziksel yönden olumsuz etkilenmekte ve dijital temelli pek çok hastalığa yakalanmaktadır. Söz konusu dijital iletişim çağına özgü bu sağlık sorunlarının çözümünde izlenecek yolun yine medya üzerine temellenen bir yaklaşımı içerisinde barındırması gerekmektedir. Nitekim günümüzde dijital teknolojiler ve ortamlar ile kişilere rahatlıkla ulaşılabilmekte ve onları çeşitli sağlık sorunları hakkında bilgilendirmek ve uyarmak kolaylaşmaktadır (Durgeç, 2021: 34).

## **ÇOCUKLARDA DİJİTAL BAĞIMLILIK ÇERÇEVESİNDE GELİŞEN DİJİTAL OBEZİTE OLGUSUNA BAKIŞ**

Dijital medya ve internet ağları, günümüzün en önemli iletişim ve haberleşme araçları olduğu gibi bu araçların bilinçsizce kullanımından kaynaklı pek çok sorunla karşılaşmaktadır. Teknoloji bilinçli olarak kullanıldığında ve bireylerin kontrolünde başvurulduğunda, bu araçların özgürlük alanı sunduğu ve kamusal alanın gelişimine destek sağladığı görülebilmektedir. Demokratik kültürlerde, geleneksel medyanın karşısında alternatif olma özelliği üstlenmesi beklenen bu araçların, nasıl ve ne şekilde kullanılırsa bu alana hizmet edebileceği üzerinde durulması gerekliliği ortaya çıkmaktadır. Ancak küresel kapitalist sistemin internet ağları üzerinden yeniden bir yapılanma alanı yaratması, dijital medyanın bu işlevini sekteye uğratmakta ve dijital medya aracılığıyla dolaşıma sokulan bilgiler ve bu bilgileri tüketen, üreten kullanıcılar da dahil olmak üzere metalaşmaktadır. Sınırsız bir şekilde üretilen bilgiler, ağlar aracılığıyla sosyal platformlar, uygulamalar ve veri tabanları ile dolaşıma sokulurken, bu bilgileri eleştirel olarak değerlendirebilmek oldukça güç bir hal almaktadır. Günümüz dijital medya kullanıcıları daha çocuk yaştan itibaren bu ortamlarla tanıştığından, zamanla bu ortamların dışına çıkmakta zorlanmakta ve bu ortamlara bağımlılık geliştirmektedir.

Toplumda teknolojik araçların kullanımına bakıldığında, çocuk ve gençlerde kullanımın oldukça yoğun olduğu, böylelikle teknoloji kullanımına bağlı olarak gün yüzüne çıkan problemlerin de yine en fazla bu kesimleri etkileyebileceği söylenebilir (Berber Çelik, 2022: 108). Teknoloji bağımlılığının en çok çocukları ve genç kesimi etkilemesi, toplum içerisinde ruhsal ve fiziksel yönden sağlıklı bireylerin de yetişmesinde bir engeldir. Bu bağlamda alana ilişkin yapılan her çalışmada konunun farklı yönleri, etkileri ele alınırken ve çözüm aranırken, toplumların sağlıklı gelişimi ve ilerlemesi yönünde de büyük adımlar atılmış olmaktadır. Bir toplumun gelişiminde temel oluşturan ve geleceğini şekillendiren çocukların teknoloji bağımlılıkları üzerinde durulması, toplum içerisinde yaygınlaşan bu sorunun odağında olmayı sağlarken, çocukların sağlıklı bireyler olarak yetişmesini kolaylaştırmaktadır. Çocukların dijital bağımlılıklarını konu edinen araştırmaların henüz başlangıç seviyesinde olduğunu belirtmek gerekir (Hawi at al., 2019). Ancak dijital medyanın çocukların sağlığını, bilincini olumsuz etkilemesi ve dünya genelinde pek çok çocuğun bu ortamları sürekli kullanıyor olması, dijital medyanın çocukların üzerindeki olumsuz etkisini teknoloji bağımlılığı üzerinden ele alan ve araştıran çalışmaların sayısını her geçen gün arttırmaktadır. Bu çalışmalar, hangi bilimsel çerçeveden ve metodolojik yöntemlerden yararlanırsa yararlınsın, genelinin odağında bu araçların risklerinden çocukların ne şekilde korunabileceği ve dijital medyayı bilinçli olarak nasıl kullanabileceği üzerinde durulmaktadır. Literatüre bakıldığında; eğitim, sağlık ve iletişim bilimleri gibi alanların; teknolojinin çocuklar üzerindeki bağımlılık sürecini ele aldığı ve farklı bilimsel perspektiflerden tartışmaya açtığı görülmektedir.

Mustafaoglu ve diğerlerinin (2018) yapmış olduğu çalışmada, çocukların teknolojik cihazları uygun olmayan sürelerde, sıklıklarda ve farklı duruş pozisyonlarında kullanmaları sonucu, çeşitli gelişimsel problemlerin ve sağlık sorunlarının ortaya çıkabileceği ve çocuklarda, ergenlerde sağlıklı yaşamı geliştirebilmek için teknolojik cihaz kullanımının kontrolünün sağlanması, onların fiziksel aktivitelere yönlendirilmesi, sağlıklı beslenmelerinin sağlanması gerektiği vurgulanmaktadır. Karateke (2020) çalışmasında, çocukların oyalanması ve etkinlik gerçekleştirme aşamasında ebeveynlerinin sanal ortamlara başvurusu, ileride çocukları nasıl



teknolojiyi kötüye kullanmaya doğru ittiğini duygu düzenleme üzerinden tartışmaya açmakta, teknolojiyi kötüye kullanmaya yönelik çareler arayışı içerisinde duygu düzenleme ve sağlıklı bağlanma üzerine öneriler sunmaktadır. Üstündağ (2022) çalışmasında, sosyal medya, akıllı telefon ve oyun bağımlılığı arasında ilişki olduğunu ortaya koymakta, araştırmasının sonucunda çocukların tamamının cep telefonu olduğu, oyun oynadıkları, sosyal medyayı kullandıkları ve akıllı telefon kullanımıyla hem sosyal medyaya hem de oyunlara bağımlılık geliştirdikleri üzerinde durmakta ve çocukların bu ortamları nitelikli kullanabilmeleri için medya okuryazarlığının önemi üzerine vurgu yapmaktadır. Alper ve diğerleri (2015) çalışmasında, video oyunların çocuklar ve yetişkinler üzerindeki etkisini araştırmakta, çocuklarda video oyun bağımlılığının pek çok etkenle ilişkili olduğu sonucunu ortaya koymakta, görsel medyanın her ne kadar olumlu yanları da olsa çocuklara ve yetişkinlere yönelik zararı da olduğu belirtilmektedir. Bayhan (2013) çalışmasında, sosyal medyanın ve internetin çocuk ve genç kuşak için yarar sağlayabileceği gibi, zamanın çoğunu bu ortamlarda geçiren çocukların ve gençlerin ise, bu ortamlara bağımlılık geliştirebileceğine dikkat çekmektedir. Çocukların ve gençlerin dijital bağımlılıklarını merkeze koyan tüm bu çalışmalara ilişkin örnekler arttırılabileceği gibi, dijital medya bağımlılığı sonucu oluşan küresel bir salgın olarak ifade edilebilecek dijital obezite olgusunu çocuklar üzerinden ele alan çalışmalara hiç rastlanmadığı görülmektedir.

