Özgün Çalışma / Original Article

Ankara Eğt. Arş. Hast. Derg., 2025 ; 58(2) : 50-54
DOI: 10.20492/aeahtd.1649723

0-5 Yaş Arası Çocuklarda Ekran Maruziyeti, Buna Etki Eden Bazı Ailesel Faktörler ve Anne Dass-42 Ölçeği ile Olan İlişkisi

Screen Exposure in Children 0-5 Years Old, Some Family Factors Affecting it and the Mother Relationship with Dass-42 Scale

Teslime KILINÇ(1), Zahide YALAKİ(1)

ÖZET

Amaç: Çalışmada; 0-5 yaş arası çocuklarda dijital ekran maruziyetinin sosyodemografik veriler ve annenin depresyon, anksiyete, stres durumu ile ilişkisinin belirlenmesi amaçlanmıştır.

Gereç ve Yöntem: Ankara Eğitim ve Araştırma Hastanesi Çocuk Sağlığı ve Hastalıkları Poliklinikleri'ne başvuran 0-5 yaş arası çocuğu olan annelerden Sosyodemografik veri formu ve Depresyon, Aksiyete ve Stres Skalasını (DASS-42) doldurmaları istendi.

Bulgular: Çalışmaya 156 çocuk ve annesi katıldı. Çocukların yaş ortalaması 31,22±16,14 ay idi. Çocuğun günlük telefon ile oyun oynama süresi, çocuğun yaşı, babanın yaşı, babanın ekran süresi ve çocuğun telefon kullanmaya başlama yaşı arasında ilişki saptanmıştır (p<0,001, p=0,028, p=0,035, p<0,001). Çocuğun günlük tablet kullanım süresi ile çocuğun yaşı, annenin yaşı, babanın yaşı, sosyoekonomik düzey ve çocuğun telefon kullanmaya başlama yaşı arasında ilişki saptanmıştır (p<0,001, p=0,013, p=0,005, p=0,011, p<0,001). Annelerin depresyon puanları ile babanın günlük ekran süresi ve çocuğun günlük telefon süresi arasında ilişki saptanmıştır (p=0,01, p=0,041). Annelerin stres puanları ile babanın günlük ekran süresi, çocuğun telefon kullanmaya başlama ayı ve annenin çalışıp çalışmaması arasında ilişki saptanmıştır (p=0,004, p=0,027, p=0,037).

Tartışma: Çocukların çoğunun okul öncesi dönemde dijital ekran ile tanıştığı saptanmıştır. Çocuğun ekran süresi ile anne ve babanın eğitim durumu, ailedeki çocuk sayısı, aile tipi arasında ilişki olmadığı saptanmıştır.

Sonuç: Poliklinik kontrolleri sırasında çocuk-ekran ilişkisinin sorgulanmasının, toplumun bu konuda daha fazla bilinçlendirilmesi için yaygın eğitimlerin ve bilgilendirilmelerin faydalı olacağı düşünülmüştür.

Anahtar Kelimeler: Çocuk, DASS-42, dijital ekran, okul öncesi

ABSTRACT

Aim: The aim of the study was to determine the relationship between digital screen exposure in children aged 0-5 years and sociodemographic data and the mother's depression, anxiety and stress status.

Material and Method: Mothers with children aged 0-5 years who applied to the Ankara Training and Research Hospital Pediatrics Outpatient Clinic were asked to fill out the Sociodemographic Data Form and the Depression, Anxiety and Stress Scale (DASS-42).

Results: 156 children and their mothers participated in the study. The mean age of the children was 31.22±16.14 months. A relationship was found between the daily phone playing time of the child, the child's age, the father's age, the father's screen time and the age at which the child started using the phone (p<0.001, p=0.028, p=0.035, p<0.001). A relationship was found between the child's daily tablet usage time and the child's age, mother's age, father's age, socioeconomic level and the age at which the child started using the phone (p<0.001, p=0.013, p=0.005, p=0.011, p<0.001). A relationship was found between the mothers' depression scores and the father's daily screen time and the child's daily phone time (p=0.01, p=0.041). A relationship was found between the mothers' stress scores and the father's daily screen time, the month the child started using the phone and whether the mother worked (p=0.004, p=0.027, p=0.037).

Discussion: It was found that most of the children were familiarized with the digital screen in the pre-school period. It was determined that there were no relationship between the child's screen time and the educational status of the parents, the number of children in the family, and the family type.

Conclusion: It was thought that questioning the child-screen relationship during outpatient clinic check-ups and widespread education and information would be beneficial in order to raise society's awareness on this issue.

