

TÜRKİYE BÜYÜK MİLLET MECLİSİ

UYUŞTURUCU MADDE BAĞIMLILIĞI VE YENİ BAĞIMLILIK TÜRLERİNİN ARAŞTIRILARAK BAĞIMLILIĞIN NEDENLERİNİN VE ALINACAK TEDBİRLERİN TESPİT EDİLMESİ MAKSADIYLA KURULAN MECLİS ARAŞTIRMASI KOMİSYONU TUTANAK DERGİSİ



10'uncu Toplantı
21 Mart 2018 Çarşamba



(TBMM Tutanak Hizmetleri Başkanlığı tarafından hazırlanan bu Tutanak Dergisi'nde okunmuş bulunan her tür belge ile konuşmacılar tarafından ifade edilmiş ve turnak içinde belirtilmiş alıntı sözler aslına uygun olarak yazılmıştır.)

İ Ç İ N D E K İ L E R

Sayfa

I.- GÖRÜŞÜLEN KONULAR

II.- SUNUMLAR

- 1.- Türkiye Yeşilay Cemiyeti 2. Genel Başkan Yardımcısı Mehmet Dinç'in, davranışsal bağımlılık olarak internet ve teknoloji bağımlılığı, önlenmesi için öneriler ve Yeşilay olarak yapılan çalışmalar hakkında sunumu
- 2.- Doç. Dr. Mehmet Barış Horzum ve Doç. Dr. Tuncay Ayas'ın, oyun bağımlılığı, etkileyen faktörler ve çözüm önerileri hakkında sunumu
- 3.- Doç. Dr. Gül Karaçetin'in, internet ve teknoloji bağımlılığının önlenmesi ve tedavisi hakkında sunumu

4.- Bilgi Teknolojileri ve İletişim Kurumu İnternet Dairesi Bilişim Uzmanı
Levent Gönenç'in, internetin güvenli ve bilinçli kullanımı konularında
kurumun yürüttüğü faaliyetler hakkında sunumu

III.- OTURUM BAŞKANLARININ KONUŞMALARI

1.- Komisyon Başkanı Yılmaz Tezcan'ın, Komisyona üst düzey
bürokratların davet edildiğine, BTK'den de en azından başkan veya başkan
yardımcısı gelmesi gerektiğine ilişkin açıklaması



**UYUŞTURUCU MADDE BAĞIMLILIĞI VE YENİ BAĞIMLILIK TÜRLERİNİN
ARAŞTIRILARAK BAĞIMLILIĞIN NEDENLERİNİN VE ALINACAK TEDBİRLERİN
TESPİT EDİLMESİ MAKSADIYLA KURULAN MECLİS ARAŞTIRMASI KOMİSYONU**

**10'uncu Toplantı
21 Mart 2018 Çarşamba**

I.- GÖRÜŞÜLEN KONULAR

TBMM Uyuşturucu Madde Bağımlılığı ve Yeni Bağımlılık Türlerinin Araştırılarak Bağımlılığın Nedenlerinin ve Alınacak Tedbirlerin Tespit Edilmesi Maksadıyla Kurulan Meclis Araştırması Komisyonu saat 11.09'da açılarak üç oturum yaptı.

Türkiye Yeşilay Cemiyeti 2. Genel Başkan Yardımcısı Mehmet Dinç tarafından, davranışsal bağımlılık olarak internet ve teknoloji bağımlılığı, önlenmesi için öneriler ve Yeşilay olarak yapılan çalışmalar,

Doç. Dr. Mehmet Barış Horzum ve Doç. Dr. Tuncay Ayas tarafından, oyun bağımlılığı, etkileyen faktörler ve çözüm önerileri,

Doç. Dr. Gül Karaçetin tarafından, internet ve teknoloji bağımlılığının önlenmesi ve tedavisi,

Bilgi Teknolojileri ve İletişim Kurumu İnternet Dairesi Bilişim Uzmanı Levent Gönenç tarafından, internetin güvenli ve bilinçli kullanımı konularında kurumun yürüttüğü faaliyetler,

Hakkında birer sunum yapıldı.

Komisyon Başkanı Yılmaz Tezcan, Komisyona üst düzey bürokratların davet edildiğine, BTK'den de en azından başkan veya başkan yardımcısı gelmesi gerektiğine ilişkin bir açıklamada bulundu.

Komisyon gündeminde görüşülecek başka konu bulunmadığından saat 17.02'de toplantıya son verildi.

21 Mart 2018 Çarşamba

BİRİNCİ OTURUM

Açılma Saati: 11.09

BAşKAN: Yılmaz TEZCAN (Mersin)

BAşKAN VEKİLİ: Kerem Ali şÜREKLİ (İzmir)

SÖZCÜ: Gökcen ÖZDOĞAN ENÇ (Antalya)

KÂTİP: Lütfiye İlksen CERİTOĞLU KURT (Çorum)

BAşKAN – Kıymetli katılımcılar, değerli hocalarım; bugün uyuşturucu madde bağımlılığı ve yeni bağımlılık türlerinin araştırılarak bağımlılığın nedenlerinin ve alınacak tedbirlerin tespit edilmesi maksadıyla kurulan Meclis araştırma komisyonumuzun Onuncu toplantısının Birinci Oturumunu açıyorum.

Toplantı yeter sayısı vardır.

Birinci Oturumumuzda, Türkiye Yeşilay Cemiyeti 2’nci Genel Başkan Yardımcısı ve Hasan Kalyoncu Üniversitesi psikoloji bölümü öğretim üyesi Yardımcı Doçent Doktor Mehmet Dinç Hocamıza bize internet ve teknoloji bağımlılığıyla ilgili bilgi verecekler. Daha sonra da Türkiye Yeşilay Cemiyeti sunumu, uzman Emel Saçkesen konuyla alakalı sunumlarını gerçekleştirecekler.

Ben tekrar Mehmet Dinç Hocamıza hoş geldiniz diyorum.

Söz sizde Hocam, buyurun.

II.- SUNUMLAR

1.- Türkiye Yeşilay Cemiyeti 2. Genel Başkan Yardımcısı Mehmet Dinç’in, davranışsal bağımlılık olarak internet ve teknoloji bağımlılığı, önlenmesi için öneriler ve Yeşilay olarak yapılan çalışmalar hakkında sunumu

TÜRKİYE YEşİLAY CEMİYETİ 2. GENEL BAşKAN YARDIMCISI MEHMET DİNÇ – Onları bugün size kısa bir zaman içerisinde anlatmaya çalışacağım çünkü 2006 yılından beri ben teknoloji ve İnternet bağımlılığı çalışıyorum. O zamanlar, tabii, çalıştığımız zamanlar insanlar çok ilginç karşılıyorlardı, 2010 yılına kadar ciddi anlamda şaka yapılı bir konuydu “Böyle bir şey var mı, böyle bir şey olmaz.” diye. Biraz sonra da üzerinde biraz daha durmaya çalışacağım. 2010 yılından itibaren artık etkileri görölmeye başladıktan sonra yavaş yavaş internet bağımlılığı meselesi daha ciddiye alınır hâle gelmeye başladı. Dolayısıyla oldukça geniş bir kapsamı var meselenin ama ben kısa vakitte mümkün olduğu kadar hızla size konuyu arz etmeye çalışacağım.