Çocukların yoğun olarak dijital mecraları kullanması ve günlük hayat aktivitelerinin çoğunu bu araçların işgal etmesi, onları dijital bağımlılığa sürüklerken zamanla bu bağımlılık biçimi farklı dijital hastalıkları meydana getirebilmekte, çocuklar ruhsal ve fiziksel yönden olumsuz etkilenecek sağlıklarını yitirebilmektedir. Dijital obezite olgusu da, çocukların yoğun teknoloji kullanımına bağlı olarak gelişen ve onların zamanla zihinlerini tembelleştiren, yaratıcılıklarını ortadan kaldıran ciddi bir sağlık problemi olarak görülmektedir. Kuşkusuz çocuklar ve gençler için ciddi bir tehdit oluşturan dijital obezite, toplumların gelişmesinde ve sağlıklı, bilinçli dijital okuryazar bireylerin yetişmesinde büyük bir engel oluşturmaktadır. İçerisinde bulunduğumuz teknoloji toplumunda küreselleşme olgusuyla ilişkili olarak dijital medyada yer alan içerikler hızlı ve yoğun bir şekilde tüketilmektedir (Bayrak ve Cihan, 2021). Üstelik erken yaşlarda dijital teknolojilerin yoğun ve bilinçsiz kullanımı, her geçen gün teknolojiye bağımlı bireylerin yetişmesine neden olurken, dijital medya ile dolaşıma çıkan bilgilerle etik olmayan durumlar gündeme gelmekte ve dezenformasyon sorununa yönelik bilinçli bir kitle ve toplum inşasından uzak kalınmaktadır. Artık bilgiye günün her saatinde ulaşabilen çocuklar, gençler ve yetişkinler bu yoğun bilgi akışı içerisinde eleştirel düşünememekte, doğruyu yanlış bilgidan ayıramamakta, herhangi bir sorun olduğunda çözüm üretememekte ve sosyal ilişkilerini sadece bu araçlar üzerinden gerçekleştirerek gerçek hayatta asosyal bir kişiliğe bürünmektedir. Bu durumda medyayı eleştirel okumanın, dijital medya kullanıcıları için içerisinde bulunduğumuz çağda zorunlu bir kazanım olması beklenmektedir. Nitekim günümüzde özellikle medyanın manipülasyon, dezenformasyon ve propaganda için olası bir araç olması, medyayı eleştirel olarak okumanın oldukça önemli olduğunu göstermekte ve medya çıktılarının nasıl çerçvelendiğine ilişkin okuma becerisi kazanma gerekliliği ön plana çıkmaktadır (Bostancı, 2019: 85). Çocukların böyle bir ortamda dijital mecraları oldukça dikkatli, kontrollü kullanma ve eleştirel bir gözle değerlendirme yetisi kazanması, gerek kendi sağlıklarını tehdit eden kullanım biçimlerinden ve sürelerinden gerekse de etik sorunların temelinde yer alan yanlış bilgilerden, mahremiyeti tehdit eden durumlardan korunmasına katkı sağlamaktadır. Böylelikle ister çocuk, ister genç isterse de yetişkin olsun dijital medya kullanıcılarının bu ortamlarda karşılaştığı etik sorunların çözümünde etkili olabilmesi için farkındalık kazandırmayı ve bilinci arttırmayı hedefleyen bilgi ve becerileri kazanmış olması gerekmektedir (Binark ve Bayraktutan, 2013: 150).

Dijital medya, günümüzde yaşanan etik sorunların dışında bilinçsizce kullanımından kaynaklı fiziksel ve ruhsal sağlık problemlerini de beraberinde getirmektedir. İçerisinde bulunduğumuz küresel iletişim çağı, dijital medya temelli birtakım hastalıkların da gündeme gelmesine neden olurken, bu hastalıkların önlenmesinde dijital okuryazarlık uygulamaları başta olmak üzere, dijital medyayı sınırlı kullanmaya odaklı dijital detoks ve dijital diyet uygulamaları adı altında çeşitli çareler aranmaya başlanmıştır. Ayrıca sadece tek başına dijital okuryazarlık elbette yeterli olmamakla birlikte, dijital medyada etik sorunların yaşanmasına ve yanlış bilgilerin yayılmasına neden olan platformların bu konuda sorumluluk alması ve konuya yönelik kanun ve yönetmeliklerin olması gerektiği şekilde uygulanması beklenmektedir (Third, 2022). Diğer yandan, tüm bu yaşanan etik sorunlara ve sağlık problemlerine yönelik çareler arayışının özünde, öncelikle dijital medyanın yoğun kullanımına bağlı olarak ortaya çıkabilecek olumsuz dinamiklerin de toplum tarafından bilinmesi ve özellikle çocuklara, gençlere söz konusu bu rahatsızlıklar ve etik sorunlar hakkında bilgi verilmesi yer almaktadır.

Dijital bağımlılıklar ve hastalıklar, sağlık bilimleri ve sosyal bilimler içerisinde araştırmaya alınan ve değerlendirilen yeni kavramlara kapı aralamaktadır. Dijital bağımlılıkların en temel belirtilerinden ve yansımalarından birisi olarak dijital obezite de, küresel olarak çocuklar, gençler ve yetişkinler arasında en sık görülmeye başlanan çağımızın dijital sağlık problemlerinden birisi olarak ifade edilebilecek yeni bir

kavramdır. Dünya Sağlık Örgütü, obeziteyi, sağlığı bozabilecek aşırı yağ birikimi olarak tanımlamakta, öyleyse dijital obeziteyi de sağlığı bozabilecek aşırı bildirim alımı olarak ifade etmek mümkündür (Akkuş, 2019). Çocukların ve gençlerin neredeyse günün her saatinde mobil cihazları kullanır hale gelmesi, bilgi edinme aracı olarak sadece dijital medyayı kullanması, arkadaşlarıyla iletişim ve sosyalleşme sürecinde WhatsApp gruplarını, sosyal medya hesaplarını ve dijital oyunları öncelikli mecralar olarak tercih etmesi onları her geçen gün bu araçlara bağımlı kılmakta ve dijital obez haline getirmektedir. Çocukların, evde ve okulda sürekli olarak teknolojiyle karşılaştığı düşünüldüğünde televizyonun, video oyunlarının, internetin ve akıllı telefonların çocukların gelişimlerinde biçimlendirici bir rol üstlendiği söylenebilmektedir (Bavelier at al., 2010) Söz konusu bu kullanım alanları ve buna bağlı olarak başvuru ortamları, bilinçsiz bir şekilde tercih edilerek tüketildiğinde çocukların zihinlerine ve fiziksel gelişimlerine olumsuz etki etmektedir. Çocuklar hareketsiz bir yaşam sürerek devamlı bu araçlarla vakit geçirdiğinde, fiziksel ve zihinsel bu ortamlara bağımlı hale gelmekte ve bu araçlar gündelik hayat akışı içerisinde tüm faaliyetlerini yönlendirmektedir. Dijitale bağımlı çocuklar, sürekli olarak bu araçlara kanalizasyon olduğundan zamanla zihinsel düşünme yetilerini kaybetmekte, yaratıcılıkları, gerçek hayattaki sosyal ilişkileri olumsuz etkilenmekte ve sorun çözme yetilerini kaybetmektedir. Çocuğun bu ortamlardan uzaklaşma hali ise, onu tedirgin ederken öfkelenmesine ve huzursuz hissetmesine yol açmaktadır.

Modern çağda pek çok çocuk, mobil cihazlara, dijital oyunlara, videolara ve sosyal medyaya bağımlılık geliştirirken, kendisine sanal bir dünya üzerinden kimlik inşa etmekte ve bu ortamlar vasıtasıyla kendi algısını biçimlendirmektedir. Dolayısıyla çocuklar dijital obezite olgusuyla çok erken yüzleşebilmekte, bu durumun kendisini nasıl etkilediğinin ve gelişimine zarar verdiğinin farkında olmadan bu ortamlara bağımlılık geliştirmektedir. Çocukların zihinlerinin sürekli ve kontrolsüzce kullanılan dijital ortamlardan edinilen bilgilerle dolup taşması, onları gerçek hayata yabancılaştırmakta ve dijital medyanın kontrolü altına sokmaktadır. Küresel kapitalist sistemde metalaşan içeriklerin ve uygulamaların amacı, bu sisteme hizmet edebilecek bireylerin yetiştirilmesidir. Çocukların da aktif dijital medya kullanıcıları olarak bu metalaşan içeriklerin ve uygulamaların en birincil tüketenleri olduğu düşünüldüğünde, zaman içerisinde bu sisteme hizmet eder hale geldiği görülmektedir. Çocukların dijital medyada dolaşıma çıkarılan sınırsız içeriklerle ve renkli sanal uygulamalarla zihinleri dolmakta ve zamanla çocuklar kendini bu içeriklerden soyutlayamaz hale gelerek nitelikli bilgiyi niteliksizden ayıramayarak hepsini içselleştirmektedir. Kuşkusuz dijital obeziteye, dijital bağımlılıklara ve hastalıklara ilişkin çocukların bilgilendirilmesi, bu konuda atılması gereken adımların ilkinin oluşturmaktadır. Medyanın toplumu eğitme ve bilgilendirme işlevi göz önünde bulundurulduğunda ise, bu süreçte üstlenmesi gereken rolün, dijital bağımlılıklara ve dijital obeziteye yönelik bilgileri sağlık ve teknolojiyi konu edinen haberler vasıtasıyla çocuklara, gençlere ve yetişkinlere aktarması şeklinde olduğu düşünülmektedir.

## YÖNTEM

### Araştırmanın Amacı

Bu çalışmada, çocukların dijital bağımlılığını ve dijital obezite konusunu ele alan dijital gazetelerdeki haberler niteliksel olarak incelenmekte, bu haberlerin toplumu konuya ilişkin hangi yönlerden bilgilendirdiği ve bu sorunların çözümünde nasıl bir rol üstlendiği üzerine bir değerlendirme yapılmaktadır. Dijital bağımlılıkların toplumun çeşitli kesimleri ve özellikle de çocuklar, gençler üzerindeki etkilerini ele alan çalışmaların varlığı oldukça değerli olup, dijital bağımlılıklarla yakından ilişkili olan dijital obezite üzerine literatürde oldukça az çalışmaya rastlanmakla birlikte, bu olgunun çocuklar üzerindeki etkisini inceleyen hiçbir çalışma bulunmamaktadır. Özellikle teknoloji bağımlılığının çocuklar üzerindeki etkisini medyada yer alan haberler aracılığıyla incelemek, dijital obezite olgusuna nasıl yaklaşıldığını ortaya koymak ve bu sağlık problemlerinin ortadan kaldırılması yolunda medyanın haberler vasıtasıyla nasıl bir rol üstlendiğini tartışabilmek açısından betimsel analizin önemli olduğu düşünülmektedir.

