

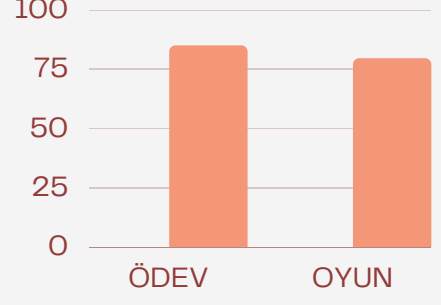
DİJİTAL OYUNLAR VE EKKRAN SÜRESİ



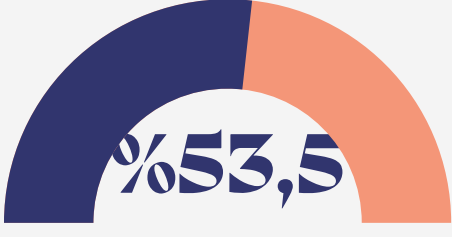
Dijital oyunlarla vakit geçirme ve ekrana bağlı kalma süreleri yaşa bağlı olarak değişim göstermektedir. Yapılan araştırmalar sonucunda ekranda ve oyunda kalma süresi arttıkça "hiper dikkat" dediğimiz durum devreye girerek ödül mekanizmasıyla birlikte oyun oynama davranışından kopmayı zorlaştırmaktadır .

İNTERNET KULLANIMI

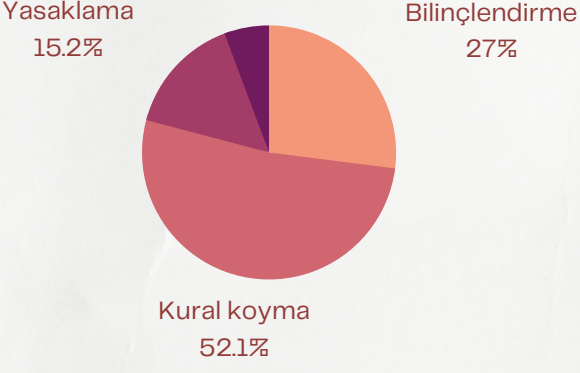
Dijital oyunlar ekran başında geçirilen bu zamanın büyük bir kısmını oluşturmaktadır. TÜİK verilerine göre 6-15 yaş arası çocuklar, interneti ilk sırada %84,8 ile ödev veya öğrenme amacıyla, ikinci sırada %79,5 ile oyun oynama amacıyla kullanmaktadır (TÜİK, 2018).



AİLELERİN DİJİTAL OYUNLARLA İLGİLİ DÜŞÜNCELERİ



Ailelerin %53,5'i ise bilgisayar oyunlarının çocuğun ders çalışmasının önüne geçtiği konusunda hem fikir.



Ailelerin dijital oyunlara karşı tutumları

Dijital oyunlara ailelerin yarısından fazlası kural koyma yoluna giderken, %27 si bilinçlendirme, %15.2 si yasaklama ayrıca %5.6 sı da hiç tepki vermeme yöntemini uygulamaktadır.



Ailelerin %71,6'sı dijital oyunların çocuklarının sağlığına zararlı olabileceğinin farkında. Ailelerin %51.2'si bu zararlı etkilere karşı çocuklarının oyun oynamalarına kural koyduğunu, bir yarısı ödevini bitirdikten sonra diğer yarısı ise sadece haftasonları kullanabildiğini belirtmiş (Çakır, 2013)

Dijital oyunlar, sosyalleşme, hızlı düşünme, işbirliği, paylaşma, başarı duygusu gibi alanlarda fayda sağlaması açısından olumlu özellikler barındırabiliyor. Bu olumlu özellikleri ancak dijital oyunların sınırlı kullanıldığı koşullarda görmek mümkün. Aksi takdirde paradoksal olarak yalnızlaşma, depresyon, başarısızlık duygusu, fiziksel rahatsızlıklar, akademik başarısızlık, duyu düzenlemede güçlük gibi pek çok zararlı etkileri de beraberinde getiriyor. (Mustafaoğlu ve ark., 2018)

ÜLKEMİZDE SAĞLIK BAKANLIĞININ TAVSİYELERİ

- 0-18 ay:** Ekran ile tanıştırılmamalı
- 18 ay-2 yaş:** Çocuğun eline vermeden günde en fazla 15 dakika eğitsel paylaşımlar (yaşına uygun yapboz çalışması, müzik aletlerini kullanma gibi)
- 3-5 yaş:** Gözetim altında ya da birlikte oynamak şartıyla en fazla 1 saat
- 6-8 yaş:** Çocuğun günlük yaşam aktivitelerini aksatmaması kaydıyla ailenin gözetiminde teknolojik aletleri kullanılabilir.

Küçük çocuklarda saat resmi üzerinde renkli kalemlerle oyun saati, yemek saati gibi planlamalar yapan, saati okuyabilen çocuklarda ise bir liste şeklinde anlaşmalar yaparak sınırlamalar getiren ebeveynlerin bir çoğu süreci başarılı şekilde yönetebiliyor.



KAYNAKLAR

<https://www.duyupsikoloji.com/dijital-oyunlarla-basim-dertte/>