şimdi, birinci mesele “bağımlılık” denildiğinde insanların aklına genelde uyuşturucu, sigara, alkol geliyor. Biz bunlara “kimyasal bağımlılık” diyoruz. Halbuki bağımlılık sadece kimyasal bağımlılıklardan ibaret değıl, olayın bir de öbür tarafı, davranışsal bağımlılıklar tarafı var yani bir davranışa bağımlı olma şeklinde kendini gösteren bağımlılıklar var. Fakat bütün dünyada -ölkemizde de geçerli- bağımlılık denildiğinde genelde kimyasal bağımlılıklar anlaşılıyor, halbuki davranışsal bağımlılıklar var ve davranışsal bağımlılıklar bire bir kimyasal bağımlılıklarla aynı değıl, biraz daha farklı bir şekilde üzerinde çalışılması, anlaşılması lazım. Bu noktada temel bir soru var: “Bir davranış ne zaman normal davranıştır, ne zaman bağımlılıkla ilgili şüphede başlanır davranışı konusunda?” Bu da esasında tartışmalı ve üzerinde yüzde yüz anlaşma sağılanmış bir konu değıl ancak bu konudaki çalışmalar daha çok bu 6 tane kriterin olması söz konusu olduğunda bir davranışın artık normal bir

davranış olmaktan ziyade bağımlı davranışı olduğunu gösteriyor. Bunlardan birincisi dikkat çekme yani bir insanın hayatında yirmi dört saatini, bir haftasını genel olarak incelediğinizde bir davranışın diğer bütün davranışlardan fazla ve eşitsiz olarak çok yer kapladığının görülmesi. İkincisi, bir davranışın duyu durum değişimi için kullanılması. Üçüncüsü, tolerans gelişimi yani o davranışın insanın hayatında her geçen gün daha fazla artmaya başlaması. Dördüncüsü, geri çekilme belirtileri yani herhangi bir şekilde bu davranışı yapamaz hâle geldiğinde, davranışı yapmakla alakalı bir engel yaşadığında psikolojik ya da fizyolojik olarak sıkıntılar, sorunlar yaşamaya başlaması. Beşincisi, bu davranışın hayatındaki yerinden dolayı yakın çevresiyle veya sorumlu olduğu insanlarla alakalı sorunlar yaşamaya bağlı olarak çatışmalar tecrübe etmesi ve altıncı olarak diğer kimyasal bağımlılıklarda gördüğüm önemli bir belirti nüks etme yani her ne kadar “Bu davranış benim hayatıma zarar veriyor, bırakayım.” düşüncesine kapılsa da her türlü bırakma denemesinin başarısızlıkla sonuçlanması ve tekrar tekrar davranışın ortaya çıkması.

“Davranışsal bağımlılık” dediğimizde tabii çok şey akla gelebilir ama literatürde gördüğümüz, en yaygın olarak üzerinde çalışılan belli davranışlar var. Bunlardan ilki kumar. 1880’lerde bunun üzerine ilk akademik çalışmalar yapılmış ama “bağımlılık” denildiğinde genelde kimyasal bağımlılıklar anlaşıldığı için kumar bağımlılığının DSM’ye girmesi yüz yıl sürmüş, 1983’lerde DSM’ye alınmış, yüz yıl boyunca bağımlılık olarak çok kabul edilmemiş üzerine bir sürü çalışma yapıldığı hâlde.

Alışveriş bağımlılığı var, cinsellik bağımlılığı var, spor bağımlılığı var, iş bağımlılığı var, internet ve teknoloji bağımlılığı var. İnternet ve teknoloji bağımlılığı diğer davranışsal bağımlılıklardan biraz daha önemli bence. Çünkü burada size arz etmek istediğim tabloda göreceksiniz, internet bağımlılığını da biz ikiye ayırıyoruz. Birincisi genel bağımlılık, ikincisi özgül bağımlılık, spesifik bağımlılık. Özgül bağımlılığa baktığımızda diğer bütün davranış bağımlılıklarının maddelerini görebiliyoruz yani on-line kumar bağımlılığı, on-line cinsellik bağımlılığı, on-line oyun bağımlılığı, on-line alışveriş bağımlılığı, on-line sosyal medya bağımlılığı, on-line bilgi, haber bağımlılığı gibi alt boyutları var yani internet ve teknoloji bağımlılığı tek başına diğer bütün bağımlılıkları da kapsar veya dönüştürür hâle gelebiliyor. Bu anlamda baktığımızda, internet bağımlılığı, diğer davranışsal bağımlılıklardan hem daha yaygın hem daha kapsayıcı, onları da içerisine alır şekilde kendini gösterebilir.

Genel bağımlılık, doğrusu, internet ilk toplumlara yayıldığında çok gördüğümüz bir şeydi yani bir insanın internette çeşitli sitelere girmesi, devamlı olarak orada vakit geçirmesi şeklinde kendini gösteriyordu ama özellikle bu “dijital yerliler” dediğimiz teknolojiyle doğan gençler söz konusu olduğunda biraz daha özgül bağımlılıkların yani özellikle belli bir sebep için, belli bir site için, belli bir uygulama için, belli bir amaç için internete girmenin daha yaygın olduğunu görüyoruz.

Şimdi, daha detay vermeden önce “Türkiye’deki özellikle özgül bağımlılıklarla alakalı durum nedir?” konusunda çok kısa bir araştırma sonucunu sizinle paylaşmak istiyorum. Henüz yeni tamamladığımız bir araştırma, Profesör Doktor Tolga Arıca tarafından Yeşilay bünyesinde yürütüldü. 6.116 öğrenci üzerinde yapılan bir çalışma, 12-18 yaş arasındaki öğrenciler, İstanbul’da yaşayan öğrenciler. Bu araştırma sonucunda bizim gördüğümüz, oyun amaçlı problemli internet kullanımı davranışı gösteren öğrenci sayısı genel oranın yüzde 8,5’i, en fazla olarak problemli özgül internet bağımlılığının oyunda olduğunu görüyoruz, yüzde 8,5’i problemli oyun oynama sorunu yaşayan gençlerimiz. Cinsel amaçlı problemli internet kullanan grup yüzde 4 olarak bulundu araştırma sonucumuzda. İddia, bahis amaçlı on-line kumar dediğimiz şekilde problemli internet kullanımı davranışı gösteren popülasyon ise yüzde 2,9 olarak kendini gösterdi.

Yine araştırmamızda gördük ki katılımcıların yüzde 55'i her gün oyun amaçlı olarak interneti kullanıyorlar ve bütün katılımcıların yaklaşık yarısı internete her girişte iki saat ve üzeri oyun oynuyorlar. Tüm katılanların dörtte 1'i internete her girişte dört saat ve üzeri oyun oynuyorlar ve katılanların beşte 1'i 7 yaşından önce oyun oynamaya başlıyorlar. Katılımcıların ilk defa oyun oynamaya başlamasında sırasıyla kardeşlerin, arkadaşların, internet kafelerin, akrabaların ve en sonunda anne babaların etkili olduğu görülmekte.

Yine katılımcıların yarısından fazlası yaz aylarında, yarıyıl tatilinde, ramazan ayında ve can sıkıldığında bilgisayarda oyun oynama süresinin arttığını ifade etmiştir. Bunlar içerisinde en belirgin zaman yüzde 68'le can sıkıntısı yaşandığı zamanlar olmaktadır. Araştırmadan, doğrusu, ben bunları seçip seçip dikkatinizi çekmek istediğim noktaları aldım. Yaz tatili meselesi özellikli bir çalışma yapılacaksa üzerinde ısrarla durulması gereken konulardan bir tanesi. Bizim de klinik uygulamalarda gördüğümüz internet bağımlılığının en fazla arttığı -davranış olarak- zaman dilimi yaz tatili olarak kendini gösteriyor.

Katılımcıların yüzde 70'ten fazlası internet kullanmaları engellendiğinde sinirlenme, huzursuzluk, üzüntü gibi olumsuz duygular yaşadıklarını, beşte 1'lik kısmı ise sırasıyla "Oynamaya devam ederim engellensem bile." "Söz dinlemem." "Gizlice oynarım." "Yalan söylerim." "Onlar varken oynamıyor gibi yaparım." "Elimden geleni yaparım." "Direnirim, bağırırım, eşyaları tekmeler, ortalığı dağıtırım." gibi tepkiler vermişler engellenmeleri hâlinde.

Cinsel amaçlı kullanımla alakalı boyutta gördüğümüz katılımcılardan altında 1'i her gün, dörtte 1'i haftada en az üç gün cinsel amaçlı olarak internet kullanmakta ve tüm katılımcıların dörtte 1'i internete her girişte bir iki saat arası, yüzde 9'u da internete her girişte iki saat ve üzeri cinsel içerikli sitelerde zaman geçirdiklerini ifade etmişlerdir.