Çalışmada teknoloji bağımlılığının ve dijital obezite olgusunun çocukların üzerindeki etkisinin, çocukların söz konusu bu rahatsızlık türlerinden nasıl korunması gerektiğine ilişkin bilgilendirme ve uyarı sürecinin haberler aracılığıyla ortaya koyulması amaçlanmıştır. Örneklem içerisine giren gazetelerde yer alan haberler, araştırma sorularına uygun olarak başlıkların/kategorilerin belirlenmesi yoluyla betimlenmiştir. Toplumsal bağlamda önem taşıyan bir olgunun ya da konunun mevcut durumunu açıklamaya ve çıkarımda bulunmaya yönelik bir tasarım modeli olarak görülebilecek betimsel yaklaşım, özellikle sosyal içerik platformlarının günümüzdeki özelliklerini anlamlandırabilmek adına önem taşımaktadır (Göker ve Keskin, 2015). Nitel analiz, konuyu veya bir durumu belirlenen kategoriler ve unsurlar üzerinden araştırmacının içeriğe ilişkin alıntılarını da dahil ederek değerlendirmesi ve yorumlaması üzerine temellenmektedir. Araştırmacıya herhangi bir konunun daha önceden belirlenen unsurlar üzerinden konuyu yorumlayarak aktarmasında önemli bir alan sunmakta ve konunun arka plan bilgileriyle ve farklı boyutlarıyla net bir şekilde değerlendirilmesinde önem taşımaktadır. Berg & Lune'e

(2015: 19) göre nitel araştırmalar, nesnelere anlamlarını, kavramlarını, tanımlamalarını, karakteristiklerini, sembollerini ve tasvirlerini ortaya koymaktadır. Dolayısıyla nitel araştırmalar, araştırmaya yönelik içeriklerin değerlendirildiği, sınıflandırıldığı, tanımlandığı ve içeriğin ne olduğuna dair bilgiyi aktarmayı amaçlamaktadır. Sosyal bilimler içerisinde nitel araştırmalar kapsamında kullanılan yöntemleri, içerik analizi ve betimsel analiz şeklinde ifade etmek mümkündür.

Betimsel analiz, çeşitli veri toplama araçlarıyla elde edilen verilerin daha önceden belirlenmiş temalar çerçevesinde yorumlanmasıdır (Dolar ve Koran, 2021). Bu araştırma biçiminde konunun daha önce belirlenen ve sınırları çizilen kavramsal ve kategorisel unsurları çerçevesinde toplanan verilerin incelenmesi gerekmektedir. Bu bağlamda betimsel analizde konuya ilişkin iyi oturtulmuş bir kavramsal çerçeve, araştırmanın temelini sağlam atılmasını kolaylaştırmakta ve araştırmacıya yol göstermektedir. Betimsel analiz ile elde edilen veriler; sistematik, planlı ve düzenli bir şekilde çalışmada yorumlanarak aktarılmaktadır. Betimsel analiz; çerçeve oluşturma, tematik çerçeveye göre verilerin işlenmesi, bulguların tanımlanması ve son olarak yorumlanması şeklinde dört aşamadan oluşmaktadır (Sözbilir, 2009). Bu çalışmada da, örneklem içerisinde yer alan çocukların teknoloji bağımlılığı üzerinden dijital obeziteyi konu edinen haberlerin, belirlenen başlık ve kategoriler adı altında betimlemeleri yapılmış ve analize tabi tutulan haberler vasıtasıyla medyanın bu konuyu nasıl ele aldığı tartışmaya açılmıştır. Çalışmaya ilişkin üzerinde durulan ve cevapları aranan sorular şu şekildedir:

**A.S.1.** Çocukların dijital bağımlılığı ve bu durumun bir yansıması olarak beliren dijital obezite olgusu haberlerde ne şekilde aktarılmaktadır?

**A.S.2.** İncelemeye alınan haberlerde çocukları dijital bağımlılıklarından ve dijital obeziteden korumak adına nasıl bir içerik sunulmaktadır?

**A.S.3.** Dijital bağımlılıklar, dijital obezite ve çocuk ilişkisi bağlamında gazetelerde yer alan haberlerin niteliği (bilgilendirici, uyarıcı ve önleyici vb.) nasıldır?

### Verilerin Toplanması ve Analizi

Çalışmanın amacına uygun olarak belirlenen çocukların dijital bağımlılığı, çocukların teknoloji bağımlılığı, çocuklar ve dijital obezite anahtar kavramları üzerinden dijital medyada yer alan ulusal gazeteler içerisinde bir tarama gerçekteşirilmiş ve konu ile doğrudan bağlantılı haberler örneklem olarak seçilmiştir. Amaçlı örneklem yoluyla Sabah, Türkiye, Cumhuriyet, Hürriyet, Habertürk ve Milliyet gazetelerinde yer alan konuyla bağlantılı olarak ulaşılan haberler analize tabi tutulmuş ve her gazeteden bir örnek ele alınarak toplamda 6 haberin betimlemesi yapılmıştır. Çocukların dijital veya teknoloji bağımlılığını dijital obezite üzerinden konu edinen haber sayısı oldukça az olduğundan bu haberler belirli bir araştırma dönemi ile sınırlandırılmamış, ulusal gazetelerde yer alan örneklerin geneli araştırma kapsamına dahil edilerek her gazeteden alınan bir örnekle sınırlandırma yapılmıştır. Haberler seçilirken, mutlaka haberlerin başlığının ve içeriğinin çocukların teknoloji bağımlılığı ve bunun yansıması olarak dijital obezite olgusu ile bağlantısının olmasına dikkat edilmiştir. Araştırmada analize tabi tutulan haberler, araştırma sorularıyla ilişkili olarak belirlenen şu kategoriler/başlıklar altında betimlenmiş ve yorumlanmıştır:

\*Haberlerde çocuklara yönelik dijital bağımlılık ve dijital obezite ilişkisinin konu ediniliş biçimi

\*Çocukları dijital bağımlılıklardan ve dijital obeziteden korumak adına neler yapılabileceğinin sunumu

\*Çocuk, dijital bağımlılıklar ve dijital obezite olgusu içerisinde haberlerde yer alan içeriğin niteliği

### BULGULAR

**Tablo 1: Çocukların Dijital Bağımlılığını ve Dijital Obezite Olgusunu Konu Edinen Haber Örnekleri**

Haber	Haberin Başlığı	Haberin Linki
Haber 1	Çocuklarda dijital obezite tehlikesi	Çocuklarda dijital obezite tehlikesi - Son Dakika Eğitim Haberleri (sabah.com.tr)
Haber 2	Çocuklar dijital obez oldu	Çocuklar dijital obez oldu - Türkiye Gazetesi (turkiyegazetesi.com.tr)
Haber 3	Rize'de "Dijital Obeziteden Dijital Diyete" projesinin tanıtımı yapıldı	Rize'de "dijital obeziteden dijital diyete" projesinin tanıtımı yapıldı - Rize Haberleri (haberturk.com)
Haber 4	Çocuklarda dijital bağımlılık artıyor	Çocuklarda dijital bağımlılık artıyor (cumhuriyet.com.tr)
Haber 5	Dijitale bağımlı çocuklar	<a href="https://www.hurriyet.com.tr/egitim/dijitale-bagimli-cocuklar-42143360">https://www.hurriyet.com.tr/egitim/dijitale-bagimli-cocuklar-42143360</a>
Haber 6	Koronadan sonra yeni salgın: Dijital obezite	Koronadan sonra yeni salgın: Dijital obezite - Haberler (milliyet.com.tr)

**Haber 1'in Analizi: Çocuklarda dijital obezite tehlikesi**

Sabah gazetesinin 14.02.2022 tarihli bu haberi, eğitim başlığı altında yer almakta yazarı ise, yayıncı kurum içerisinde çalışan gazetecedir. Haberin başlığının bilgilendirici, dikkat çekici ve uyarıcı nitelikte olduğu görülmektedir. Haberin girişinde Covid-19 salgını sürecinde dijitalleşmenin en yoğun çocuklar üzerinde etki bıraktığı ve bu durumun çocukların sosyal ve fiziksel sağlıklarını olumsuz etkilediği bilgileri sunulmaktadır. Ardından Uluslararası Beslenme, Sağlık Okuryazarlığı ve Eğitim Konferansı'nda konuşan Hacettepe Üniversitesi Öğretim Üyesi Prof. Dr. Süleyman Sadi Seferoğlu'nun dijitalleşme ile birlikte zihinlere yüklenen aşırı bildirim zihinsel obeziteye neden olduğu görüşü aktarılmaktadır.