Keywords: Child, DASS-42, Digital screen, Preschool

(1) S.B.Ü. Ankara Eğitim ve Araştırma Hastanesi, Çocuk Sağlığı ve Hastalıkları Kliniği, Ankara, Türkiye

Makale geliş tarihi / Submitted:Mart / March 2025

Makale kabul tarihi / Accepted: Temmuz / July 2025

Sorumlu Yazar / Corresponding Author:
Zahide YALAKİ
Adres: SBÜ Ankara Eğitim ve Araştırma Hastanesi, Çocuk Sağlığı ve Hastalıkları Kliniği, Zekai Tahir Burak Ek Bina, Hacettepe Mah. Talatpaşa Bul. No: 128, 06230, Altındağ, Ankara, Türkiye.
Telefon: +90 506 407 9866
E posta: dr_zahide@yahoo.com

Yazar bilgileri:
Teslime KILINÇ: teslimeklnc@gmail.com, 0000-0002-9632-9542
Zahide YALAKİ: dr_zahide@yahoo.com, 0000-0002-3409-9016

GİRİŞ

Çocuk gelişiminde ilk üç yaş önemli ve kritik bir dönemdir. İlk üç yaşta çocuğun beyni, her zamankinden daha hızlı gelişmekte ve üç yaşına kadar beynin %80'i oluşmaktadır. Dünya Sağlık Örgütü 1-4 yaş grubu çocukların gün içinde en az 180 dakika hareket halinde olmasını ve bir saatten fazla aktivite kısıtlamasının olmamasını önermektedir (1). Çocuklarda ekran süresinin fazla olması; fiziksel aktivite eksikliği ve obezite riskini artırabilir (2). Çocuklarda yaşa göre önerilenden fazla günlük ekran süresi, oyun bağımlılığı, dikkat sorunları, saldırganlık, dikkat eksikliği ve hiperaktivite gibi birçok olumsuz sonuç ile ilişkilendirilmiştir (3-6).

Anne-babanın psikolojik durumu ve ebeveynlik tutumları çocuğun kişiliğinin gelişiminde temel belirleyici faktördür. Maternal depresyonun çocuğun psikolojik gelişimini olumsuz yönde etkilediği ve ileri dönemde psikiyatrik hastalık gelişme oranını artırdığı bilinmektedir (7). Ayrıca depresyon geçiren annelerin çocukları diğer çocuklarla karşılaştırıldığında alerji, astım, sık üst solunum yolları enfeksiyonu, öksürük, baş ağrısı ve hazımsızlık gibi fiziksel sağlık problemlerini daha çok yaşadıkları gösterilmiştir (8). Anne, baba ve çocukların dahil edildiği bir çalışmada katılımcıların fiziksel aktivite düzeyleri, sağlıklı/sağlıksız gıda tüketimleri, ekran zamanları incelenmiştir. Sağlıkla ilgili davranışların (fiziksel aktivite, ekran süresi, sağlıklı gıdaların tercihi) farklı ailelerde gruplandığı gösterilmiştir. Fiziksel aktivite ve sağlıklı gıda tüketimi ortalamanın üzerinde olup medya kullanımı ve tatlı tüketimi ortalamanın altında olan aileler "sağlıklı davranışlı aileler"; sağlıklı gıda tüketimi düşük olup ekran süresi yüksek olan aileler "sağlıksız davranışlı aileler"; ebeveynlerde sağlıksız davranış kalıpları ve çocuklarda düşük fiziksel aktivite seviyeleriyle birleşen fakat daha az ekran süresi ve daha sağlıklı yeme davranışları olan "farklı davranışlı aileler" olarak belirlenmiştir. Farklı davranışlı ailelere sorular sorulduğunda sağlıkla ilgili benzer cevaplar alınmıştır (9). Bu çalışmada 0-5 yaş arası çocukların dijital ekran maruziyet süreleri, bu maruziyeti etkileyen faktörler ve annelerin depresyon, anksiyete, stres durumu ile çocukların ekran maruziyeti arasındaki ilişki incelenmiştir.

GEREÇ ve YÖNTEM

Çalışma Ankara Eğitim ve Araştırma Hastanesi Çocuk Sağlığı ve Hastalıkları Poliklinikleri'nde 02/2021-05/2021 tarihleri arasında yapılmıştır. Araştırma için Ankara Eğitim ve Araştırma Hastanesi Klinik Araştırmalar Etik Kurulu Başkanlığı'ndan 28/01/2021 tarihinde E-93471371-514.10 sayılı karar ile Etik Kurul onayı alınmıştır.

Pediatri polikliniklerine başvuran 0-5 yaş arası çocuğu bulunan annelere çalışma anlatılmış ve çalışmaya katılmayı kabul edenlere anketler verilmiştir. Annelerden bilgilendirilmiş onam alınmıştır. Çalışmaya katılan 0-5 yaş arası çocuğu olan annelere Sosyodemografik Veri Formu ve 42 sorudan oluşan Depression Anxiety Stress Scales (DASS-42) verilmiştir. DASS-42 değerlendirme puanları Tablo 1'de gösterilmiştir.