Katılımcıların ziyaret ettikleri sitelere baktığımızda ağırlıklı olarak erotik yada porno siteler olduğu görülmektedir. Yasaklı olan sitelere giriş için üçte 1'lik bir grup VPM kullandığını ve DNS ayarlarını değiştirdiğini ifade etmiştir. Popülasyonla alakalı tekrar bir hatırlatma yapmak isterim. Bu popülasyon 12-18 yaş arası öğrencilerimiz.

İddia, bahis, kumar amaçlı kullanım: Katılımcıların yüzde 28'i her gün düzenli olarak iddia, bahis amaçlı olarak interneti kullanmakta, ortalama doksan dakika kullandıklarını ifade etmekte ve tüm katılımcıların üçte 1'inden fazlası da farklı günlerde internete her girişte bir saat ve üzeri bahis oynamaktadır. Tüm öğrencilerin yüzde 8'i internete her girişte üç saat ve üzeri bahis oynadığını ifade etmiştir. Katılımcıların yaklaşık dörtte 3'ünün 13-16 yaşları arasında iddia, bahis oynamaya başladığı görülmüştür. Erkekler kızlara göre daha erken yaşlarda oynamaya başlamışlardır.

Araştırmamızı böyle özetledikten sonra müsaadenizle ben yine davranışsal bağımlılıklar ile kimyasal bağımlılıklar arasındaki farka dönmek istiyorum çünkü davranışsal bağımlılık genelde toplumda kötü alışkanlıktır, kendi kendine geçer, bir hastalık değildir gibi görülüyor ve çok ciddiye alınmıyor. Bununla alakalı yaşadığım çok acı bir tecrübe var. Buna benzer çokça örnek de gördüm sonrasında. Bir seminerde dedim ki şayet çocuğunuz odasında çok fazla kendi başına vakit geçirmeye başladıysa, eskiden yaptığı hobileri yapmıyorsa, arkadaşlarından soyutlanmaya, yeni çevreler edinmeye başladıysa, ders başarısında kritik düşmeler söz konusu olduysa, öz bakımı azaldıysa şüpheler söz konusu olabilir, dikkatli olmanızda fayda var. Babasının cebinden para almaya başladıysa şüphelenmekte haklısınız, şüphelenin, bir bakın, araştırın demiştim. Bir anne geldi "Hocam, bu söylediklerinizin hepsi benim çocuğumda var." dedi. Çocuğunu getirdi, çocukla konuştuk -anne uyuşturucu bağımlısı olduğundan şüphe ediyor- çocukla konuştuğumuzda gördük ki çocuk on-line kumar bağımlısı. "Babamın borçlarını ödeyeceğim, çok kısa zamanda para kazanacağım, bununla alakalı çok iyi örnekler var, ben de kumar

oynuyorum.” Babasının cebinden para çalmaya başlamış, ders başarısında kritik bir düşüş var, öz bakımı azalmış, arkadaşlarıyla irtibatını koparmış, uzun saatler odasında kalıyor vesaire. “Bunu annene söylememiz lazım.” dedim, “Olur.” dedi, annesini çağırdık, annesine dedim ki: “Oğlunuz uyuşturucu bağımlısı değil, kumar bağımlısı.” Annenin tepkisini hiç unutmuyorum, anne: “Çok şükür Allah’ım.” dedi. Yani uyuşturucu bağımlısı değil, tamam, iyi bir şey ama kumar bağımlılığı ile uyuşturucu bağımlılığı arasında tehdit ve tehlike anlamında esasında çok büyük farklar yok. Tedavi anlamında -biraz sonra arz etmek isterim- belki biraz daha zor çünkü toplumsal kabulü biraz daha fazla. Bu alanda çalışan insan sayısı özellikle ülkemizde yok denecek kadar az.

Çok kısaca kimyasal bağımlılık-davranışsal bağımlılık nasıl ayrışıyor, onun üzerinde durmak isterim. Davranışsal bağımlılıklarda bir davranışa, kimyasal bağımlılıklarda bir maddeye bağımlı olunur. Vücuda girmesiyle kimyasal bağımlılıklarda insan kendini kaybeder, davranışsal bağımlılıklarda kazanma ihtimali veya hâli insana kaybettirir. Kimyasal bağımlılıklar erken zamanlarda fark edilebilir, vücutta bozulmalar, etkilenmeler söz konusu olabilir ama davranışsal bağımlılıklarda direkt vücuda olumsuz etki kısa zamanda söz konusu olmayabilir. Kimyasal bağımlılıklarda genelde aile çok ciddi ve net bir tepki koyar ama davranışsal bağımlılıklarda biraz daha kabul söz konusudur, biraz daha sürece bırakmak söz konusudur, biraz daha hoşgörü göstermek veya tolere etmek söz konusudur. Kimyasal bağımlılıklar kolayca gizlenemez, bir şekilde ortaya çıkabilir ama davranışsal bağımlılıkların çok uzun yıllar gizlenebildiğini görüyoruz. Kimyasal bağımlılıklarda zehirlenme olabiliyor ama davranışsal bağımlılıklarda zehirlenme olmuyor fakat dolaylı olarak, insanın iflas etmesi, işinden atılması, boşanma olması gibi durumlar söz konusu oluyor. Kimyasal bağımlılıklarda genelde ölüm istenmeden oluyor, davranışsal bağımlılıklarda -ağırıklı olarak gördüğümüz- kişinin depresyona girmesi veya intihar teşebbüsünde bulunması yaygın. Kimyasal bağımlılıklarda sıfırlamak mümkün. Yani bir insan “Ben tedavi oldum, artık uyuşturucu kullanmayacağım.” diyebilir. “Ben artık sigara kullanmayacağım.” diyebilir. “Artık alkol almayacağım.” diyebilir ama davranışsal bağımlılıklarda “O davranıştan yüzde 100 uzak duracağım.” deme ihtimali çok fazla değil. Mesela kumar bağımlısı bir insan için “Parayla işim hiç olmayacak.” diyemez veya alışveriş bağımlısı bir insan için “Hiç alışveriş yapmayacağım bundan sonra.” diyemez. İnternet bağımlısı bir insan için “Bundan sonra hiç internete girmeyeceğim.” diyemez. Dolayısıyla tedavi anlamında, rehabilitasyon sürecini götürme anlamında biraz daha sıkıntımız var.

Genel olarak baktığımızda da kimyasal bağımlılıklar toplum tarafından biliniyor, zararı kabul ediliyor, buna bağlı sorunlar medyada ve toplum gündeminde sıklıkla yer alıyor. Kimyasal bağımlılıkların uzun yıllardan beri üzerinde çalışılıyor, çok sayıda bununla alakalı hem uzman var hem araştırma metodu var hem tedavi metodu var hem tesis var ve bu konuda yapılan çalışmalar çok kolaylıkla özel kurumlardan da, devletten de destek buluyor. Hâlbuki, davranışsal bağımlılıklar yakın zamana kadar bağımlılık olarak bile kabul edilmiyordu. Toplum açısından bakıldığında, bağımlılıktan ziyade daha çok kötü alışkanlık olarak kabul ediliyor. Yine, tedavi çok düşünülüyor “Askere gönderelim, evlendirelim, bir işe sokalım, geçer.” diye bakılıyor ve bu konuda çalışma yapan insan sayısı, bu konuda geliştirilmiş model sayısı maalesef çok çok az. Dolayısıyla daha ciddi bir tehlike olarak karşımızda duruyor.

Çok kısaca teknoloji bağımlılığı tanımını yapmak isterim. Kontrolsüzce aşırı kullanma isteğinin önüne geçilmemesi söz konusu. Teknolojik aygıtlar dışında kalan hayatın anlamını yitirmesi söz konusu. Kullanma bırakıldığında bireyde sıkıntı verici duygu duruma sebep olma söz konusu. Ailevi ve sosyal hayatı bozan bir davranışsal bağımlılık türü olarak biz teknoloji ve internet bağımlılığını görüyoruz.

