

'DEPRESYON VARLIĞI ERGENLERDE ÇEVİRİM İÇİ OYUN TEMİZLİĞİNE YOL AÇABİLİR'

Ondokuz Mayıs Üniversitesi (OMÜ) Tıp Fakültesi Sosyal Pediatri Bilim Dalı Başkanı Dr. Öğr. Üyesi Tuğba Ayçiçek Dinçer, ergenlerde oyun bağımlılığına yönelik, "Yapılan araştırmalar bağımlı olan oyuncular arasında depresyon, anksiyete, sosyal fobi ve düşük okul başarısını ilişkili bulmuştur. Depresyon varlığı da ergenlerde çevrim içi oyun bağımlılığına yol açabilir. Yalnızlık, sosyal çevreden çekilme ve aktivitelere karşı isteksizlik, çevrimiçi oyunları bu sorunların üstesinden gelmek için bir kaçış yolu haline getirebilir" dedi.

depresyon taramasının önemini vurgulamak için önemlidir." Ailelere önerilerde bulunan Dr. Dinçer, çocukların dijital oyunlarla sağlıklı bir ilişki kurabilmesi için belirli sınırlar koyulması gerektiğini belirtti. Aynı zamanda, oyunların sosyal aktivitelerle dengelenmesi gerektiğini ifade etti. (DHA)



oyunlar oynamak yalnızlık, düşük yaşam memnuniyeti, depresyon, saldırgan davranışlar, kaygı, şiddet eğilimleri, pozitif sosyal davranışların azalması, dikkat eksikliği ve şiddete duyarsızlık gibi çeşitli psikososyal sorunlarla ilişkilendirilmiştir. Yapılan araştırmalar bağımlı olan oyuncular arasında depresyon, anksiyete, sosyal fobi ve düşük okul başarısını ilişkili bulmuştur. Depresyon varlığı da ergenlerde çevrim içi oyun bağımlılığına yol açabilir. Yalnızlık, sosyal çevreden çekilme ve aktivitelere karşı isteksizlik, çevrimiçi oyunları bu sorunların üstesinden gelmek için bir kaçış yolu haline getirebilir. Çalışmalar, ergenlerin genellikle çevrim içi oyunları sosyal çevrelerine ait olma hissini telafi etmek için kullandığını gösteriyor. Dünya genelinde ergenler arasında depresyonun yaygınlık oranı 10-14 yaş arası yüzde 1,1, 15-19 yaş arası yüzde 2,8'dir. Bu da ergenlerde

kötü bir alışkanlığa girmesini kolayca engelleyebilecek rol modelin olmaması anlamına geliyor. Böyle ailelerde büyüyen çocukların psikolojik gelişimi kısıtlanır. Hem duygusal ve davranışsal sorunlar hem de zayıf aile içi iletişim, çocukların ihmal edildiklerini hissetmelerine neden olabilir. Bu durum da destek bulmaya ihtiyaç duyan bu çocukların internet aracılığıyla kolayca bilgisayar oyunları gibi diğer ilgi çekici şeylere yönelmesine neden olabilir. Günlük hayattan kaynaklanan kaygıyı oyun oynayarak gidermeyi seçtikleri için, her gün çok fazla saat harcamaya eğilimli hale gelirler. Ayrıca dijital oyun dünyası bir başarı duygusu elde etmek ve diğer alanlarda başarılı olamamanın kaybını karşılamak için mükemmel bir ortam sunuyor" dedi.

DİJİTAL OYUN BAĞIMLILIĞI VE PSİKOSOSYAL SORUNLAR

Dijital oyun bağımlılığının psikososyal ve davranışsal sorunlarla doğrudan ilişkili olduğunu belirten Dr. Öğr. Üyesi Tuğba Ayçiçek Dinçer, konuşmasını şöyle sürdürdü: "Şiddet içeren dijital

oyun oynuyor. Bu tür oyunlardan hoşlanan insanların çoğu sorunlu davranışlar geliştirmese de oyun oynamanın her şeyi tüketmesi ve günlük işleyişi olumsuz etkilemesi mümkün. Çalışmalar, çevrim içi oyun bağımlılığının yaygınlığının dünya çapında yüzde 3,1'e ulaştığını, ergen erkeklerde yüzde 6,8 ve ergen kızlarda yüzde 1,3 olduğunu gösteriyor. Güneydoğu Asya, Amerika Birleşik Devletleri ve Avrupa'da uzmanlaşmış tedavi merkezlerinin kurulması, durumun ciddiyetini yansıtıyor. Türkiye'de ulusal düzeyde yaygınlık göstergeleri bulunmamakla birlikte, yapılan çalışmalarda bağımlı oyuncu oranı yüzde 11,1 ile yüzde 28,8 arasında bulunmuş" diye konuştu.

'EBEVEYNLERİN ROL MODEL OLMASI ÖNEMLİ BİR FAKTÖR'

Özellikle çocuk ve gençlerin bu risk grubunda olduğuna dikkat çeken Dr. Dinçer, aile ilişkilerinin ve ebeveyn rol modellerinin çocukların dijital oyun bağımlılığını engellemede büyük rol oynadığını vurguladı. Dinçer, "Ebeveynlerin depresyon, kaygı gibi zihinsel işlevleri ve cezalandırıcı, reddedici, otoriter davranışları, çocukların

Genel hatlarıyla dijital oyun bağımlılığının, oyun oynama alışkanlıkları üzerindeki kontrolün ciddi şekilde azalması olarak tanımlandığını belirten OMÜ Tıp Fakültesi Sosyal Pediatri Bilim Dalı Başkanı Dr. Öğr. Üyesi Tuğba Ayçiçek Dinçer, "Bu durumun, bireylerin günlük işleyişini, kişisel, sosyal ve mesleki sorumluluklarını olumsuz etkileyebileceğini söyledi. İnternetin sınırsız ve kontrolsüz kullanımının, özellikle dijital oyunlara olan erişimi kolaylaştırarak bağımlılık riskini artırdığını ifade eden Dr. Dinçer, "Dijital oyun geliştiricilerin düşük giriş eşiği stratejisi uygulamaları, sıradan akıllı telefonların çevrim içi oyunları çalıştırabilmesini sağlıyor ve bu durum dijital oyunlara erişimi kolaylaştırıyor. Dünya çapında milyonlarca insan dijital