Tablo 1. DASS-42 Değerlendirme Puanları

Puan tablosu	Depresyon puanı	Anksiyete puanı	Stres puanı
Normal	0-9	0-7	0-14
Hafif	10-13	8-9	15-18
Orta	14-20	10-14	19-25
İleri	21-27	15-19	26-33
Çok ileri	28 ve üstü	20 ve üstü	34 ve üstü

Çalışmaya kronik hastalığı olan, nörogelişimsel sorunu olan çocuklar, yabancı uyruklu çocuklar, 2-5 yaş arasında olup ebeveyninin ekran süresi boyunca ona eşlik ettiği çocuklar dahil edilmemiştir.

İstatistiksel değerlendirmede, IBM SPSS Statistics 20 programı kullanılmıştır ve istatistiksel anlamlılık düzeyi p<0,05 değeri kabul edilmiştir. Nominal değişkenlerin grup karşılaştırmalarında Ki-Kare ve Fisher's Exact test kullanılmıştır. Ölçek puanlarının sürekli ve ordinal veriler ile ilişkisi Spearman's Korelasyon Katsayısı ile incelenmiştir.

BULGULAR

Çalışmaya 96'sı (%61,5) erkek, 60'ı (%38,5) kız, 156 çocuk alınmıştır. Çocukların yaş ortalaması 31,22±16,14 ay idi. Çocukların 72'si (%46,2) ilk çocuk, 54'ü (%34,6) ikinci çocuk, 30'u (%19,2) üçüncü ve daha sonraki çocuk idi. Çalışmaya katılan ailelerin sosyodemografik verileri Tablo 2'de gösterilmiştir(10).

Tablo 2. Çalışmaya Katılan Çocukların Sosyodemografik Özellikleri

	n	%
Anne Eğitim Düzeyi		
İlköğretim	53	34
Lise	43	27,6
Üniversite	60	38,5
Annenin Çalışma Durumu		
Ev hanımı	107	68,6
Çalışıyor	49	31,4
Baba Eğitim Düzeyi		
İlköğretim	48	30,8
Lise	47	30,1
Üniversite	61	39,1
Babanın Çalışma Durumu		
Çalışmıyor	3	1,9
Çalışıyor	153	98,1
Çocuk Sayısı		
1 Çocuk	50	32,1
2 Çocuk	41	45,5
≥3 Çocuk	35	22,4
Gebeliğin Planlı Olma Durumu		
Evet		
Hayır	122	78,2
	34	21,8
Aile Tipi		
Çekirdek Aile	134	85,9
Geniş Aile	22	14,1
Gelir Düzeyi [10]		
Asgari ücret altı	45	28,8
Asgari ücret üstü	111	71,2
Ailede Psikiyatrik Hastalık		
Evet	7	4,5
Hayır	149	95,5
Psikiyatrik Hastalığı Olan Kişi (n=7)		
Anne		
Anne ve Baba	4	57,1
Anne ve Çocuk	1	14,3
Diğer	1	14,3
	1	14,3
Psikiyatrik İlaç Kullanımı		
Evet	9	5,8
Hayır	147	94,2
Psikiyatrik İlaç Kullananlar(n=9)		
Anne		
Baba	4	44,5
Çocuk	2	22,2
Anne ve Baba	1	11,1
Diğer	1	11,1
	1	11,1

Annenin günlük ekran süresi ile çocuğun Televizyon(TV) süresi arasında pozitif yönlü korelasyon saptanırken (r=0,286 p<0,001), annenin ekran süresi ile çocuğun günlük telefon, günlük kişisel

bilgisayar (PC) ve günlük tablet kullanma süresi arasında ilişki saptanmamıştır (p>0,05). Babanın günlük ekran süresi ile çocuğun günlük telefon ve TV süresi arasında anlamlı ilişki saptanmıştır (sırasıyla p=0,035, p<0,001). Babanın günlük ekran süresi ile çocuğun günlük PC ve tablet kullanma süresi arasında ise ilişki bulunmamıştır (p>0,05). Çocuğun telefon kullanmaya başlama ayı ile çocuğun günlük telefon, TV süresi ve tablet süresi arasında anlamlı ilişki saptanmıştır (sırasıyla p<0,001, p=0,004, p<0,001). Çocuğun telefon kullanmaya başlama ayı ile çocuğun günlük PC süresi arasında ise ilişki bulunmamıştır (p>0,05). Çocuğun ekran süresinin sosyodemografik veriler ve anne-baba ekran süresi ile ilişkisi Tablo 3'te gösterilmiştir.