Tabii “teknoloji ve internet bağımlılığı” dediğimizde hâlen dünyada bir kafa karışıklığı var “Bunun adını ne koyalım?” diye. 2000’li yıllarda ilk konuşulmaya başlanmış, ilk çalışmalar 1997 yılında yapılmış, 2000’li yıllarda sayıları artmış, uzun yıllar karşı çıkmış “Böyle bir bağımlılık yoktur.” diye. Bu nedenle de internet bağımlılığı adı konmamış bir türlü. “Patolojik internet kullanımı” demişler, “problemlili internet kullanımı” demişler, “aşırı internet kullanımı, internet istismarı, siber bağımlılık” gibi kavramlar kullanmışlar ama bugün geldiğimiz noktada artık dünyada literatür yaygın olarak internet bağımlılığını kullanıyor. Dünya Sağlık Örgütü bu konuda çalışma yapıyor, biraz sonra size onu da arz edeceğim. Dünya Sağlık Örgütünün henüz geldiği nokta şu: “İnternet bağımlılığı diye bir şey vardır ama bu konuda yapılmış yeteri kadar araştırma olmadığı için şu anda elimizdeki araştırmalara göre biz on-line kumar bağımlılığı ve on-line oyun bağımlılığını ICD’ye koyabiliriz, diğerlerini daha çok araştırmayla beraber netleştireceğiz demektir.

Teknoloji bağımlılığının alt grupları üzerinde durmak isterim. Şimdi, bu teknoloji bağımlılığı ile internet bağımlılığı arasında ne fark var, onu müsaadenizle arz edeyim. 2012 yılında bu konuda bir çalışma yapmak istedik, dünyadaki ilk bu konudaki uluslararası kongreyi organize ettik. O zaman “internet bağımlılığı” mı, “teknoloji bağımlılığı” ismi mi koyalım diye düşünürken internet bağımlılığının çok oturmadığını gördük. Çünkü mesele sadece internet değil, internette başka, özellikle ekranın, özellikle televizyonun kullanımı söz konusu. Çünkü “teknoloji bağımlılığı” dediğimizde insanların aklına genellikle gençler ve çocuklar ve internet geliyor. Hâlbuki baktığımızda, o gençlerin içinde büyüdükleri aile ortamı büyük oranda ekranın etrafında dönen bir yaşam tarzına sahip, televizyonun etrafında dönen bir yaşam tarzına sahip. Dolayısıyla “Gençler internet bağımlısı.” dediğimizde esasında anne babaların da televizyon ve ekran bağımlılığını sorgulamamız lazım, onlar genelde saf dışı bırakılıyor. Bize gelen çokça anne babadan şunu duyuyoruz: “Çocuğum internet bağımlısı, kaldıramıyoruz.” Kalksın ne yapsın? “Gelsin, bizimle televizyon seyretsin.” diyorlar televizyon çok daha iyi bir şeymiş gibi. Dolayısıyla “teknoloji bağımlılığı” dememizin temel sebebi, mesele sadece internet meselesi değil çok daha geniş bir perspektifte ele almakta fayda var. O yüzden, 2012 yılında teknoloji bağımlılığı olarak bu işe başlamıştık. Bunun da altında internet bağımlılığı, problemlili sosyal medya kullanımı, problemlili ekran kullanımı, problemlili dijital oyun oynama ve problemlili mobil cihaz kullanımı var. Peki, ne zaman bir kullanım problemlili hâle gelebilir? Bununla alakalı 2013 yılında Abant’ta BTK’yla beraber bir çalıştay yaptık ve problemlili kullanımın çerçevesini o zaman çizmeye başladık. O çalıştayın kitapçığını da sizlere arz ettik, o notlar arasında, kitaplar arasında bulabilirsiniz.

Problemlili on-line gezinti, internetin denetimsiz, sınırsız ve amaçsız kullanımına denir. Problemlili on-line kumar çocuklar için başka, yetişkinler için başkadır. Çocuklar için ve ergenler için her türlü on-line kumar ve bahis oyunları problemlilidir; yetişkin için ise gelirine göre ciddi kayıplar olmasına rağmen oynamak için aşırı arzu ve istek duyulması ve bırakmaya çalışılmasına rağmen bırakılmamasıdır. Problemlili on-line cinsellik çocuk için başka, ergen için başka, yetişkin için başka olarak değerlendirdik. Çocuk için her türlü cinsel içerikli internet kullanımı problemlili kullanımdır. Ergen için 16 yaşından önce her türlü cinsel içerikli internet kullanımı problemlili kullanımdır. Burada 16 yaşından sonra bilgi amacını aşan aşırı zihinsel meşguliyet, aşırı zaman harcama ve istismarla seyreden on-line cinsel uğraşlar problemlili on-line cinselliktir. Yetişkin içense, yine, aşırı zihinsel meşguliyet ve aşırı zaman harcamayla seyreden on-line cinsel uğraşlar problemlili on-line cinselliktir.

Problemlili on-line alışveriş... Çocuk için denetimsiz her türlü alışveriş problemlilidir. Ergen ve yetişkin için alışverişin kendisiyle aşırı meşguliyet ve ihtiyaç dışı veya fazlası alışveriş problemlili kullanımdır.

Problemli ekran kullanımı için bir saat dilimi çalışma gayretimiz oldu. Çocuk ve ergen için 2-6 yaşları arasında günde bir saatten fazla -2 yaştan önce kesinlikle öngörmüyoruz- 6-12 yaşları arasında günde bir buçuk saatten fazla, 12-18 yaşları arasında günde iki buçuk saatten fazla kullanım veya çocuğun, ergenin yaşına uygun olmayan içeriğe maruz kalması problemli ekran kullanımıdır. Yetişkin içinse gündelik yaşamını ve sorumluluklarını aksatacak şekilde ekran kullanımı problemli ekran kullanımıdır.

Problemli dijital oyun oynama, çocuk ve ergen için, 2-6 yaş arası haftada yedi saat, tek oturumdaysa bir buçuk saatten fazla kullanım; 6-12 yaş arası haftada on bir saat, tek oturumdaysa iki buçuk saatten fazla kullanım; 12-18 yaş arasıyla günde iki buçuk saatten fazla kullanım veya yaşına uygun olmayan içerikte oyun oynama problemli kullanımdır. Yetişkin için ise yine, gündelik yaşamını ve sorumluluklarını aksatacak şekilde kullanım problemli kullanımdır.

Problemli mobil cihazların kullanımı çocuk, ergen, yetişkin için aynı. Mobil cihazlar için 9 yaşından sonraki, cep telefonları için 13 yaşından sonraki kullanım fiziksel, sosyal, psikolojik ve zihinsel gelişimi olumsuz etkiliyorsa buna problemli mobil kullanım denir. Fiziksel, sosyal, psikolojik veya zihinsel gelişimi nasıl olumsuz etkilediği üzerinde biraz sonra durmaya çalışacağım.

Problemli sosyal medya kullanımı ergen ve yetişkin için söz konusu, çocuklar için sosyal medya kullanımını öngörmüyoruz. Ergenler ve yetişkinler için ne zaman problemli olur? Gerçek hayatın önüne geçecek şekilde, günlük hayatı aksatacak şekilde, gerçek ihtiyaçlarını sosyal medya üzerinden karşılayacak şekilde ya da gerçek kimliğini sanal kimliğinin arkasında kalacak şekilde kullanma ve aşırı zaman harcama problemli kullanımdır.