Haberin gövdesine doğru ilerledikçe Prof. Dr. Seferoğlu'nun konuya ilişkin konferansta yapmış olduğu açıklamalara yer verilerek bu açıklamalar, dijitalleşmeye, çocukların teknoloji bağımlılığına ve dijital obeziteye ilişkin bilgileri içermekte ve böylelikle haberin girişinde genel olarak verilen bilgiler çocukların teknoloji bağımlılığı ve bu durumun sağlıklarına olan etkisi üzerinden ayrıntılı olarak ele alınmaktadır. Çocukların pandemi sürecinde teknolojiyi yoğun kullanımı ile birlikte, teknoloji bağımlılıklarının geliştiği ve bu durumun onların gerek aile hayatlarında gerekse de sosyal yaşamlarında birtakım yıkıcı etkilere sahip olabileceği üzerine bilgiler verilmektedir. Metinde haber kaynağının yapmış olduğu açıklamalar üzerinden *"Dijital bağımlılık" üzerine bireyin internet kullanımını kontrol edememesi, aşırı kullanımından dolayı iş, aile ve sosyal hayatında sorunlar yaşaması* şeklinde bir tanımlama getirilmekte ve cümlelerin devamında *"vücudun ihtiyacından fazla miktarda kalorinin yüklenmesi obeziteye neden oluyorsa, benzer şekilde zihne kullanılabileceğinden fazla miktarda bilgi ve bildirim yüklenmesi de dijital obeziteye neden olabilmektedir"* ifadeleri eşliğinde haberde teknoloji bağımlılığına ve dijital obeziteye ilişkin tanımlamalar/açıklamalar yapılmakta ve bu iki kavram arasındaki ilişki ortaya konmuş olmaktadır.

Haberin gövdesinde, konunun farklı boyutlarını ortaya koymak üzere çeşitli ara başlıkların kullanıldığı görülmektedir. Haber metninin ilk ara başlığı olan PANDEMİYLE GELİŞTİ ifadesi altında yer alan metin, dijital konferansa ilişkin açıklamaların ardından alanında uzman kişilerin pandemi döneminde "çocuğun iyi halinin korunması" çerçevesinde konuya ilişkin beden sağlığı, ruh sağlığı, eğitim, beslenme alışkanlıkları ve dijital medya kullanımı üzerine açıklamalarını içermekte ve tekrardan Prof. Dr. Seferoğlu'nun ara başlık öncesinde vermiş olduğu aktarımların yer aldığı görülmektedir. Ayrıca haber metninin devamına bakıldığında, GÖZ BOZUKLUKLARI 3 KAT ARTTI, YÜZYÜZE EĞİTİMDE KARARLIYIZ ve ÖRNEK PROJELER ÜRETECEĞİZ ara başlıkları da konudan çok daha farklı yönler işaret etmekte, bu başlıklarda yoğun teknoloji kullanımının çocuklarda göz bozukluğuna neden olduğu, yüz yüze eğitimin gerekliliği vurgulanmakta ve pandemi gibi zorlu süreçlerde çocuklara nasıl yaklaşılması gerektiğinin farklı uzmanlar eşliğinde tartışmaya açıldığı üzerine bilgiler sunulmaktadır.

Araştırma kapsamında belirlenen üç temel kategori ışığında Haber 1, çocuklara yönelik dijital bağımlılık ve dijital obezite olgusunu, pandemi sürecinde çocukların teknolojik ortamları yoğun kullanmasından kaynaklı dijital ortamlara bağımlılık geliştirdiği ve bu durumun da onların ruhsal ve fiziksel sağlığını tehdit ettiği üzerinden kurmaktadır. Haberde dijital bağımlılık ve dijital obezite olgusu hakkında genel bilgiler verilse de, çocuğun teknoloji bağımlılığını dijital obezite olgusu üzerinden ele alan bilgiler yetersiz kalmaktadır. Haberde çocukları dijital bağımlılıklardan ve dijital obeziteden korumak adına neler yapılabileceği üzerine bilgiler verilmeyenken, sadece dijital obezite kavramına ve teknoloji bağımlılığına ilişkin genel bir tanımlama üzerinden bilgilendirici bir sunum yapıldığı görülmektedir. Tüm bu söylenenler doğrultusunda; çocuk, dijital bağımlılıklar ve dijital obezite olgusu, söz konusu incelenen haber içeriği ve haber kaynağının ifadeleri eşliğinde genel bir bilgilendirme şeklinde okuyucuya aktarılmakta, alınması gereken tedbirlere ve konuya ilişkin dikkat edilmesi gereken unsurlara hiç yer verilmediği ortaya konmaktadır. Her ne kadar haberin başlığı, girişi ve gövdesi konuya ilişkin bilgileri net olarak ortaya koysa da, haberin ortasından sonuna doğru kullanılan ara başlıklar yoluyla konudan farklı noktalara dikkat çekilerek, çocukların teknoloji bağımlılığı ve dijital obezite olgusuna ilişkin bilgilerden uzaklaşmaktadır.

### **Haber 2'nin Analizi: Çocuklar dijital obez oldu**

Türkiye gazetesinin 15.02.2022 tarihli bu haberi, sağlık başlığı altında yer almakta olup, yazarı ise yayıncı kurum içerisinde çalışan gazetecedir. Haberin başlığı, konuyla ve haberin gövdesiyle bağlantılı olarak açıklayıcı ve bilgilendirici niteliktedir. Haber, bir önceki haber örneğinin içerdiği konunun aynısını ele alırken, habere ilişkin sunum biçiminin ve konuyu işleyiş tarzının Sabah gazetesinden biraz daha farklı olduğu görülmektedir. Haberin girişinde dijital bağımlılığın pandemi döneminde yoğunlaştığı uzman görüşleri çerçevesinde vurgulanmakta, ayrıca bu dönemde günün önemli bir bölümünü ekran karşısında geçiren çocukların özellikle dijital oyunları bir dinlenme aracı olarak gördüğü belirtilmektedir. Daha sonra haberin gövdesine geçildiğinde, Sabri Ülker Vakfı'nın öncülüğünde gerçekleşen 2. Uluslararası Beslenme, Sağlık Okuryazarlığı ve Eğitim Konferansı'nda Hacettepe Üniversitesinden Prof. Dr. Süleyman Sadi Seferoğlu'nun *"Çocukların ekran başında geçirdikleri sürenin bağımlılığa dönüşmesi problem olabilir. Nasıl vücudun*



*ihtiyacından fazla miktarda kalori yüklenmesi obezite yapıyorsa, benzer şekilde zihnine kullanabileceğinden fazla miktarda bilgi/bildirim yüklenmesi de dijital obeziteye sebep olur”* şeklindeki ifadeleriyle konuya ilişkin genel bir bilgilendirici çerçeve çizilmektedir. Haber kaynağının söz konusu bu ifadeleriyle son bulan haberde ara başlık kullanımına gidilmemekte, haberin içeriğinde çocukların teknolojiyi yoğun kullanmaları sonucu bazı problemlerin görülebileceği bağlantısıyla dijital obezite olgusuna dikkat çekilmektedir. Diğer yandan, Sabah gazetesinde ara başlıklarla desteklenerek konuya yönelik farklı unsurların ve içeriğin de ön plana çıkarıldığı görülürken, Türkiye gazetesinde konunun içeriği aynı olsa da, farklı hiçbir unsura yer verilmediği ortaya konmaktadır. Haberın içeriği ve başlığı çocuklarda yoğun teknoloji kullanımına bağlı olarak ortaya çıkabilecek dijital obezite olgusu perspektifinden kısa ve öz olarak biçimlendirilirken, haberin girişinde uzman görüşleri çerçevesinde çocukların yüz yüze eğitim sürecinden ayrı kaldıkları pandemi döneminde aldıkları yoğun dijital eğitim sonucunda dijital oyunları bir dinlenme aracı olarak gördüğü şeklinde verilen bilgilerle diğer incelenen haberden farklı bir ayrıntının ön plana çıkarıldığı da görülmektedir.

Araştırma kapsamında belirlenen ölçütlere göre Haber 2 değerlendirildiğinde, Sabah gazetesinde olduğu gibi uzman bir görüş çerçevesinde çocukların yoğun olarak ekran ve teknoloji kullanımına bağlı olarak dijital obezite olgusunun meydana çıkabileceği bağlantısı haberde konu edinilmektedir. Diğer haber örneğinde olduğu gibi aynı temayı farklı bir sunum ile konu edinen bu haberde de, çocukları dijital bağımlılıklardan ve dijital obeziteden korumak adına neler yapılabileceği üzerine hiçbir bilgi yer almamaktadır. Bu haber örneğinde de, çocukların dijital medya bağımlılığı sonucu oluşabilecek dijital obezite olgusuna haber kaynağı üzerinden kısa ve tanımlayıcı bir şekilde yer verilmekte, bilgilendirici genel açıklamaların okuyucuya aktarıldığı görülse de diğer yandan konuya yönelik uyarıcı, dikkat çekici ve önleyici hiçbir bilginin sunulmadığı da ortaya konmaktadır.