Tablo 3. Katılımcı Çocukların Ekran Süreleri ile Sosyodemografik Verilerin Karşılaştırılması

	Telefon süresi		Televizyon süresi		PC süresi	
	r	p	r	p	r	p
Çocuk yaşı	**0,482**	**<0,001**	**0,445**	**<0,001**	**0,181**	**0,024**
Kaçıncı çocuk	0,037	0,649	-0,131	0,103	0,091	0,257
Anne yaşı	0,140	0,081	-0,077	0,337	0,064	0,427
Baba yaşı	**0,177**	**0,028**	0,040	0,618	**0,163**	**0,043**
Anne eğitim düzeyi	-0,088	0,273	-0,008	0,920	0,055	0,492
Baba eğitim düzeyi	-0,032	0,695	0,032	0,691	0,056	0,490
Ekonomik düzey	-0,051	0,525	0,034	0,677	0,073	0,364
Anne ekran süresi	0,048	0,555	**0,286**	**<0,001**	0,002	0,977
Baba ekran süresi	**0,169**	**0,035**	**0,281**	**<0,001**	-0,017	0,837
Çocuğun telefon kullanmaya başlama ayı	**0,575**	**<0,001**	**0,228**	**0,004**	0,092	0,253

Çalışmaya katılan annelerin DASS-42 puanları incelendiğinde depresyon ortanca puanı 3,5 (0-39), anksiyete ortanca puanı 4 (0-23), stres ortanca puanı 9 (0-39) olarak bulunmuştur. Ev hanımı olan annelerde ortanca DASS stres puanı 8 (0-39) iken çalışan annelerin ortanca DASS stres puanı 12 (0-31) bulunmuş olup aradaki fark istatistiksel olarak anlamlıdır (p=0,037). Ev hanımı olan annelerle çalışan annelerin DASS depresyon, DASS anksiyete puanları arasında fark bulunmamıştır (p>0,05). Babanın günlük ekran süresi arttıkça annenin DASS depresyon puanları arasında pozitif yönlü korelasyon saptanmıştır (r=0,206, p=0,01). Babanın günlük ekran süresi arttıkça annenin DASS stres puanları arasında pozitif yönlü korelasyon saptanmıştır (r=0,227, p=0,04). Babanın ekran süresi ile annenin DASS anksiyete puanları arasında ise korelasyon saptanmamıştır (p>0,05).

Çocuğun telefon kullanmaya başlama yaşı arttıkça annenin DASS stres puanları arasında negatif yönlü korelasyon saptanmıştır (r=-0,200, p=0,027). Çocuğun günlük telefon süresi arttıkça annenin DASS depresyon puanları arasında pozitif yönlü korelasyon saptanmıştır (r=0,164, p=0,041). Çocuğun günlük TV/PC/tablet süresi ile DASS depresyon, DASS anksiyete ve DASS stres puanları arasında ilişki saptanmamıştır (p>0,05). Çocuk-ebeveyn yaşları ve günlük ekran süreleri ile DASS-42 ölçeği alt boyutları arasındaki ilişki Tablo 4'te gösterilmiştir.

Tablo 4. Çocuk Yaşı, Ebeveyn Yaşı ve Günlük Ekran Süreleri ile DASS-42 Ölçeği Alt Boyutları Arasındaki İlişki

	DASS Depresyon		DASS Anksiyete	
	r*	p	r*	p
Çocuk yaşı	0,084	0,299	-0,015	0,852
Anne yaşı	-0,10	0,898	-0,154	0,054
Baba yaşı	-0,083	0,305	-0,111	0,166
Annenin günlük ekran süresi	0,089	0,269	0,008	0,924
Babanın günlük ekran süresi	**0,206**	**0,010**	0,092	0,253
Çocuk telefon kullanma ayı	-0,118	0,194	-0,128	0,160
Çocuğun günlük telefon süresi	**0,164**	**0,041**	-0,026	0,752
Çocuğun günlük TV süresi	0,134	0,094	0,096	0,234
Çocuğun günlük PC süresi	-0,006	0,937	0,048	0,549
Çocuğun günlük tablet süresi	-0,060	0,457	-0,098	0,224

*Spearman's Korelasyon Katsayısı

Çocuğa telefon/TV/PC/tablet verme nedenleri incelendiğinde; 42 (%26,9) çocuğa yemek yedirmek için, 63'üne (%40,4) oyalamak için, 8'ine (%5,1) uyutmak için, 29'una (%18,6) ağlarken susturmak için, 31'ine (%19,9) annenin işlerini yapabilmesi için, 37'ine (%23,7) video izlemesi için, 29'una (%18,6) oyun oynaması için, 18'ine (%11,5) resimlere bakması için ve 3'üne (%1,9) tüm nedenler için verildiği saptanmıştır. Çocuğa telefon/TV/PC/tablet verme nedenleri ile DASS-42 ölçeği alt boyutlarının karşılaştırması Tablo 5'te verilmiştir.

Tablo 5. Çocuğa Telefon/TV/Bilgisayar/Tablet Verme Nedenleri ile DASS-42 Ölçeği Alt Boyutlarının Karşılaştırması