Bu noktada, biraz önce arz etmeye çalıştığım davranışsal bağımlılıklar, kimyasal bağımlılıklardan çalışılması çok daha zor, zaman alan ve sıkıntılı bir bağımlılık türü. Dolayısıyla temel meselemiz, internet bağımlılığı ve teknoloji bağımlılığıyla alakalı önleme çalışmalarının yaygınlaştırılması. Bu noktada önlemeyle alakalı amacımız; sağlıklı kullanımı yaygınlaştırmak, faydalı kullanımı yaygınlaştırmak, bağımlılığın gelişimini önleyecek şekilde kullanımı yaygınlaştırmak, bağımlılığın yarattığı toplumsal ve bireysel sorunları engellemek ve sağlıklı davranışların toplum düzeyinde gelişimine yardımcı olmak. Bu noktada bütün bağımlılıklarla alakalı mücadelede kullanılan stratejileri, internet ve teknoloji bağımlılığıyla alakalı da düşünebiliriz; arzı azaltmak ve talebi azaltmak. Yalnız, gördüğümüz bir şey var; arzı azaltmak davranışsal bağımlılıklarda çok söz konusu olamıyor ya da işe yaramıyor. Mesela bu konuda en yaygın olarak çalışma yapan Güney Kore'dir çünkü en çok muzdarip olanlar onlar. Güney Kore'de devlet arzı azaltmakla alakalı bazı uygulamalar yaptı. Mesela bilgisayara girenlerin ID olarak girmelerini istiyorlar, TC kimlik numarası gibi bir vatandaşlık numaraları var, o numarayla bilgisayara giriyorlar. 18 yaşından küçük çocukların saat on birde bilgisayarını çat diye kapatma uygulaması yaptılar veya iki saatin üzerindeki oynamalarda direkt kapatma uygulaması yaptılar, gördüler ki çok etkili olmadı. Bunun üzerine yavaşlatma uygulaması yaptılar. Yavaşlatma uygulamasının mesela daha etkili olduğu bulundu. Yavaşlatma yapıldığında çocuklar daha çabuk bııyorlar ve kendileri kapatır hâle geliyorlar ama direkt kapatıldığında bir hırs yapıp tekrar kendileri başka bir şekilde girmeye çalışıyorlar. Güney Kore "Devlet olarak bu konuya nasıl müdahale ederiz?" konusunda çok ciddi bir çalışma yapıyor ama aynı zamanda çatışma da yaşıyor çünkü Güney Kore'de Devlet Başkanının oğlu büyük bir oyun şirketinin ortağı ve aynı zamanda Devlet Başkan Yardımcısı oyun federasyonunun başında, o yüzden de içeride çok ciddi bir sıkıntı var, oyun taraftarlar ile oyun karşıtları diye ama toplumsal kabul çok fazla ve özellikle "e-spor" dediğimiz sporcular orada çok popüler, çok büyük yerlerde çalışmalar yapıyorlar. Bununla alakalı bir haber de yapıldı "E-sporcuların hayatı" diye. E-sporcuların çok kullanmaya bağlı olarak vücutlarında bozulmalar söz konusu oluyor, özellikle şu

damarlarında yırtılmalar ve ameliyat olmaları söz konusu oluyor. Güney Kore’de burada ameliyat olması prestij izi gibi kabul edilmeye başlanmış ve şöyle açıklıyorlar: “Futbolcu yaralanabiliyor, biz de yaralanıyoruz, biz de sporcuyuz. Basketbolcu yaralandığında onu hoş görüyorsunuz, bizi niye hoş görmüyorsunuz?” Hatta Güney Kore’de yine çok popüler oyun karakterlerinin heykelleri dikiliyor, insanlar onunla resim çektiriyor kahraman gibi. O yüzden Güney Kore’de şu anda ne yapılmasıyla alakalı çok ciddi bir çatışma söz konusu. Dolayısıyla arzı azaltmak noktasında bayağı bir soru işaretleri var. İdeal olan talebi azaltmak yani bireyi güçlendirmek ve bireyin kendisinin hayatını zenginleştirerek ihtiyaç duymaz hâle getirmesini sağlamak. Çünkü yine bizim Tolga Hocanın yaptığı çalışmada ve benim doktora tezimde de yaptığım çalışmada gördüğümüz şu: İnterneti problemli kullanan gençler, büyük oranda can sıkıntısından dolayı, yapacak daha iyi bir şey bulamadıklarından dolayı, anne-baba ilgisinin az olduğundan, iletişiminin az olduğundan dolayı ve sosyal iletişim eksikliğinden veya arkadaş baskısından dolayı kullanıyorlar. O yüzden talebi azaltmakla alakalı bu noktalara odaklanmak arzı azaltmaktan daha etkili sonuçlara bizi götürebilir.

Önlemeyle alakalı her dönemde yapılabilecek şeyler var: Bebeklik döneminde mümkün olduğu kadar hiç, sıfır kullanımı biz öngörüyoruz ve tavsiye ediyoruz. Bu konuda anne-babaların bilgilendirilmesi çok önemli. İlkokul döneminde doğru kullanımın öğretilmesi ve bu konuyla alakalı çerçeve çizilmesini doğrusu çok önemsiyoruz. Ortaokul döneminde zararlı kullanımın önüne geçilmesiyle alakalı çalışma yapılmasını önemsiyoruz. Lise döneminde ise bağımlılık konusunda bilgilendirici çalışma yapılmasını önemsiyoruz. Nitekim Türkiye Bağımlılıkla Mücadele Eğitimi sistemini organize ederken de bu şekilde organize ettik. İlkokul döneminde daha çok doğru kullanımla alakalı vurgumuz var, ortaokul döneminde zararı azaltmayla, kötüye kullanımı azaltmayla alakalı vurgumuz var, lise döneminde de bağımlılığı anlatma ve “Nasıl korunurlar?”la alakalı vurgumuz var.

Kullanımla alakalı çerçeve çok önemli. Yani genelde en büyük sıkıntımız çocukların iki taraftan birine savrulması, ya hiç kullanmama, kullanmayla alakalı yasakların konması ya da kontrolsüz bir şekilde, denetimsiz bir şekilde kullanmaları. Bizim öngörümüz şu: Çocukların hem ailelerinden hem öğretmenlerinden alması gereken mesaj, kullanması ama doğru kullanım çerçevesiyle kullanmaları. Bu noktada 12 maddelik bir öngörümüz var. Bunlardan birincisi sorumlu kullanımın çocuklara öğretilmesi. Yani kullanımla beraber kimseye zarar vermemelerinin öğretilmesi ve bununla alakalı yaptırımların net ve belirli olması. Bu noktada siber zorbalık inanılmaz yaygınlaşmış durumda ve buna bağlı çok ciddi sıkıntılar yaşanıyor. Türkiye’de henüz, çok şükür, bir ölüm hadisesi yaşamadık ama dünyada siber zorbalığa bağlı intiharlar haberlere yansıdı. Hatta geçen senelerde Avustralya’da bir Türk kızımız kendini doğum gününde trenin önüne attı siber zorbalığa maruz kaldığı için. Türkiye’de dediğim gibi direkt ölüm, intihar yok ama çok ciddi psikolojik zarar görme söz konusu çünkü klasik zorbalıktan kat kat daha fazla olumsuz etkiye sahip ve hiçbir şekilde bitirmek mümkün değil, klasik zorbalığı bitirebiliyorsunuz ama siber zorbalığı bitirmek mümkün olmuyor.

Güvenli kullanım, yine çok önemli noktalardan bir tanesi. Yani kullanıcının doğru bir şekilde, kendini koruyabilecek şekilde kullanmayı öğrenebilmesi; şifresini nasıl koyacak, Facebook’ta neyi paylaşacak, Twitter’da hangi adresleri takip edebilir veya hangi resimlerini paylaşabilir, Instagram’da neyi, nasıl yazacak konusunda temel güvenli kullanım bilgisini vermemiz çok önemli. Bu noktada da çok ciddi mağduriyetlerin söz konusu olduğunu görüyoruz ama hem sorumlu kullanım hem güvenli kullanımla alakalı gerekli yasal yaptırım netleşmediği için maalesef, uygulamada çok büyük açıklar var. Yani siber zorbalık yapan birisinin okulda alması gereken müeyyide ne olacak, bu konuda bir boşluk var veya güvenli kullanımla alakalı sıkıntı yaşayan birisinin, Facebook adresi çalınmış, ele geçirilmiş birisinin kendini korumasıyla alakalı veya haklarını savunmasıyla alakalı ne yapacağı konusunda biraz boşluk olduğunu sahada görüyoruz.

