

7. ULUSLARARASI KADIN ÇOCUK SAĞLIĞI VE EĞİTİMİ KONGRESİ

7TH INTERNATIONAL CONGRESS ON WOMAN AND CHILD HEALTH AND EDUCATION

24/25 MAYIS 2021

www.kadincocuksagligiveegitimkongresi.org



7. ULUSLARARASI KADIN ÇOCUK SAĞLIĞI VE EĞİTİMİ KONGRESİ

KONGRE BAŞKANI

Prof. Dr. Ümran SEVİL

Güven Plus Grup A.Ş. Yayınları: 17/2021
MAYIS-2021

Yayıncı Sertifika No: 36934

E-ISBN: 978-625-7367-13-4

Güven Plus Grup A.Ş. Yayınları

Bu **KONGRE KİTABININ** her türlü yayın hakkı GÜVEN PLUS GRUP DANIŞMANLIK A.Ş. "GÜVEN YAYINLARI"na aittir. Yayınevinin yazılı izni olmadan, kitabın tümünün veya bir kısmının elektronik, mekanik ya da fotokopi yoluyla basımı, yayını, çoğaltımı ve dağıtımı yapılamaz. *Kitapta yer alan her bölüm/bildiri-bilimsel içerik ve bilgilerin sorumluluğu, görseller, grafikler, direkt alıntılar ve etik/kurum iznine yönelik sorumluluk ilgili yazar(lar)a aittir. Etik kurul ve kurum izni konusunda kongre öncesinde tüm katılımcılara bilgi verilmiş, kongreye gönderilen ve kitapta yer alan çalışmalarına ilişkin ETİK KURUL VE KURUM İZİNİNE YÖNELİK taahhüt belgesi alınmıştır. Bu nedenle ETİK KURUL VE KURUM İZİNİNE YÖNELİK oluşabilecek herhangi hukuki bir olumsuzlukta Yayınevi başta olmak üzere kongre kitabının hazırlanmasına destek sağlayan kurumlar, kitabın düzenlenmesi ve tasarımından sorumlular kurullar ve editörler/hakemler, kongre bilim kurulu, oturum başkanları, düzenleme kurulu ve organizasyon firması hiçbir konuda "maddi ve manevi" bir yükümlülük ve hukuki sorumluluğu kabul etmez, hukuki yükümlülük altına alınmaz. Her türlü hukuki yükümlülük ve sorumluluk "maddi ve manevi" yünden ilgili bölüm yazar(lar)ına aittir. Bu yöndeki haklarımızı maddi ve manevi yünden GÜVEN GRUP DANIŞMANLIK "GÜVEN YAYINCILIK" A.Ş. olarak KONGREDE DÜZENLENMESİ VE GERÇEKLEŞTİRİLMESİNDE EMEĞİ GEÇEN HERKES ADINA saklı tutarız. Herhangi bir hukuki sorunda/durumda İSTANBUL MAHKEMELERİ yetkilidir. Kongremiz KVKK kanun kapsamında ve özel hayatın gizliliğine uygun hareket eder ve bunu taahhüt eder. Kongremize yönelik her türlü bilgi ve belge ancak mahkeme kararı ile talep edilebilir.* Güven Plus Grup Danışmanlık A.Ş. bünyesinde hazırlanan ve yayınlan bu eser ISO: 10002:2014-14001:2004-9001:2008-18001:2007 belgelerine sahiptir. Bu eser TPE "Türk Patent Enstitüsü" tarafından "Güven Plus Grup A.Ş. 2016/73232" nolu tescil numarası ile markalı bir eserdir. Bu bilimsel ve akademik kongre kitabında yer alan çalışmalar ulusal ve uluslararası nitelikte olup, **17/01/2020 tarihli ve 31011 sayılı Resmî Gazete'de yayımlanan 16/1/2020 tarihli ve 2043 sayılı Cumhurbaşkanî Kararı Uyarınca** akademik teşvik kriterlerini karşılamaktadır. Bu kongre kitabı çok bölümlü/yazarlı olan İngilizce ve Türkçe hazırlanmış E-ISBN'li olup, Kültür Bakanlığı Millî Kütüphaneler tarafından ve 18 Farklı Dünya Ülkesiyle Anlaşmalı olan Millî Kütüphanenin E Erişim sistemi tarafından da taranmaktadır. Bu kongre kitabı maddi bir değer ile alınıp satılamaz. Kitapta yer alan eserlerin telif hakları bölüm yazar(lar) tarafından GÜVEN PLUS GRUP YAYINCILIK A.Ş. ye devredilmiştir. Bu Kongre kitabında yer alan bölüm/bildiri/makalelerden alıntı yapmak ve ilgili bölüm/bildiri/makaleye atıf yapılmak koşulu ile kaynak gösterilmek üzere bilimsel ya da ilgili araştırmacılar tarafından kullanılabilir. Kongremiz ilgili kanunlar ve yönetmeliklere bağlı hareket eder. Bu konuda her türlü konuya ilişkin işleyiş ve yaptırımlar sadece ilgili/yetkili mahkemelerdir. Mahkemeler dışında hiçbir kamu kurum ve kuruluşu, kişi kişi(ler), özel sektör kurumları kongremiz üzerinde bir yaptırım hakkında sahip olmamakla birlikte bir talep ve istekte bulunamaz. Bu durum kongremize katılım sağlayan kişi, kişiler, kurum ve kuruluşlar tarafından kabul edilmiştir. Kongremiz bilgi ve belge paylaşmak zorunda ve zorunluluğunda değildir. Bilgi ve belge ilgili talep olması durumunda yetkili mahkemeler nezdinde sağlanır ve verilir. Kongre katılımcılarına verilen belge, bilgi ve video kayıtları ancak kendi kişisel bilgileri dahilinde kullanılabilir. Bunun dışında diğer katılımcılara ait video link ve diğer bilgilerin kullanılması durumunda kullananlar hakkında her türlü hukuki haklarımızı maddi ve manevi yünden saklı tutarız. Tüm katılımcılar KVKK kanun ve özel hayatın gizliliği koşul ve hukuki yaptırımlarına uymak, uyum sağlamak ve bu gizlilik koşullarını peşinen kongremize katıldıkları için kabul etmiştir. Ayrıca kongremize katılım sağlayan tüm katılımcılara ait bilgiler tarafımızdan saklı tutulur ve hukuki süreç içerisinde kullanılır.