		DASS Depresyon	DASS Anksiyete	DASS Stres
	n	Ortanca (min-max)	Ortanca (min-max)	Ortanca (min-max)
Yemek yedirmek için				
Hayır	114	3,5 (0-39)	4 (0-23)	10 (0-39)
Evet	42	3,5 (0-27)	4 (0-21)	7,5 (0-28)
p*		0,615	0,603	0,560
Oyalamak için				
Hayır	93	3 (0-28)	4 (0-22)	8 (0-28)
Evet	63	5 (0-39)	4 (0-23)	10 (0-39)
p*		**0,022**	0,805	0,256
Uyutmak için				
Hayır	148	3 (0-39)	4 (0-23)	8,5 (0-39)
Evet	8	6 (0-24)	4 (2-15)	11,5 (3-23)
p*		0,452	0,631	0,486
Ağlarken susturmak için				
Hayır	127	3 (0-39)	4 (0-23)	8 (0-39)
Evet	29	4 (0-24)	4 (0-21)	11 (3-26)
p*		0,295	0,314	0,099
Annelerin işlerini yapması için				
Hayır	125	3 (0-39)	4 (0-23)	8 (0-39)
Evet	31	4 (0-28)	4 (0-22)	12 (0-28)
p*		0,067	0,715	**0,027**
Video izlemesi için				
Hayır	119	3 (0-39)	4 (0-23)	9 (0-39)
Evet	37	4 (0-26)	4 (0-22)	9 (0-28)
p*		0,718	0,870	0,383
Oyun oynaması için				
Hayır	127	3 (0-39)	4 (0-23)	9 (0-39)
Evet	29	4 (0-24)	3 (0-15)	9 (0-25)
p*		0,796	0,262	0,985
Fotoğraflara bakması için				
Hayır	138	3 (0-39)	4 (0-23)	8 (0-39)
Evet	18	5 (0-24)	4,5 (0-16)	13,5 (3-25)
p*		0,275	0,738	0,075
Hepsi				
Hayır	153	3 (0-39)	4 (0-23)	9 (0-39)
Evet	3	9 (6-24)	10 (2-15)	*18 (8-23)
p*		0,072	0,322	0,149

*Mann Whitney U test

Çocuğun yaşı ile çocuğun günlük telefon, TV, PC ve tablet süresi arasında anlamlı ilişki saptanmıştır (p<0,001). Anne yaşı ile çocuğun tablet kullanma süreleri arasında pozitif yönlü korelasyon saptanmıştır (r=0,199 p=0,013). Bununla birlikte anne yaşı ile çocuğun günlük telefon, TV, PC süreleri arasında ilişki bulunmamıştır (p>0,05). Baba yaşı ile çocuğun günlük telefon, PC ve tablet süresi arasında anlamlı ilişki saptanmıştır (sırasıyla p=0,028, p=0,043, p=0,005). Baba yaşı ile çocuğun günlük TV süresi arasında ise ilişki bulunmamıştır (p>0,05).

Annenin ve babanın eğitim düzeyi ile çocuğun günlük telefon, TV, PC ve tablet süresi arasında anlamlı ilişki bulunmamıştır (p>0,05). Ailelerin sosyoekonomik düzeyi ile çocuğun tablet kullanma süresi arasında pozitif yönlü korelasyon (r=0,204 p<0,011) saptanmış olup, çocuğun günlük telefon, TV, PC süresi arasında ilişki bulunmamıştır (p>0,05).

Multiple Lineer Regresyon analizi sonucunda DASS depresyon puanı için açıklayıcı faktörün babanın günlük ekran süresi olduğu saptanmıştır. Multiple Lineer Regresyon analizi sonucunda DASS anksiyete puanı için açıklayıcı faktörün planlı gebelik durumu olduğu saptanmıştır. Planlı gebelik olmaması DASS anksiyete puanını 2,603 puan arttırmaktadır. Multiple Lineer Regresyon analizi sonucunda DASS stres puanı için açıklayıcı faktörün babanın günlük ekran süresi olduğu saptanmıştır. Babanın günlük ekran süresinde iki saatlik artış DASS stres puanını 1,430 puan arttırmaktadır.

TARTIŞMA

Teknolojinin gelişmesi ile birlikte televizyon, telefon, bilgisayar gibi aygıtlara erişim yaygınlaşmıştır. Bu aygıtların günlük hayatı kolaylaştırmasının yanında özellikle küçük yaşta çocuklar ve ergenler için bir takım zararlı etkileri de bulunmaktadır (11-14).

Yapılan çalışmalar 0-5 yaş arası çocukların mobil cihazlara maruz kalma oranının yüksek olduğunu göstermiştir (15). Anne-babanın eğitim düzeyi, çocuğun yaşı, televizyon yayın saatleri ve programların içeriği, ailenin çocuk üzerindeki tutumu televizyon izleme süresini etkilemektedir (16).

Chang ve ark. çalışmasında 2-5 yaş arası çocukların %12,2'si bir yaştan önce, %31,3'ü 2 yaştan önce akıllı telefon kullanmış olup, hiç akıllı telefon kullanmayan çocukların oranı %15,9 bulunmuştur (17). Çalışmamızda telefon kullanmaya başlama yaşı ortalama 21,77±11,27 ay ve hiç telefon kullanmamış çocukların oranı %24,4 (n=38) saptanmış olup daha küçük yaş grubunun dahil edilmesinin bu duruma neden olduğu düşünülmüştür.