Kullanım meselesini ilk okulda öğretilmesi gereken, çocuklara erken yaşlarda kazandırılması gereken beceriler olarak öngörüyoruz biz. İkinci basamak yani ortaokul çağında üzerinde durulması gereken konunun kötüye kullanımın engellenmesi olduğunu görüyoruz. Yani fiziksel, psikolojik, sosyal, zihinsel ya da manevi, ahlaki olarak bir insanın zarar görmemesi. Zarar görmeyi iki şekilde anlıyoruz. Bir tanesi gelişimin ileriye doğru seyretmesine mani olması, bir tanesi de gelişimin geriye gitmesi. Örnek vermek gerekirse mesela fiziksel kullanımda bir genç, bir ergen kasları güçlenecek, kemikleri yoğunlaşacakken aşırı kullanımdan dolayı bunlar gerçekleşmiyorsa, boyu uzamıyorsa gelişimi ileriye gitmiyor, dolayısıyla kötüye kullanım var. Ama onun ötesinde, ağrılar veya hastalıklar başladıysa geriye gitme var, problemli kullanım, kötüye kullanım var demektir. Veya psikolojik olarak baktığımızda bir genç, bir ergen yaş dönemlerine göre, özellikle ergenlik döneminde yeteneklerini keşfetmesi, kendini geliştirmesi gereken bir dönemde bunlardan geri kalıyorsa o zaman gelişimin ilerlememesi var, kötüye kullanımı söz konusu. Ama artık psikolojik rahatsızlıklar söz konusu olduysa, sosyal fobi başladıysa, içe kapanma başladıysa, depresif düşünceler söz konusu olmaya başladıysa o zaman yine kötüye kullanım var, geriye gidiyor demektir. Sosyal anlamda baktığımızda yaş ilerledikçe derinlikli ilişki kurmasını gencin, daha geniş ilişkiler kurmasını bekliyoruz; irtibat kurduğu insanların çeşitlenmesini bekliyoruz. Bunlar gerçekleşmiyorsa ileriye gitmede sıkıntı var, mevcut ilişkilerini kaybeder hâle geldiyse, anne babayla yakın arkadaşlarıyla iletişimi azaldıysa geriye gitme söz konusu. Zihinsel anlamda baktığımızda da her geçen gün bilgi anlamında kendini geliştirmesi, bilgiyi kullanma becerilerini, kritik yaratıcı düşünmeyi öğrenmesini bekliyoruz. Bunlar olmuyorsa ileriye gitmede engel var, şayet mevcut bilgisini kaybeder ve yanlış bilgiyle dolar hâle geldiyse o zaman geriye gitme söz konusu diyoruz. Ahlaki anlamda da normalde doğru olarak kabul ettiği şeyleri internette yapmıyorsa, mesela normalde yalan söylemeyen bir insan internette kolaylıkla yalan söyleyebiliyorsa, normalde küfretmeyen bir insan, hakaret etmeyen bir insan internette kolaylıkla hakaret edebiliyorsa burada da kötüye kullanım söz konusudur, bunu da çocuklara ne kadar erken erken yaşlarda öğretebilirsek o kadar önleme anlamında ilerlemiş bir çalışma yapmış oluyoruz.

Üçüncü basamak bağımlılık basamağı. Yani lise döneminde daha çok kullanım artmasıyla, kontrolün kaybolmasıyla, gençlerin özgürleşmeye başlamasıyla beraber söz konusu oluyor. Bağımlılık konusunda da temel tanı kriterleri var. Bu temel tanı kriterleri tabii yüzde yüz netleşmiş değil. Ama çok kısaca arz etmek isterim. Bu konuda ilk çalışma yapanlardan Kimberly Young'ın kriterleri. Zihinsel uğraşa çok ciddi ağırlık veriyorlar, birinci madde olarak koymuş, toleransın yani kullanma süresinde artışın üzerinde duruyorlar, azaltmaya dönük başarısız girişimin üzerinde duruyorlar, azaltma hâlinin yoksunluk belirtisinin üzerinde duruyorlar, her geçen gün daha fazla kullanma ihtiyacının üzerinde duruluyor, aşırı kullanma yüzünden hayatta problemler yaşaması söz konusu oluyor, yalan söyleme söz konusu oluyor, duyguların değişikliği söz konusu oluyor. Goldberg'in yine, bu konuda ilk çalışma yapanlardan, kriterleri var, onları müsaadenizle geçeyim. Ortaya çıkan davranışlar var ama zamanımı akıllı kullanma anlamında da ne kadar gideyim diye sormak isterim Sayın Başkanım.

BAŞKAN – Hocam, biraz toparlasak sorular da gelecek.

TÜRKİYE YEŞİLAY CEMİYETİ 2. GENEL BAŞKAN YARDIMCISI MEHMET DİNÇ - O zaman müsaadenizle ben burada bırakayım -ortaya çıkan davranışlar ve tedaviler var- sorular üzerine müsaadenizle devam edeyim.

BAŞKAN – Olur.

Sayın Dinç'e bu güzel sunumu için çok teşekkür ediyoruz.

Şimdi tabii biz öncelikle uyuşturucu madde bağımlılığıyla ilgili bugüne kadar bütün dinlemeleri yaptık. 10 Nisan gibi de Komisyonumuzun çalışmaları bitecek inşallah. “B” başlığı adı altında da internet ve teknoloji bağımlılığıyla ilgili bir bölüm açalım ve bununla ilgili bilgi paylaşımı ve sunumları alalım demiştik. Bu manada sizin sunumunuz gerçekten önemliydi. İnternet ve teknoloji bağımlılığı çağımızın en önemli hastalıklarından bir tanesi. Gerçi kimyasal bir bağımlılık yapmıyor gibi gözüküyor ama bu, özellikle madde bağımlılıklarıyla alakalı, öbür taraftan baktığınızda, her ikisinin de hem madde bağımlılığının hem de internet ve teknoloji bağımlılığının ne kadar zararlı olduğunu görmüş olduk.

Şimdi milletvekili arkadaşlarımızın soruları olacak, o soruları alalım.

Sayın Şükrü Nazlı, buyurun Sayın Vekilim.

MUSTAFA ŞÜKRÜ NAZLI (Kütahya) - Teşekkür ederim Başkanım.

Öncelikle teşekkür ediyorum çok güzel bir sunumdu, kısa öz ve hakikaten etkileyiciydi. Yeşilayın zaten bu manada güzel çalışmalar yaptığını biliyoruz ve takdirle karşılıyoruz..

Kimyasal bağımlılığın baronları var, bundan çıkar sağlayanlar var. Davranışsal bağımlılığın baronları kimler sizce? Bundan. kim çıkar sağlıyor? Üretilen bütün teknoloji hayatımızı kolaylaştırmak adına hayatımıza girerken bir yandan da bizi bağımlılığa sürüklemeyi mi amaçlıyor acaba? Modern dünyayı kurgulayanlar acaba böyle bir şeyi bilerek mi yapıyor? Hakikaten kimyasal bağımlılığı biliyoruz ve mücadele için bütün toplum bu konuda çaba gösteriyor. Göz önüne o getirilip arka taraftan esas bağımlılık yapılmak istenen bağımlılık bu mu acaba, biraz gözden kaçırılıyor gibi. Ama maalesef şöyle baktığımızda, hepimiz bu şeyleri okuduğumuzda bir şekliyle bağımlı gibiyiz yani bu hâle getiriliyoruz.

Teşekkür ederim.