### **Haber 3'ün Analizi: Rize'de "Dijital Obeziteden Dijital Diyete" projesinin tanıtımı yapıldı**

Habertürk gazetesinin 07.09.2022 tarihli bu haber örneği, gazetenin yerel haberler (Rize haberleri) başlığı altında yer almakta, kaynağının Anadolu Ajansı olduğu görülmektedir. Haberın başlığının, içeriğın doğrudan dijital obezite ve dijital diyet ile ilgili olduğunun bilgisini okuyucuya sunduğundan net ve aynı zamanda konuya ilişkin yeni kavramları başlığa taşıdığından dikkat çekici bir özellik taşıdığı söylenebilir. Haberın spotunda Rize Valiliği'nin önderliğinde İl Millî Eğitim Müdürlüğü tarafından “Dijital Obeziteden Dijital Diyete” projesinin tanıtıldığına dair konuya ilişkin bir özet geçilmektedir. Haberın girişinde Vali Kemal Çember'in konuya yönelik bir ilkokulda gerçekleştirilen toplantıda dijital bağımlılık konusuna dikkat çektiği vurgulanmaktadır. Haberın gövdesine doğru ilerledikçe resmi haber kaynağının ifadeleri doğrultusunda haberın konusu şekillenmekte ve konuya ilişkin ayrıntılar sunulmaktadır. Gövde de ilk olarak Vali Çeber'in “*Hemen her ortamda artık çocuklarımızın, ergenlerimizin hatta kendimizin aşırı bir akıllı telefon, tablet, bilgisayar ve oyun konsolları gibi bağımlılığımız olduğundan bahsediyoruz. Gençlerimizin bir araya geldiklerinde birbirleriyle sohbet etmek yerine telefonlarıyla haşır neşir olduğunu konuşuyoruz.*” şeklinde dijital bağımlılığın nasıl yaygınlaşmaya başladığına ilişkin görüşleri yer almaktadır. Bu ifadelerin hemen ardından yine haber kaynağından edinilen bilgiler ışığında dijital dünyadan kaçılmayacağı, modern dünyanın gerekliliği olan bu ortamların dengeli ve efektif bir şekilde kullanılması gerektiği ve o dengenin bozulması durumunda da bireylerin dijital obeziteden dijital diyete geçmesi gerektiği bilgilerine yer verilmektedir. Bu bilgilerin akabinde ise, Vali Çeber'in konuyla bağlantılı olarak yapılması planlanan projeye ilişkin vermiş olduğu bilgiler şu şekilde okuyucuya aktarılmaktadır: “*Bu projeye, öğrencilerimizin günün çoğu zamanını geçirdiği okulların koridor ve bahçelerinde onları harekete geçirecek ve kültürümüzün geleneksel oyunlarını unutturmayıp, dikkatlerini çekecek oyun alanları oluşturmayı hedefliyoruz. Çünkü bilindiği üzere oyun bir çocuğun sağlıklı şekilde gelişimi için en etkili araçlardandır. Bunun için merkez ilçe dahil 12 ilçemizde 90 okulumuzda 20 ayrı oyun formatı ile 300'e yakın oyun uygulaması gerçekleştireceğiz.*” Haber kaynağına yönelik tüm bu ifadeler ışığında, metinde çocukları dijital bağımlılıklardan ve dijital obeziteden korumak adına onları gelişimlerini destekleyecek alternatif oyunlara yönlendirerek dijital diyete geçiş sağlanabileceği bilgisi okuyucuya sunulmakta ve böylelikle projenin içeriği de ayrıntılı olarak aktarılmaktadır. Haberın sonuna gelindiğinde proje kapsamında okulun bahçesinde oluşturulan oyun alanının incelendiği ve Vali Çeber ile çocuklar tarafından bu alanın boyandığı bilgilerine yer verilmektedir.

Araştırma kapsamında belirlenen ölçütlere göre Haber 3 değerlendirildiğinde, haberde çocukların ve gençlerin maruz kaldığı dijital bağımlılıklardan, dijital obeziteden korunması adına dijital diyeti içerecek uygulamalar konu edinilmektedir. Özellikle çocukları dijital medyadan uzaklaştırabilecek oyun uygulamaları ve projeye ilişkin bilgiler resmi haber kaynağı vasıtasıyla okuyucuya aktarılmaktadır. Çocukları dijital bağımlılıklardan ve dijital obeziteden korumak için tasarlanan projenin içeriği hakkında net bir sunum gerçekleştirilirken, bu önerilerin en önemli ayağını çocukları geleneksel oyunlara yönlendirmek olduğu ve dikkatlerini çekecek oyun uygulamaları yaratarak gelişimlerinin destekleneceği vurgusu yapılmakta ve bu uygulamaların proje

kapsamında hangi okullarda gerçekleşeceği bilgisi de sunulmaktadır. Bu bağlamda söz konusu bu haber örneği; çocuk, dijital bağımlılıklar ve dijital obezite olgusu ilişkisine yönelik hem bilgilendirici hem de çözüm üretici bilgileri bir arada sunmaktadır. Haberin başlığında belirtilen dijital obeziteden dijital diyetle projenin tanıtımının yapıldığına dair verilen bilgi, haberin gövdesinde net olarak tanımlanmakta ve çocukların dijital bağımlılığını önlemek adına gerçekleştirilmesi planlanan uygulamalar ile konunun sınırlarının çizildiği görülmektedir.

#### **Haber 4'ün Analizi: Çocuklarda dijital bağımlılık artıyor**

Cumhuriyet gazetesinin 15.02.2022 tarihli bu haber örneği, eğitim başlığı altında yer almakta olup, haberin yazarı gazetecidir. Haberin başlığı bilgilendirici ve haberin konusunu okuyucuya özetler niteliktedir. Haberin spotunda, uzmanların çocukların dijital medyayı kontrollü kullanamamasından kaynaklı tıpkı alkol ve madde bağımlılığında olduğu gibi olumsuz sonuçlarla karşılaşabileceklerini belirttiği üzerinde durulmaktadır. Ardından haberin girişinde, Hacettepe Üniversitesi Eğitim Fakültesi, Bilgisayar ve Öğretim Teknolojileri Eğitimi Bölümü Öğretim Üyesi Prof. Dr. Sadi Seferoğlu'nun, Sabri Ülker Vakfı'na düzenlenen "Uluslararası Beslenme, Sağlık Okuryazarlığı ve Eğitim Konferansı"nda yapmış olduğu konuşmasında çocuklarda dijital bağımlılık ve dijital obezite olgusuna dikkat çektiği belirtilmektedir. Sonrasında ise, haber kaynağının dijital bağımlılık konusunda yapmış olduğu tanımlamalara ve açıklamalara yer verilmektedir. HİJYEN EKSİKLİĞİ ara başlığıyla, haber kaynağının vermiş olduğu bilgiler ışığında dijital bağımlılığın belirtilerinin hijyen eksikliği, sosyal hayata olan ilgide azalma, teknolojiden ve ekrandan uzak kalmada zorlanma, uzak kalındığında ise sinirlilik ve yoksunluk halinin yaşanması, okulda/işte ve sosyal ilişkilerde yaşanan olumsuzluklara rağmen bu araçları kullanmaya devam etme, teknolojik olmayan faaliyetlerde bile geçmiş teknolojik faaliyetler üzerine düşünme ve ileriye dair planlar kurma şeklinde olduğu ifade edilmektedir. BU SORULARI SORUN ara başlığı içerisinde çocukların bağımlılık durumlarının bilgisayar kullanımı sırasında artan coşkulu bir durum olup olmadığı, aile ve arkadaşların ihmal edilip edilmediği, devamlı ekran kullanımına bağlı olarak uykusuz kalıp kalmadığı, dijital ortamların kullanımı ile ilişkili diğer insanlara karşı dürüstlükten uzaklaşıp uzaklaşmadığı, çevrim içi olduğunda kendini suçlu ve endişeli hissedip hissetmediği, kilo alıp vermede dengesizliğin gerçekleşip gerçekleşmediği, sırt ve baş ağrısı olup olmadığı sorularıyla ortaya konulabileceğine ilişkin bilgiler sunulmaktadır. Ardından DİYET LİSTESİ ara başlığı içerisinde dijital kullanımların arasının uzun tutulması, evdeki kablosuz ağların belirli saatlerde kapatılması, cihazlardaki anlık bildirimlerin kapatılması, dijital teknolojilerin kullanımını azaltmaya yönelik gerçekçi planların yapılması, kullanım sürelerinin giderek artan bir şekilde azaltılması yoluyla gerçekleştirilebilecek bir dijital diyetten bahsedilmektedir. SOSYAL MEDYA ETKİSİ ara başlığıyla ise, dijital bağımlılığın sosyal medya üzerinden nasıl gerçekleştiği üzerine maddeler halinde yine bilgiler verilerek, dijital bağımlılığın kişiler üzerindeki farklı yansımaları ortaya konmaktadır. Son olarak haberin sonunda yer alan DİJİTAL DİYET NASIL YAPILIR ara başlığı ile telefon ve tabletlerdeki kullanılmayan uygulamaların silinebileceği, mobil cihazlardaki kişiler listesinin düzenlenerek tanınmayan numaraların silinebileceği, çeşitli uygulamalardan gelebilecek anlık bildirimlerin kapatılabileceği ve çocukların kullandığı cihazlarda onlar için sakıncalı olabilecek uygulamaların engellenebileceği üzerine tavsiyeler sunulmaktadır.