Fitzgibbon ve ark. yaptıkları çalışmada 3-5 yaş grubundaki çocukların %84,9'unun herhangi dijital bir aletle ekrana maruz kaldıklarını bildirilmiştir (18). Bizim çalışmamızda bu oran %91 olarak saptanmıştır. Çalışmamızda bu oranın daha yüksek çıkması, günümüz teknolojisi ve yaşam tarzında dijital ekrana maruz kalan çocuk sayısının giderek daha da arttığını düşündürmektedir. Çalışmamızda dijital aygıt kullanan en küçük çocuk beş aylıktır.

Amerika'da 0-8 yaş arası çocukların medya kullanımlarına dair yapılan bir çalışmanın raporunda; çocukların yaşlarının artmasıyla telefon, televizyon ve bilgisayar kullanım sürelerinin de arttığı gözlenmiştir (19). Çalışmamızda da çocukların yaşları ile televizyon, telefon, bilgisayar ve tablet maruziyet süreleri arasında pozitif korelasyon saptanmıştır. Çocuğun nöromotor gelişiminin, algısının ve dijital bağımlılığının yaş ile artmasının bu durumu açıklayabileceği düşünülmüştür.

Kourlaba ve ark. 1-5 yaş aralığındaki 2374 çocuğun televizyon sürelerini inceledikleri çalışmalarında çocukların %26'sının günlük televizyon izleme süresinin iki saat ve üzeri olduğunu, %3,1'inin ise günlük 4 saatten fazla televizyon izlediklerini belirtmişlerdir. Çalışmamızda ise çocukların %12,8'inin iki saat ve daha fazla, %7,7'sinin ise günlük 4 saatten fazla televizyon izlediği saptanmıştır. Çalışmamıza 0-1 yaş arası çocukların dahil edilmesinin iki saatten fazla televizyon izleyen çocukların oranını azalttığı düşünülmüştür(20). Chandra ve arkadaşlarının çalışmasında çocukların ekran süreleri ve babaların yaşları arasında ilişki saptanmamıştır. Bizim çalışmamızda artan baba yaşı ile çocuğun günlük telefon, bilgisayar ve tablet kullanım süreleri arasında pozitif korelasyon olduğu görülmüştür. Literatürde çalışmamıza benzer şekilde anne ve baba eğitim düzeyi ile çocuğun ekran süresi arasında ilişki bulunmamıştır(21-23). Kourlaba ve ark. çalışmasında ise baba eğitim düzeyi ile çocuğun TV izleme süresi arasında anlamlı ilişki bulunmazken, anne eğitim düzeyinin 1-2 yaş arası çocukların televizyon izleme süresini etkilediği bildirilmiştir(20).

Kourlaba ve arkadaşlarının okul öncesi çocukların televizyon izleme sürelerini inceledikleri çalışmalarında anne- baba TV izleme süresi ile çocuğun televizyon süresi arasındaki ilişkinin anlamlı olduğunu bildirmişlerdir(20). Benzer şekilde çalışmamızda da anne ve babanın ekran süresindeki artışın çocuğun televizyon izleme süresini artırdığı tespit edilmiştir. Yanısıra babanın ekran süresindeki artış ile çocuğun günlük telefon süresi arasında da pozitif korelasyon olduğu saptanmıştır. Yeni dijital dünyada kişisel ekran maruziyetinin birlikte yaşayan insanları etkilediği, özellikle evde küçük çocuğu olan anne-babaların bu konuda dikkatli olması gerektiği düşünülmüştür(20, 24).

Çalışmamızda çocuklara %40 oyalamak, %26,9 yemek yedirmek, %23,7 video izlemesi için telefon/TV/PC/tablet verildiği belirlenmiştir. Kabalı ve ark., küçük çocuklarda ekran maruziyet nedeninin sıklıkla (%70) annenin işlerini yapması ve (%65) ağlarken sakinleştirmek için olduğunu bildirmiştir (25).

Literatürdeki yayınların aksine çalışmamızda anne depresyon, anksiyete ve stres düzeyi ile çocuğun günlük TV, tablet, bilgisayar kullanım süresi arasında anlamlı ilişki bulunmamıştır. Bununla birlikte çalışmamızda anne depresyon düzeyi ile çocuğun günlük telefon kullanım süresi arasında pozitif korelasyon saptanmıştır. Bu durum depresyon puanları daha yüksek olan annelerin çocukların daha uzun süre telefon ile ilgilenmesine izin vermesi veya çocukta oluşan dijital bağımlılık ile baş edememesi ile ilgili olabilir.

Literatürde depresif annelerin bulunduğu evlerde diğer evlere göre iki kat daha fazla televizyon izlendiği bildirilmektedir (26). Çalışmamızda anne depresyon, anksiyete ve stres düzeyi ile anne ekran süresi arasında ilişki bulunmamıştır. Babanın ekran süresi ile annenin depresyon ve stres düzeyi arasında pozitif korelasyon olması dikkat çekerken, anksiyete düzeyi ile ilişkisinin olmadığı tespit edilmiştir.