TÜRKİYE YEŞİLAY CEMİYETİ 2. GENEL BAŞKAN YARDIMCISI MEHMET DİNÇ - Ben bu soru için teşekkür ediyorum çünkü özellikle üzerinde durmak istediğim konulardan bir tanesiydi bu. Şimdi biz Dünya Sağlık Örgütü'yle beraber toplantılar yapıyoruz bu ICD'ye on-line bağımlılıkların girilmesi konusunda. İlk toplantı Tokyo'da yapıldı, ikincisi Güney Kore'de yapıldı, üçüncüsü Hong Kong'da yapıldı, dördüncüsü İstanbul'da yapıldı ve dördüncü toplantının ardından bu sene ya da önümüzdeki sene ICD'ye on-line bağımlılıkların girmesi üzerinde bir konsensüs sağlandı. Fakat geçen hafta Viyana'da Birleşmiş Milletlerdeki görevlilerle yaptığımız görüşmelerde şunu öğrendik: Oyun endüstrisi bunun ICD'ye girmemesi için devletlerle şu anda görüşme yapıp devletleri yanına almaya çalışıyor. Oyun bağımlılığı ICD'ye girmesin, on-line oyun bağımlılığı diye bir şey söz konusu olmasın çünkü öbür türlü bu hastalık olarak isimlendirildiğinde ve ICD bunu kabul ettiğinde ciddi şekilde devletlerin ve sağlık kuruluşlarının da buna karşı vaziyet almaları gerekecek. Bunu engellemek için şu anda çok ciddi ve büyük bir lobi yapıldığı haberini söylediler bize. Baktığımızda inanılmaz bir para söz konusu bahsettiğimiz gibi oyun bağımlılığı konusunda ama sadece oyun bağımlılığı değil mesela kumarla alakalı da dönen çok büyük bir para var. Mesela on-line cinsellik konusunda Amerika'daki porno endüstrisinin yıllık geliri Hollywood'un yıllık gelirinin 3 katı. İnanılmaz büyük bir para söz konusu. Dolayısıyla her açıdan bakıldığında ekonomik girdisi uyuşturucuyla kıyaslanabilecek kadar, belki de daha fazla söz konusu birçok insan bir şekilde ulaştığı için. O yüzden uyuşturucu lobisi gibi, sigara endüstrisi gibi on-line bağımlılıklarla alakalı bir endüstri de var ve bunların savunuculuğunu yapıyorlar. Bu konuda da belki devlet olarak bir tavır almanın önemli olduğu kanaatindeyim.

BAŞKAN – Sayın Tunç...

ALİM TUNÇ (Uşak) – Teşekkür ediyorum hem sunum için hem Başkanım siz söz verdiğiniz için.

Bugün 21 Mart, baharın da müjdelendiği bir gün; o nedenle Nevruz Bayramı'nı da kutluyorum arkadaşlarımızın ve tüm ülkemizin.

Sayın Hocam, gerçekten az önceki konuyla ilgili kısmen cevap verdiniz yani bu sektörel bazda yapılan işlerin ve bu konudaki finans boyutundan dolayı bu işin önlenememesi... Şükrü Bey'in sorduğu sorulardan, ben biraz daha bir yönüne... Siz sunumunuzda, çocuklarımızın bir saat, iki saat ortalama ekran ya da oyun ya da televizyonla ilgili önerilerde bulundunuz ama bizim toplumumuzda, şu anda, baktığımızda, bizler dâhil olmak üzere, tamamıyla patolojik bir ortamdayız. Yani internet olarak, milletvekilleri olarak biz günde -kendi adıma söyleyeyim- en azından dört, beş saatimizi ya internette bakarak ya da telefona gelen mesajlara bakmak suretiyle geçiriyoruz ve toplumda da genellikle bu "whatsapp", her türlü mesajlaşmalar olduğu için, genellikle de en çok cep telefonlarıyla olan bir bağımlılık "Acaba geldi mi haber, gelmedi mi?" her seferinde buna bakıyoruz veya bizler de haberlerden hızlı öğrenebilmek ve bu konuda açıklama yapmak ya da bir müddet sonra bu bağımlı hâle geliyor. Sabah kalkar kalkmaz ilk önce haberlere bakıyoruz. O sitede var, diğer site, diğer site... Bu şekilde bir yaşantımız var. Şimdi, çocuklarımıza da biz en fazla problem çıkmasın, oturduğu yerde otursun, herhangi bir yaramazlık yapmasın diye cep telefonumuzu veriyoruz veya televizyonu açıyoruz ve saatlerce bu tür davranışla karşılaşılıyor ve ondan sonra da zaten alamıyoruz önünü. Şimdi, bunlarla ilgili ne yapılabilir? Yani, bizler bu konuda neler yapabiliriz? Onu sormak istiyorum. Yani toplumsal bazda gerçi bunların, biraz önce de Kore örneğini verdiniz, yani zorla bir şey yaptığınızda daha fazla tepki topluyor ve hiçbir amaca ulaşamıyor. Bunlarla ilgili mücadelemizi yapmamız gerekir.

Bir de şunu söylemek istiyorum veya bu konudaki araştırmalarımız aynı yönde mi? Teknoloji ve yenilikle ilgili olduğu için çocuklarla ilgili, ebeveynlerin çocukların önüne geçme şansı yok. Yani onların takip ettikleri site veya bununla ilgili şeylerde yeni teknolojilere çocuklara göre bizim adapte olmamız biraz daha zor ve takip etmemiz daha zor. Bunlarla ilgili ne yapılabilir? Bir de internet kafelerle ilgili geçmişte çalışmalar yapılmıştı, ben de bu çalışmalarda yer aldım ve bunların doğru kullanımı -odaları var çünkü- bunlarla ilgili, bunları faydalı yöne yöneltmeyle ilgili bir çalışmanız oldu mu veya bu konuda son durum nedir?

Teşekkür ederim.

TÜRKİYE YEŞİLAY CEMİYETİ 2. GENEL BAŞKAN YARDIMCISI MEHMET DİNÇ – Ben de teşekkür ederim.

Bu soru da benim için doğrusu çok çok önemli bir soruydu. Şimdi, evet, hakikaten internet bağımlılığından bahsediyoruz. Özgül internet bağımlılığının alt boyutlarından bahsediyoruz vesaire ama toplumda da bu ciddi anlamda yaygınlaşmış durumda. Sadece ülkemizde değil, dünyada da yaygınlaşmış durumda. Bunun önüne nasıl geçeceğiz sorusuyla alakalı biraz daha belki geniş perspektiften bakmakta fayda var. Şöyle ki: Bir boşluk var ki internet geldi, yer buldu. Hayatımızda bıraktığımız bir boşluk var demek ki. Bu boşlukla alakalı özellikle modern hayat tarzı hayatımızı inanılmaz şekilde renksizleştirip sıkıştırıyor. Örnek olarak iki tane örnek vermek istiyorum. Geçen sene İngiltere'de şöyle bir kampanya yapıldı: İki tane resim, bir tanesinde bir çocuğun resmi, bir tanesinde bir mahkûmun resmi. Altında şöyle yazıyor: "Sizce hangisi bir gün içerisinde daha uzun süre açık havada kalıyordu?" Normalde anlamlı bir soru değil. Mahkûm tabii ki mahkûm yani, nasıl açık havada kalsın? Ama cevap mahkûm. Çünkü mahkûmların bir saat açık hava izni var, son saniyesine kadar kullanıyorlar ama bir çocuk günde bir saat açık havada kalmıyor. "Kutularda yaşıyoruz" diyor bir Fransız sosyolog. Ev kutusundan çıkıyoruz, araba kutusuna, oradan iş yeri kutusuna, okul kutusuna, devamlı kapalı mekânlarda, dar alanlarda yaşadığımız bir sistem söz konusu. Yine bir öğretmen alıştırma yapmak için bir çocuğa bir örnek veriyor kitabında, "Evimizin sağında nokta nokta var, solunda nokta nokta nokta var, önünde nokta nokta var, arkasında nokta nokta var." diyor. Sağ, solu, önü, arkayı öğretecek 1'inci sınıf çocuğuna, çocuk hepsine apartman yazıyor. Sağında apartman, solunda apartman,

önünde apartman, arkasında apartman. Tabii, bu normal, doğal bir hayat tarzı değil ve bundan çocuklar ister istemez etkileniyor, yetişkinler bile etkileniyor. Bu anlamda her insanın 3 tane çok temel ihtiyacı var sosyal hayatında. Bunu karşılayamadığı zaman internet ve teknoloji bağımlılığına yöneliyor ama çocuklarda biraz daha fazladır. Bunlardan bir tanesi enerjilerini boşaltma ihtiyacı. Yani çocuklar bir şekilde besleniyorlar ama o beslendiklerini harekete dönüştürmekte büyük problem yaşıyorlar. Harekete dönüştürmedikleri zaman da bu sefer özellikle şiddet oyunları ve cinsellik sitelerine girme artabiliyor. Bu noktada baktığımızda, “sitting is new smoking” diye bir kavram var, oturmak yeni sigara bağımlılığı diyorlar. Çünkü uzun süreler oturuyoruz, biz de öyle, çocuklar da öyle. Şehirde bir insanın günde on bir, on iki saat ortalama oturduğu öngörülmüyor. On bir, on iki saat oturuyor, sekiz saat uyuyor, günde zaten bir şey kalmadı. Halbuki beden biraz daha hareket etmeye odaklanmış. Çocuklar hareket edemiyorlar, enerjilerini boşaltamıyorlar, bu noktada büyük sıkıntılarımız var.