Haber 5'e yönelik araştırma ölçütleri çerçevesinde değerlendirme yapılacak olduğunda, haberin başlığında ve spotunda çocukların dijital bağımlılığı genel bir açıklama yoluyla ele alınmakta ancak dijital obezite olgusu hakkında detaylı bir açıklamaya yer verilmediği görülmektedir. Haberin gövdesinde genel olarak dijital bağımlılığa ilişkin tanımlamalara ve açıklamalara yer verilirken, dijital bağımlılığın belirtilerinin kişiler üzerinde nasıl bir etki yarattığı üzerine bilgiler sunulmaktadır. Haberin gövdesinde tek bir ara başlık içerisinde çocukların bağımlılıklarını anlamaya yönelik birtakım sorular ortaya konurken, haberin gövdesi genel hatlarıyla sadece çocuklar üzerinden değil bireyler üzerinden inşa edilmektedir. Bu durumda örnek haberin başlığı ve spotu her ne kadar çocukların dijital bağımlılığına ve dijital obezite olgusuna yönelik bir içerik sunsa da, haberin gövdesinde bu bağlantı sınırlı bir şekilde oluşturulmaktadır. Böylelikle çocukları dijital bağımlılıklardan ve dijital obeziteden korumak adına yapılması gerekenler, genel olarak bireylerin teknoloji bağımlılığı üzerinden ele alınmış olmaktadır. Çocuklar, dijital bağımlılık ve dijital obezite olgusu bu haber örneğinde, daha çok bilgilendirici, farkındalık yaratıcı ve kimi zaman da bireylere olan etkisinin çocuklar üzerinden de değerlendirilmesi yoluyla alınacak tedbirlerin ve dijital diyet uygulamalarının ortaya konmasında uyarıcı ve harekete geçirici bir nitelik taşıdığı söylenebilir.

#### **Haber 5'in Analizi: Dijitale bağımlı çocuklar**

Hürriyet gazetesinin 26.09.2022 tarihli bu haberi, eğitim kategorisi içerisinde yer almakta olup, Anadolu Üniversitesi, Bilgisayar ve Öğretim Teknolojileri Eğitimi Bölümü'nde öğretim üyesi olarak görev yapan konuk yazar tarafından kaleme alınmıştır. Haberin başlığı bilgilendirici niteliktedir. Spotu ise, çocukların teknoloji kullanımına yönelik TÜİK verileri çerçevesinde sunulan oranlar çerçevesinde oluşturulmuştur. Bu

bağlamda internet kullanımının 6-15 yaş grubundaki çocuklar için 2013 yılında yüzde 50,8 iken 2021 yılında bu oranın yüzde 82,7'ye yükseldiği bilgileri sunulmuştur. Haberin girişinde bu oranların artmasında pandemi dönemi ile başvurulmuş uzaktan eğitimin etkisinin olduğu vurgulanmış, ardından düzenli internet kullanan 6-15 yaş grubundaki çocukların internet aracılığıyla bu kapsamda yürüttüğü faaliyetlerin oranlarına yer verilmiştir. Haberin gövdesinde OLUMSUZLUKLARA DİKKAT ara başlığı içerisinde çocukların yoğun teknoloji kullanımı değerlendirilirken, “Çocukların zamanlarının çoğunu kapalı mekânlarda, tablet, cep telefonu, bilgisayar, televizyon gibi dijital nesnelere geçirmesinin birçok olumsuz durumu (NOMO, FoMO, dijital obezite, dijital oyun bağımlılığı, tıknamalı izleme, şiddet eğilimi, iletişim problemleri, vb.) tetikleyen bir faktör olduğu biliniyor.” şeklinde açıklamalara başvurulmaktadır. Bu cümlelerin ardından tüm bu ifadelerin genel tanımlamaları yer almakta, ancak bağımlılık durumlarını çocukların bu ortamlarda ne kadar süre geçirdiğinin değil, bu ortamları nasıl kullandığının belirlediği şekilde bir açıklama yapılmaktadır. Özellikle bu süreci üretken ve nitelikli olarak değerlendiren çocukların konudan hariç tutulduğu belirtilmektedir. KAYGILAR DOĞADAN UZAKLAŞTIRIYOR ara başlığında çocukların doğayla temasının doğdukları andan itibaren pek çok teknolojik uyaranla beraber kısıtlandığı, hatta buna ebeveynlerin kaygılarının da neden olduğu bilgisi sunulmakta ve yazarın kendi çocukluğundan örneklerle ilgili başlık desteklenmektedir. ÇOCUKLARIMIZ İÇİN BEDELİ ÇOK AĞIR ara başlığında, bir önceki ara başlığı destekleyen bilgilere yer verilirken, doğasızlaşmanın çocukların üzerinde olumsuz etkilere sahip olduğu belirtilmektedir. Bu başlıkta Amerikalı araştırmacı yazar Richard Louv’un görüşleri doğrultusunda doğa yoksunluğu sendromu kavramına yer verilmekte, yazarın bu kavramı çocukların zamanlarının çoğunu kapalı ortamlarda geçirmeleri sonucu doğal ortamlarla ilişki kurmada yersiz korkulara kapılma ve doğada bulunmaktan hoşlanmama durumu olarak tanımlandığı üzerine bilgiler aktarılmaktadır. Diğer yandan bu başlığın sonunda, TEDMEM’in düzenlediği Dijital Obezite Forumu’nda yazar Gerd Leonhard’ın görüşleri vasıtasıyla çocukların daha fazla doğayla baş başa kalmalarının gerçek uyaranlar için faydalı olacağı, dijital ortamların görme-işitme olmak üzere iki duyuya hitap ederken, doğanın beş duyuyu geliştirici bir fırsat sunduğu belirtilmektedir. DİJİTAL BAĞIMLILIĞI AZALTMAK İÇİN...ara başlığında ise, çocukların dijital bağımlılığını azaltmak ve çocuklarda doğa yoksunluğu sendromunu aşmak için ebeveynlerin neler yapabileceği üzerine maddeler sıralanmaktadır. Öncelikle çocuklar için bu ortamların yasaklanmaması ve doğru kullanımına yönlendirilmesi, çocukların sosyalleşmeleri için AVM veya kapalı oyun alanları yerine doğa içinde bulunan ortamların tercih edilmesi, evlerde ve bahçelerde bitki yetiştirilmesi, evcil hayvanların ve sokak hayvanlarının beslenmesi, çocukların eko-okullara ve kulüplere yönlendirilmesi, doğadaki etkinliklerin artırılarak çocukların yaratıcılıklarının geliştirilmesi ve yaz tatillerinde doğada kamp yapılması şeklinde çocukları dijital bağımlılıklardan koruyacak unsurlar ön plana çıkarılmaktadır.

Araştırma ölçütleri çerçevesinde Haber 5 değerlendirildiğinde, haberin başlığında, spotunda, girişinde ve gövdesinde çocukların dijital bağımlılığına ilişkin bilgilerin ve açıklamaların yer aldığı görülmektedir. Özellikle çocukların dijital bağımlılığına ilişkin bilgiler istatistiki olarak sunulurken, dijital obezite olgusunun da dijital bağımlılığın NOMO ve FOMO gibi olumsuz bir yansıması olduğu belirtilerek tanımlama yapılmakta ve bu kavram haberde konunun bir ayrıntısı olarak yer bulmaktadır. Bu bağlamda çocukların dijital bağımlılığını konu edinen bu haber örneğinde, çocukları özellikle dijital bağımlılıklardan korumak adına neler yapılabileceği haber kaynakları ve yazar tarafından net bir şekilde ortaya konmaktadır. Söz konusu bu haber örneğinin, çocukların dijital bağımlılığının oluşumuna ilişkin sunmuş olduğu açıklamalarla, dijital bağımlılığın çeşitli ruhsal ve fiziksel olumsuz durumlara neden olabileceği bilgileriyle ve çocukların dijital bağımlılıktan nasıl korunması gerektiğine ilişkin verilen tavsiyelerle hem eğitici, hem uyarıcı hem de çareler sunan bir nitelikte olduğu söylenebilir.