Certain ve ark. çalışmasında annenin çalışma durumunun çocuğun televizyon izleme süresine etkisinin olmadığı bulunmuştur (27). 2017 yılında yapılan başka bir çalışmada ise çalışan annelerin çocuklarının, çalışmayanlara göre hafta içi günlerde yaklaşık 1 saat daha az ekran kullandığı bildirilmiştir (28). Bizim çalışmamızda ise anne çalışma durumunun çocuğun günlük televizyon, telefon, tablet ve bilgisayar kullanım süresini etkilemediği görülmüştür. Çalışmamızda çalışan annelerin stres puanlarının çalışmayan annelere göre daha yüksek bulunurken depresyon ve anksiyete puanları çalışan ve çalışmayan annelerde benzer saptanmıştır. Çalışan ve çalışmayan annelerin çocuklarının günlük telefon süreleri benzer olsa da anne stresinin telefon kullanmaya başlama yaşını azalttığını düşünürsek, çalışan annelerin çocuklarını daha erken telefon ile tanıştırdıklarını söyleyebiliriz.

Çalışmamızda ekran sürelerinin direkt izlenme ve arka plan şeklinde ayrılmaması, izlenen dijital ekranın içeriğinin sorgulanmaması çalışmamızın kısıtlılığını oluşturmaktadır. Benzer makaleler incelendiğinde bazı çalışmalarda ekran süresi hafta içi/ hafta sonu olarak sorgulandığı görülmüştür (20, 28). Çalışmamızda bu şekilde bir ayrım yapılmamış olup ortalama süre sorulmuştur.

Mevcut yayınlarda genel olarak annelerin depresyon durumları ölçülmüş olup çalışmamızda annelere yöneltilen anketle annelerin depresyon, anksiyete ve stres düzeyleri ayrı ayrı incelenmiştir (29). Çocukların günlük ekran süreleri TV, telefon, bilgisayar, tablet olacak şekilde alt başlıklar halinde sorgulanmıştır. Anne depresyon düzeyi ve çocuğun ekran sürelerinin incelendiği makalelerde babanın ekran süresi sorgulanmamıştır. Çalışmamızda ise babanın ekran süresi de sorgulanmış olup, anne DASS puanları ile kıyaslanmış ve anlamlı sonuçlara ulaşılmıştır.

Gelişen teknoloji ve değişen dünya ile birlikte hayatımıza yeni alışkanlıklar girmektedir. Dijital ekranların hayatımızın her anında yer alması bilim insanlarını bu aygıtların çocuklar üzerindeki etkileri konusunda araştırmaya yöneltmektedir. Çalışmamızda çocukların küçük yaşlardan itibaren dijital ekranlar ile tanıştırılabildiği ve yaş ile de günlük ekran süresinin arttığı tespit edilmiştir. Çocukların herhangi bir dijital ekran ile geçirdikleri vakitin; çocuğun yaşı, annenin yaşı, babanın yaşı, sosyoekonomik düzey, annenin DASS depresyon puanı, anne ve baba ekran süresi ile ilişkili olduğu bulunmuştur. Çocuğun telefon kullanmaya başlama yaşının da annenin DASS sres puanı ile ilişkisi tespit edilmiştir. Sağlık profesyonelleri tarafından poliklinik kontrolleri sırasında çocuk-ekran ilişkisinin sorgulanmasının, toplumun bu konuda daha fazla bilinçlendirilmesi için yaygın eğitimlerin ve bilgilendirilmelerin faydalı olacağı düşünülmektedir.

Yazar Katkıları:

Fikir/Kavram: ZY, TK

Çalışma Tasarımı ve Dizayn: ZY, TK

Kaynak ve literatür değerlendirmesi: ZY, TK

Veri Toplama ve/veya İşleme: TK

Analiz ve/veya Yorum: TK, ZY

Yazım:TK, ZY

KAYNAKLAR

1. Fiziksel aktivite. https://www.who.int/news-room/fact-sheets/detail/physical-activity. Erişim Tarihi: 7.02.2022

2. Fang K, Mu M, Liu K, He Y. Screen time and childhood

overweight/obesity: A systematic review and meta-analysis. Child Care Health Dev. 2019;45(5):744-53.

3. Işıkoglu N, Erol A, Atan A, Aytekin S. A qualitative case study about overuse of digital play at home. Curr Psychol. 2023;42:1676–1686.

4. Courage M, Setliff AE. Debating the impact of television and video material on very young children: Attention, learning, and the developing brain. Child Development Perspectives. 2009;3(1):72-8.

5. Mitrofan O, Paul M, Spencer N. Is aggression in children with behavioural and emotional difficulties associated with television viewing and video game playing? A systematic review. Child: care, health and development. 2009;35(1):5-15.

6. Miller CJ, Marks DJ, Miller SR, Berwid OG, Kera EC, Santra A. Brief report: Television viewing and risk for attention problems in preschool children. J Pediatr Psychol. 2007;32(4):448-52.