Metin ve Dil Editörü

Prof. Dr. Çetin YAMAN

Prof. Dr. Gülten HERGÜNER

Prof. Dr. Ümran SEVİL

Doç. Dr. Ali Serdar YÜCEL

Doç. Dr. Nazan ERENOĞLU SON

Doç. Dr. Gökşen ARAS

Doç. Dr. Saliha ÖZPINAR

Dr. Öğr. Üye. Ayça GÜRKAN

Uzm. Dr. Osman SON

Uzm. Dr. Süleyman DERMAN

Kapak Tasarımı

Prof. Dr. Pelin AVŞAR KARABAŞ

Sayfa Düzeni

Burhan MADEN

Baskı-Cilt

GÜVEN PLUS GRUP DANIŞMANLIK A.Ş. YAYINLARI®

Kayaşehir Mah. Başakşehir Emlak Konutları, Evliya Çelebi Cad. 1/A D Blok K4 D29 Başakşehir İstanbul Tel: +902128014061- 62
Fax:+902128014063 Mobile:+9053331447861

KİTAP/DERGİ/KONGRE İMTİYAZ SAHİBİ

GÜVEN PLUS GRUP DANIŞMANLIK A.Ş. YAYINLARI®

Kayaşehir Mah. Başakşehir Emlak Konutları, Evliya Çelebi Cad. 1/A D Blok K4 D29 Başakşehir İstanbul Tel: +902128014061-62-
63 - +905331447861 info@guvenplus.com.tr, www.guvenplus.com.tr