### **Haber 6’nın Analizi:** *Koronadan sonra yeni salgın: Dijital obezite*

Milliyet gazetesinin 15.05.2022 tarihli haberi siyaset başlığı altında yer almakta olup, haberin yazarı gazetecidir. Haberin başlığı dikkat çekici ve bilgilendirici niteliktedir. Haberin spotunda, dünyanın Covid-19 salgınından sonra dijital obezite adı verilen yeni bir salgınla karşı karşıya olduğu belirtilerek bu soruna dikkat çekmek amacıyla TEDMEM tarafından TED Ankara Koleji ATA Sahne’de Dijital Obezite temalı 5. Uluslararası Eğitim Forumu düzenlendiğine ilişkin bilgiler sunulmaktadır. Haberin girişinde Forumun açılışını yapan Milli Eğitim Bakanı Mahmut Özer’in “Eğitim forumunun teması olan dijital obezite konusu, dijital enstrümanların okul ortamı yerine ikame edilip edilemeyeceğinin tartışması bağlamında da bize çok büyük fırsatlar sunuyor. Dünya daha önce hiç deneyimlemediği bir dönemden geçti... sosyoloji değişti, davranış tarzları, ilişki tarzları değişti. Bu süreçten en fazla etkilenen eğitim sektörü oldu” şeklindeki konuşmasına yer verilmektedir. Haberin gövdesine geçildiğinde, TED Genel Başkanı Selçuk Pehlivanoglu’nun dijital obeziteyle ilgili yapmış olduğu açıklamalara ve tanımlamalara yer verilmektedir. Pehlivanoglu’nun “...Teknolojinin aşırı kullanımına bağlı olarak bir an bile teknolojiden kopamaz hale gelmek, bizi birer bağımlıya dönüştürüyor. Bu riski ciddiye alıp üstesinden gelme yollarını konuşmazsak dijital obezite hayatlarımızı fiziksel obeziteden bile



*daha olumsuz etkileyecek”* ifadeleri haberin içeriğinde yer almakta, ardından Alman yazar Gerd Leonhard’ın teknolojik gelişmelerle ilgili gelecekte insanları nelerin beklediği üzerine bilgi verdiği belirtilerek haber sonlandırılmaktadır.

Araştırma ölçütleri çerçevesinde Haber 6 değerlendirildiğinde, haberin 5. Uluslararası Eğitim Forumu kapsamında dijital obezite olgusunu konu edindiği görülmekte, ancak her ne kadar konu eğitim sektörü ile ilişkilendirilse de, haberde çocukların dijital bağımlılığı ve dijital obezite konusuyla doğrudan bağlantılı bir içeriğe ve ifadelere yer verilmediği görülmektedir. Haberın içeriği dijital kullanımlar, eğitim ve dijital obezite olgusu üzerinden biçimlenmektedir. Bu bağlamda, düzenlenen forumda çocukların dijital bağımlılıkları ve dijital obezite olgusu üzerine her ne kadar bilgiler sunulsa da, haberin içeriği doğrudan bu unsurları ele almamakta, konuyu genel hatlarıyla tanımlamakta ve açıklamaktadır. Bu bağlamda çocukları dijital bağımlılıklardan ve dijital obezite olgusundan korumak adına neler yapılabileceği haber içeriğinde yer almamaktadır. Çocuk, dijital bağımlılık ve dijital obezite olgusu ilişkisi içerisinde içeriğin niteliği değerlendirildiğinde, içeriğin sadece eğitim kurumları, dijital kullanımlar ve dijital obezite olgusuna ilişkin genel bilgiler içerdiği söylenebilir.

## SONUÇ

Dijital bağımlılık ve dijital bağımlılığa bağlı olarak gelişen dijital obezite olgusu, günümüzün önemli bir sağlık sorunu olarak belirmektedir. Modern çağ, dijital teknolojilerin yaygınlaşarak hayatımızın her alanına dahil olmasını sağlarken, bu araçların sürekli ve bilinçsizce kullanımı ise, dijital bağımlılıklara ve bireyleri fiziksel, ruhsal olarak olumsuz etkileyebilecek dijital hastalıklara neden olmaktadır. Covid-19 salgını süresince tüketimin, eğitimin, boş zaman etkinliklerinin, iletişimin, dizi ve film izleme alışkanlıklarının dijital medya üzerinden gerçekleşmesi teknoloji bağımlılığını arttırmış ve dijital obezite olgusunu gündeme taşımıştır. Özellikle çocukların ve gençlerin de bu ortamları aşırı ve bilinçsizce kullanmaları sonucu yaşanan teknoloji bağımlılığı, onların bu ortamlardan ayrı kalamamasına, dijital içerikleri seçmeden tüketmesine ve zihinlerinin bu içeriklerle dolup taşarak tembelleşmesine neden olmaktadır. Dijital bağımlılık ve dijital obezite olgusu günümüzde tüm dijital medya kullanıcıları için ciddi bir sorun olarak görülürken, kuşkusuz bu durumun en olumsuz getirilerini çocuklar ve gençler yaşamaktadır. Dünyaya gözünü açtığı andan itibaren ebeveynleri tarafından dijital medya ortamlarına maruz bırakılan çocuklar büyüdükçe bu ortamlara bağımlı bir kişilik geliştirmeye başlamakta ve bu ortamlardan uzak kaldığında fiziksel ve ruhsal yönden olumsuz etkilenmektedir.

Dijital bağımlılıklar, sosyal bilimler ve sağlık bilimleri içerisinde farklı etkileriyle ele alınan yeni ve güncel bir konudur. Dijital obezite ise, son yıllarda dijital teknolojilerin yoğun ve kontrolsüz kullanımı sonucu beliren bir sağlık sorunu olarak literatürde yerini almakta ve alana ilişkin yapılan çalışmalar oldukça sınırlı bir özellik göstermektedir. Çocuklar, yoğun teknoloji kullanımına bağlı olarak dijital obezite ve diğer dijital temelli hastalıklara açık olabilmektedir. Dolayısıyla gerek çocukların, gerek ebeveynlerinin gerekse de diğer dijital medya kullanıcılarının, bu ortamların nasıl daha işlevsel kullanılabilmesi konusunda bilgi sahibi olmasının, dijital bağımlılıklarla ve hastalıklarla mücadelede kilit bir rol üstlenebileceği düşünülmektedir. Bu nedenle özellikle eğitim-öğretim programlarına teknoloji bağımlılığı ve dijital okuryazarlık derslerinin konması, çocuklara ve gençlere bilinçli medya kullanımını öğretebilmek adına oldukça önemli bir yaklaşım olmakla birlikte, medyanın teknoloji bağımlılığı, dijital obezite ve teknolojik temelli diğer sağlık sorunlarına ilişkin haberleri nasıl ve ne şekilde aktardığı da çocukları ve gençleri teknoloji bağımlılığında korumak adına ciddi bir rol üstlenmektedir. Bu çalışmada da, çocukların dijital bağımlılığına ve dijital obezite olgusuna ilişkin kavramsal çerçeve oluşturulmakta, medyanın bu alandaki çareler arayışının temelinde nasıl bir işleve sahip olabileceği tartışılmakta ve dijital medyada yer alan ulusal gazetelerde çocukların dijital bağımlılığını dijital obezite olgusu ile bağlantılandırarak konu edinen haberler betimsel analiz yoluyla değerlendirmeye alınmaktadır.

Çalışmada Sabah, Türkiye, Habertürk, Cumhuriyet, Hürriyet ve Milliyet gazetelerinden konuya ilişkin birer örnek alınarak seçilen 6 haber, araştırma soruları bağlamında oluşturulan başlıklar/kategoriler içerisinde değerlendirmeye alınmıştır. Bu doğrultuda her haber kendi içerdiği konu, konuya ilişkin neler yapılabileceğinin aktarımı ve nasıl bir içeriğe sahip olduğu kategorilerinde analiz edilmiştir. Elde edilen bulgular, her haber için bulguların yorumlanması bölümünde ortaya konduğu gibi farklı sonuçlar içermektedir. Ancak haberlerin bütünü için genel bir değerlendirme yapılacak olduğunda, araştırma sorularının cevabı şu şekilde ortaya konulabilir:

\*Çocukların dijital bağımlılığını ve dijital obezite olgusunu doğrudan konu edinen haberler medyada oldukça az yer alıp, karşılaşılan gazete örneklerinde genel olarak dijital bağımlılığın çocuklar üzerinden yansımaları dijital obezite olgusu üzerinden sınırlı olarak tanımlayan haberlere yer verildiği görülmektedir. Haberlerde,



daha çok çocukların dijital bağımlılığı konu edinilmekte, dijital obezite üzerine genel bilgilendirici tanımlamalar yapılmaktadır. Bu bağlamda haberlerin genelinde çocuk, dijital bağımlılık ve dijital obezite arasındaki ilişki nedenler, sonuçlar ve tedbirler açısından çok yönlü olarak ortaya konulamamaktadır.

\*İncelenen bazı haberlerde uzman görüşleri çerçevesinde çocukları dijital bağımlılıklardan korumak adına uygulanabilecek dijital diyet uygulamalarına ve projelere yer verildiği görülmekle birlikte, bu haberler niceliksel olarak yetersizdir. Özellikle çocukları ve gençleri teknoloji bağımlılığından korumayı hedefleyen stratejiler haberlerin bazılarında maddeler halinde sıralanmakta ve bu haberlerde çocukların dijital ortamları kontrollü kullanması, doğayla iç içe bir yaşam sürmesi ve sosyalleşmesi gerektiği üzerinde durulmaktadır.