7. Weinberg MK, Tronick EZ. Emotional characteristics of infants associated with maternal depression and anxiety. Pediatrics. 1998;102(Supplement_E1):1298-304.

8. Rahman A. Can maternal depression increase infant risk of illness and growth impairment in developing countries? Child: care, health and development. 2002;28(1):51-6.

9. Niermann CYN, Spengler S, Gubbels JS. Physical activity, screen time, and dietary intake in families: A cluster-analysis with mother-father-child triads. Front Public Health. 2018;276(6):1-12.

10. Asgari ücret 2021, Aile ve Sosyal Hizmetler Bakanlığı https://www.aile.gov.tr/asgari-ucret/asgari-ucret-2021/ Erişim Tarihi: 27.2.2025

11. Keskindemirci G. Dil gelişimi gecikmiş olan çocuklarda ekran maruziyeti: Ön çalışma sonuçları. İstanbul Tıp Fakültesi Dergisi. 2020;82(4):29-30.

12. Lissak G. Adverse physiological and psychological effects of screen time on children and adolescents: Literature review and case study. Environ Res. 2018;2(3):14-16.

13. Akca A, Ayaz Alkaya S. Erken çocukluk döneminde ekran maruziyetinin etkileri. I Uluslararası 23 Nisan Ulusal Egemenlik ve Çocuk Kongresi. 2019.

14. Irmak AY, Erdoğan S. Ergen ve genç erişkinlerde dijital oyun bağımlılığı: Güncel bir bakış. Türk Psikiyatri Dergisi. 2016;27(2):128-37.

15. Kılıç AO, Sari E, Yucel H, Oğuz MM, Polat E, Acoglu EA, ve ark. Exposure to and use of mobile devices in children aged 1–60 months. Europ J Pediatr. 2019;178(2):221-7.

16. Yeşilbağ Ş. Karakter eğitiminin standartlar müfredatıyla birlikte gerçekleştirme. Yaşadıkça Eğitim Dergisi. 2011;110(1):20-6.

17. Chang HY, Park EJ, Yoo HJ, Lee JW, Shin Y. Electronic media exposure and use among toddlers. Psychiatry Investig. 2018;15(6):568-73.

18. Fitzgibbon ML, Stolley MR, Schiffer L, Kong A, Braunschweig CL, Gomez-Perez SL, et al. Family-based hip-hop to health: outcome results. Obesity (Silver Spring). 2013;21(2):274-83.

19. 0-8 yaş arasındaki çocuklar dijital medyayı nasıl kullanıyor? https://dijitalmedyavecocuk.bilgi.edu.tr/2017/11/15/0-8-yas-arasindaki-cocuklar-medyayi-nasil-kullaniyor/ Erişim Tarihi: 1.3.2025

20. Kourlaba G, Kondaki K, Liarigkovinos T, Manios Y. Factors associated with television viewing time in toddlers and preschoolers in Greece: the GENESIS study. J Public Health. 2009;31(2):222-30.

21. Chandra M, Jalaludin B, Woolfenden S, Descallar J, Nicholls L, Dissanayake C, et al. Screen time of infants in Sydney, Australia: a birth cohort study. BMJ Open. 2016;6(10):1-7.

22. Byeon H, Hong S. Relationship between television viewing and language delay in toddlers: evidence from a Korea national cross-sectional survey. PLoS One. 2015;10(3):1-12.

23. Dennison BA, Russo TJ, Burdick PA, Jenkins PL. An intervention to reduce television viewing by preschool children. Archives of Pediatrics & Adolescent Medicine. 2004;158(2):170-6.

24. Duch H, Fisher EM, Ensari I, Harrington A. Screen time use in children under 3 years old: a systematic review of correlates. Int J Behav Nutr Phys Act. 2013;10(102):1-10.

25. Kabalı HK, Irigoyen MM, Nunez-Davis R, Budacki JG, Mohanty SH, Leister KP, et al. Exposure and use of mobile media devices by young children. Pediatrics. 2015;136(6):1044-50.

26. Bank AM, Barr R, Calvert SL, Parrott WG, McDonough SC, Rosenblum K. Maternal depression and family media use: A questionnaire and diary analysis. J Child Fam Stud. 2012;21(2):208-16.

27. Certain LK, Kahn RS. Prevalence, correlates, and trajectory of television viewing among infants and toddlers. Pediatrics. 2002;109(4):634-42.

28. Çelik E. 4-6 yaş çocukların ekran kullanımının ebeveyn ekran kullanımı ve aile işlevleri ile ilişkisi. Çukurova Üniversitesi Tıp Fakültesi Aile Hekimliği Anabilim Dalı, Uzmanlık Tezi, Adana 2017.

29. Günel Karaburun İE. İki yaşından küçük çocuklarda ekran maruziyeti, buna etki eden bazı ailesel faktörler ve anne Beck Depresyon Ölçeği ile olan ilişkisi [Uzmanlık Tezi]. Ankara: Hacettepe Üniversitesi Tıp Fakültesi; 2021.