DAVETLİ KONUŞMACILAR

İNTERNET BAĞIMLILIĞININ ÖNLENMESİ İÇİN UYGULANMASI GEREKEN EĞİTİM PROGRAMLARINDA ZAMAN FAKTÖRÜNÜN ÖNEMİ

Doç. Dr. Mihalis (Michael) KUYUCU

Alanya HEP Üniversitesi, Antalya / Türkiye

20 yüzyıl dünyada teknolojinin en hızlı gelişim yaşadığı dönem olmuştur. Önce radyo sonra televizyon ve doksanlarla beraber yaygınlaşan internet, toplumsal yaşam dinamiklerinin işleyişine radikal bir biçimde etki etmiştir. Teknolojide yaşanan gelişmeler toplumu her aşamada teknoloji ile daha da içiçe yaşamasına neden olmuştur. Bu durum her geçen gün daha da artış göstermekte ve insanların teknolojiye olan alışkanlıkları artmaktadır. Doksanlı yıllarda yaygınlaşmaya başlayan internet kullanımı özellikle web 2.0 ve web 3.0 teknolojilerinin gelişmesi ile birlikte iki binli yıllarda insanların en iyi arkadaşı olmuştur. Bu arkadaş özellikle sosyal medyanın ortaya çıkması, internet hızının artması ve dolayısıyla internet penetrasyonunun büyümesi ile beraber arkadaş olmaktan öteye geçmiş ailenin bir bireyine dönüşmüştür. İnternet'in sağladığı, multimedya içerik, e-ticaret ve eğlence- iyi zaman geçirme gibi faydalar toplumu her açıdan bir dijital dönüşüme zorlamıştır. Bu dijital dönüşüm ile beraber insanların ailesi konumunda olan internet artık ailenin de ötesine geçerek insanın iç dünyasında onu tutsak eden bir bağımlılığa dönüşmüştür. İnternet bağımlılığı konusu ilk olarak 1995 yılında Ivan Golberg tarafından bilimsel olmayan bir aktüel varsayım ile dünya gündemine gelmiştir. 1996 yılında Young internet bağımlılığının bir psikiyatrik hastalık olduğunu savunarak konuyu bilimsel anlamda tartışmaya açan bilim insanlarından biri olmuştur. İki binli yıllarla beraber yaşanan dijital dönüşüm insanların gündelik hayatta daha fazla internet kullanmasına neden olmuştur. Özellikle sosyal medya aracılığı ile yaygınlaşan dijital iletişim, insanların bu alışkanlığını bir tutkuya dönüştürmüştür. İnternet her yaşta insana ilgi duyacağı bir içerik sunarak adeta bir virüs gibi insanların zihinlerine girmekte ve onları kendine esir etmektedir. Bağımlılık olarak ortaya çıkan psikolojik etkiler insanların yaşam alışkanlıklarını da değiştirmektedir. İnternet bağımlısı olan bir kişi internet için harcadığı zamanın kontrolünü kaybeder, günlük rutin işlerini yapacak zaman ve konsantrasyon bulamaz, asosyalleşir. Özetle internet bağımlılığının ruhsal etkileri çok ciddidir ve insanın yaşam koşullarını farkında olmadan değiştirmesine neden olur. Fiziksel etkiler ise baş ağrısı, duruş bozukluğu, uyku bozukluğu, halsizlik, obezite gibi durumlarla kendisini gösterir. Gerek ruhsal gerekse fiziksel etkiler insanların farkında olmadan sağlık ve yaşam kalitesinin bozulmasına neden olmaktadır. İnternet penetrasyonuna bağlı olarak artan bu durum özellikle 2020 yılında başlayan Covid-19 pandemisinde daha da hızlanmıştır. Kısıtlamaların yaşanması ve bir yıldan uzun süren karantina dönemi küresel bazda insanların hayata dair tüm etkinlikleri internet aracılığı ile yapmasına neden olmuştur. Bu durum bir kez daha internet bağımlılığı konusunu gündeme getirmiş ve internet bağımlılığının önüne geçmenin artık bir zorunluluk olduğu konusu tartışmaya açmıştır. İnternet bağımlılığının önce kontrol altına alınması daha sonra düşürülmesi klinik bir olaydır. Bu konuda psikiyatrik düzlemde bağımlılık tedavilerinin yapılması gerektiği gibi internet bağımlılığının ortaya çıkmaması için bilinçlendirmelerin de yapılması gerekir. Bu bilinçlendirme odağında ise eğitim vardır. İnsanlara, özellikle gençlere dijital medya konusunda eğitim verilirken bağımlılık konusuna da değinilmesi gerekmektedir. Bilinçli bir eğitim özellikle çocukların gelecekte internet bağımlılığı tuzağına düşmemesi için uygulanması gereken ilk yöntemdir. Burada eğitimin zamanlaması birincil dereceden önem taşımaktadır. Bunun için önce aileler evlerinde, sonra ana okullarda ve devamında sırasıyla ilkökul ve liselerde bu konuda eğitim verilmelidir. Ülkemizde birkaç yıl önce başlayan medya okuryazarlığı dersinden sonra

DAVETLİ KONUŞMACILAR

gündeme gelen yeni medya okuryazarlığı dersinde amaçlanan hedeflere ulaşlamamış ve bu dersler sıradan birer teorik ders olarak kalmıştır. Öğretmenlerin angarya verdiği, öğrencilerinse angarya aldığı hiçbir işlevi kalmayan medya okuryazarlığı ve yeni medya okuryazarlığı derslerinin müfredatlarının yenilenmesi ve bu eğitimleri alanında uzman eğitimcilerin daha az teori ve daha çok uygulama ile sunması gerekmektedir. Buna ek olarak internet bağımlılığının gelecek nesillerde azaltılması için aynı adlı dersin müfredata eklenmesi ve bu dersin ana okullarda başlatılması gerekmektedir. Çocuk yaşta başlayacak olan “İnternet bağımlılığı” dersinin eğitimcilerin yanı sıra psikiyatrlar tarafından verilmesi bu eğitimin amacına ulaşmasında can alıcı noktadır.