\*Dijital bağımlıklar, dijital obezite ve çocuk ilişkisi bağlamında değerlendirme yapılacak olduğunda bu haberlerin genel olarak konuya ilişkin bilgilendirici nitelikte sunulduğu ancak kimi zaman da hem bilgilendirici, hem dikkat çekici hem de çözüm sunan bir niteliğe de sahip olduğu gözlenmektedir. Çocukların dijital bağımlılığını konu edinen ve sınırlı bir şekilde dijital obezite olgusunu tanımlayan haberlerin daha çok bilgilendirici, çocukları teknoloji bağımlılığından korumanın yollarını da ele alan haberlerin ise, bilgilendirici ve harekete geçirici bir şekilde aktarıldığı söylenebilmektedir. Özellikle bu konudaki haberlerin hem bilgilendirici, hem dikkat çekici hem de çözüm sunan nitelikte olması çocukların, gençlerin teknoloji bağımlılığıyla ve dijital obezite olgusuyla mücadele edilmesinde oldukça değerli görülmektedir.

Sonuç olarak, dijital bağımlılığa dayalı bu sorunlu alanın ve küresel bir salgın olarak dijital obezite olgusunun çeşitli kesimler üzerindeki etkilerinin yeni bir alan olarak medyadaki haberlere konu edinilmesi henüz yeterli bir seviyede olmayıp, haber medyasının bu alana özel bir önem atfetmesi gerektiği düşünülmektedir. Çocukların dijital bağımlılığının ve dijital hastalıkların uzman kişilerin görüşleri doğrultusunda net bir şekilde ortaya konulmasında ve dijital çağa özgü bu problemlerle mücadele edilmesinde haber medyası ciddi bir rol üstlenebilir. Özellikle sağlık ve teknoloji haberciliği alanında çalışan gazetecilerin bu alana ilişkin haberleri sistematik ve düzenli bir şekilde kaleme alması, konuya eleştirel yaklaşmak ve çözüm önerilerinin/stratejilerinin dünyada ve Türkiye’de nasıl belirlendiğini ve uygulandığını ortaya koymak bakımından gerekli görülmektedir. Dijital bağımlılıkların ve dijital obezitenin çocuklar, gençler ve yetişkinler üzerindeki etkisi ve zararlarını ortadan kaldırmaya yönelik her stratejinin geleneksel medya ve dijital medya uygulamalarından bağımsız düşünülemez bir gerçektir.

## KAYNAKÇA

- Alper, K., Aytan, N. ve Ünlü, S. (2015). “Görsel Medya Çağında Çocukların Video Oyun Bağımlılıkları”. Eğitim ve Öğretim Araştırmaları Dergisi, 4(1), 98-106.
- Akkuş, T. (2019). “Dijital Obezite”, <https://www.tolgaakkus.com/2019/09/dijital-obezite/> (Erişim Tarihi: 24.01.2023)
- Balcı, E. V. (2017). Kültürel Farklılıklar Ekseninde İnternet ve Haber, Literatürk, Konya.
- Bavelier, D., Green, C. S., & Dye, M. W. (2010). “Children, Wired: For Better and for Worse”. Neuron, 67(5), 692-701.
- Bayhan, V. (2013). “Gençlik, Sosyal Medya ve İnternet Bağımlılığı”. Düşünce Dünyasında Türkiz Siyaset ve Kültür Dergisi, 23, 61-80.
- Bayrak, C. ve Cihan, B. (2021). “Yeni Medyada Bağımlılık Sonucu Gelişen Dijital Obezite Olgusu Üzerine Bir İnceleme: Netflix Türkiye Örneği”. Yeni Medya Elektronik Dergi-eJNM, 5(1), 78-94.
- Berber Çelik, Ç. (2022). “Çocuklarda Teknoloji Bağımlılığı”. (Ed. Ç. Berber Çelik, O. Çelik), Farklı Disiplinlerin Bakış Açısıyla Dijital Dünyada Çocuk, ss.105-124, Eğitim Yayınevi, Konya.
- Berg, B. L & Lune H. (2015). Sosyal Bilimlerde Nitel Araştırma Yöntemleri (Çeviri Editörü: H. Aydın), Eğitim Yayınevi, Konya.
- Binark, M. ve Bayraktutan, G. (2013). Ayın Karanlık Yüzü: Yeni Medya ve Etik, Kalkedon Yayınları, İstanbul.
- Bostancı, M. (2019). “Manipülasyon, Dezenformasyon ve Propaganda Politikalarına Yönelik Farkındalık Oluşturabilmede Eleştirel Medya Okuryazarlığının Yeri ve Önemi”. (Ed. M. Bostancı), Medya Okuryazarlığı, ss.67-90, Nobel Yayıncılık, Ankara.
- Dolar, M. N. ve Koran, N. (2021). “Çocuklarla İlgili Haberlerin Çocuk Hakları Bağlamında Değerlendirilmesi: KKTC Ulusal Gazeteleri Örneği”. Yaşadıkça Eğitim, 35(1), 53-77.

- Durgeç, P. (2021). “Etik ve Sorumluluk Odaklı Sağlık Haberciliğinin Covid-19 Salgınında Belirginleşen İşlevi”. (Ed. F. Çelebi, H. Ö. Sarıdoğan), Farklı Disiplinlerden Covid-19 Çalışmaları, ss.32-43, Duvar Yayınları, İzmir.
- Göker, G., ve Keskin, S. (2015). “Sosyal Medya Türevi Olarak Sosyal İçerik Platformları: Betimsel Bir İnceleme”. *Journal of International Social Research*, 8(39).
- Güngör, N. (2016). *İletişim Kuramlar ve Yaklaşımlar*, Siyasal Kitabevi, Ankara.
- Hawi, N. S., Samaha, M., & Griffiths, M. D. (2019). “The Digital Addiction Scale for Children: Development and Validation”. *Cyberpsychology, Behavior, and Social Networking*, 22(12), 771-778.
- İnal, K. (2020). “Türkiye’de Çocukluk: Nereye!”. (Ed. S. İ. Akçalı), *Çocuk ve Medya*, ss. 13-51, Nobel Yayıncılık, Ankara.
- Karateke, B. (2020). “Bir Teknoloji Bağımlısı Yetiştirmek: Yeni Doğandan Ergenliğe Ebeveynliğe Yardımcı Bir Duygu Düzenleme Aracı Olarak Sanal Ortamlar”. *Bağımlılık Dergisi*, 21(4): 338-347.
- Mustafaoğlu, R., Zirek, E., Yasacı, Z. ve Razak Özdiñler, A. (2018). “Dijital Teknoloji Kullanımının Çocukların Gelişimi ve Sağlığı Üzerine Olumsuz Etkileri”. *Addicta: The Turkish Journal on Addiction*, 5, 227–247.
- Pembecioğlu, N. (2021). “Dijital Dünyada Çocukluk ve Çocukluk Algısı Üzerine Düşünceler”. (Ed. N. Pembecioğlu, N. Sezer, U. Gündüz, N. Akgün Çomak), *İletişim Araştırmaları ve Film Çözümlenmeleri II Dijital Çağda Medya*, ss. 42- 62, Eğitim Yayınevi, Konya.
- Sözbilir, M. (2009). “Nitel Veri Analizi”, <https://fenitay.files.wordpress.com/2009/02/1112-nitel-arac59ftc4b1rmada-veri-analizi.pdf>, (Erişim Tarihi: 26.01.2023).
- Third, A. (2022). “Eğitim ve Dijitalleşme”, V. Uluslararası Eğitim Forumu: Dijital Obezite (TEDMEM Forumlar Dizisi: 5). Türk Eğitim Derneği Yayınları, Ankara.
- Timisi, N. (2016). “Teknoloji ve Toplum, Ağlar ve Aktörler”. (Haz. N. Timisi), *Dijital: Kavramlar, Olanaklar, Deneyimler*, ss. 17-40, Kalkedon Yayınları, İstanbul.
- Üstündağ, A. (2020). *Çocuk ve Ekran Dijital Medya ve Çocuk Gelişimi*, Eğiten Kitap, Ankara.
- Üstündağ, A. (2022). “Çocukların Sosyal Medya, Akıllı Telefon ve Oyun Bağımlılığı Arasındaki İlişkinin İncelenmesi”. *Bağımlılık Dergisi*, 23(3): 316-326.
- Yaşın, C. (2021). “Yeni Medya ve Eleştirel Kuram”. (Ed. Ö. Özer), *Eleştirel Medya Kuramları*, ss. 321-347, Siyasal Kitabevi, Ankara.
- Zipes, J. (2010). “Frankfurt Okulu ve Kültür Eleştirisi”. (Der. ve Çev. E. Mutlu), *Kitle İletişim Kuramları*, ss. 227-232, Ütopya Yayınevi, Ankara.
- Zwitter, A. (2019). “Büyük Veri Etiği”. (Çev. Ş. K. Özaydın), (Der. T. Durna, M. Binark, G. Bayraktutan), *İletişim Hakkı ve Yeni Medya Tehditler ve Olanaklar*, ss. 161-173, um:ag Vakfı Yayınları, Ankara.