İkinci mesele, kendilerini gösterme meselesi. Kendilerini göstermeden kastım şu: 1970’li yıllarda bir çocuk büyürken etrafında 25-30 yetişkinle beraber büyüyor ve bu 25-30 yetişkinden bir şekilde geri bildirim alıyor. “Boyun uzamış, saçın yakışmış, ayakkabıların güzelmiş, elbisen şöyle durmuş.” falan. Bir ilişki kuruyor, ondan toplumun kültürünü de öğreniyor, yaşam tarzını da öğreniyor, ilişki kurmayı da öğreniyor, aynı zamanda görünme ihtiyacını da karşılıyor. Ama bugün baktığımızda, çocuklar ile gençler görünür değil, irtibat yok. En fazla anne babayla görüşüyorlar, orada da kaliteli vakit dediğimiz süreyi ne kadar geçiriyorlar, akşam ne kadar beraber konuşuyorlar? Önceden aynı ekrana bakıyorduk, televizyon ekranına, şimdi ayrı ayrı ekranlara bakıyoruz. Sadece aynı çatıyı paylaşan insanlar hâline geldik. Dolayısıyla, gençlerin kendilerini gösterme ihtiyaçları çok ciddi oranda var ama bunu da karşılayamıyorlar. Bir tane danışanım diyor ki: “On senedir aynı binada oturuyorum, hâlâ adım 17 numara.” Adını bile insanlar komşularının bilmez hâle geldiler. Bu noktada kendini gösterme meselesi çok büyük sıkıntı, görünemiyor gençlerimiz. Geçen senelerde bir hadise oldu. Türkiye’de seri cinayet olmaz, Amerika’da falan olur, Türkiye’de seri cinayet oldu. İnsanlar birbirini öldürür ama bir sebeple öldürür. Fakat geçen senelerde, Kurban Bayramı arifesinde iki tane delikanlı benzin istasyonlarını gezip önüne geleni vurdular. Sebep? Sebep şu: Bir tanesi ötekine demiş ki “Bak, gör, yarın bütün Türkiye bizden bahsedecek.” “Öyle görünemezsem, böyle görünürüm.” diyor. Bir şekilde görünmeleri lazım gençlerin. Sağlıklı bir şekilde görünme imkânları, zeminleri oluşmazsa, sağlıksız bir şekilde kendilerini göstermeye başlıyorlar.

Üçüncü olarak da -tabii, bu da çok kritik meselelerden bir tanesi- sağlıklı sosyalleşme zeminleri yok çocukların. Nerede sosyalleşecek? internette başka alternatif bulamıyor. Okuldan sonra eve gittiğinde komşu yok, mahalle kültürü kalmamış, irtibat kurabileceği bir insan yok, dolayısıyla, o boş kaldıkları okul haricindeki vakitlerinde sosyalleşebilecekleri, akranlarıyla sosyalleşebilecekleri bir zemin yok. Bir danışanım diyor: “Hocam, ben çok ilgili bir babayım, çocuğum önceden benimle oturuyordu konuşuyordu, şimdi 15 yaşında, yarım saatten fazla konuşmuyor.” dedi. Valla dedim, iyi sabrediyormuş yarım saat çünkü 45 yaşındaki bir adam ile 15 yaşındaki bir çocuk ne kadar konuşacak? Akranıyla konuşmak istiyor bir şekilde ama saat sekizde, dokuzda akranıyla görüşme, buluşma, konuşma imkânı maalesef şehir hayatında kaybolduğu için çocuklar o ihtiyaçlarını buradan karşılamaya başlıyorlar. O yüzden, bir şey yapılacaksa, özellikle yerel anlamda çocukların ve gençlerin, hatta yetişkinlerin bu üç ihtiyaçlarını karşılayacak projelere öncelik vermekte fayda var. Bu noktada, Millî Eğitim Bakanlığının Okullarımız Hayat Olsun Projesi vardı, güzel bir projeydi ama şu an bildiğim kadarıyla akamete uğradı. Yeniden hayata geçse -her ilçede, her mahallede bir şekilde okul var- okul binası, okul bahçesi akşamları da, hafta sonları da okul binası bahçesi salonları kullanılabilir olsa çok çok güzel olacak. Ben dün Mardin’deydim. Mardin Valiliği bir gençlik merkezi açmış. İçinde kütüphanesi var, atölyeleri var. Harikulade bir yer. 7.500 tane kayıtlı genç var ve devamlı orada faaliyet yapıyorlar, oraya

gidip geliyorlar. Gündüz vakti gittik, ona rağmen bayağı bir kalabalıktı. Böyle mekânların artması lazım ama gençlik merkezi, tabii, Türkiye’de şöyle bir şey var: Bir sosyal projenin ismi duyuluyor, içi doldurulmadan yaygınlaştırılıyor. Benim acizâne kanaatim, bir tane güzel modeli alıp o model üzerinden bütün Türkiye’ye yaygınlaştırma yapılmasında fayda var. Öbür türlü adı gençlik merkezi oluyor ama işlevsiz binalar yapar hâle geliyoruz.

Bu noktada, müsaadenizle, bir meseleyi daha ekleyip bitireyim. Güney Kore’de büyük sıkıntı var dedim. 50’nin üzerinde internet bağımlılığı tedavi merkezi var, sadece internet bağımlılığıyla ilgili. Bu mesele öyle bir mesele ki bugün biz, gençlerin ve çocukların ihtiyaçlarını karşılanması için mekânlar açmasak sonra maalesef internet bağımlılığı tedavi merkezleri açmak zorunda kalacağız, daha büyük masraflar yaparak, daha çok mekân harcamak zorunda kalarak.

BAŞKAN – Evet, teşekkür ediyorum.

Sayın Emir...

MURAT EMİR (Ankara) - Teşekkür ediyorum Sayın Başkan.

Öncelikle değerli hocama bu güzel sunumu için teşekkür ederim.

Ben bir iki noktanın altını çizmek istiyorum. Birincisi, mesleğimle ilgili. Siz bu internet kullanımına bağlı sağlık sorunlarından bahsettiniz. Onun önemli bir parçası da göz sağlığı sorunları aslında. Özellikle “kuru göz sendromu” dediğimiz hastalık, ofislerde ve uzun bilgisayar kullanımında çok yaygın görülen bir şey. Bu anlamda da bununla da mücadelenin ve en azından bunu dokümente ederken içinde olmasında da fayda var çünkü göz sağlığının en büyük tehditlerinden birisi de uzun süre ofiste kalmak ve bir bilgisayarda sürekli iletişim hâlinde olmak, bir bilgisayarın karşısında olmak.

Bunun dışında, tabii, çok katmanlı, çok boyutlu bir sorunla karşı karşıyayız. Bunun bir tarafında hem gençlerimizi, tabii, bizleri de bütün toplumu kötü internet kullanımından koruma ihtiyacı var, bu anlaşılabilir bir şey ama diğer taraftan da bilgi teknolojilerinin hem önlenemezliği hem de bir özgürlük alanı olduğu gerçeği var. Dolayısıyla, bu ikisi arasında bir dengeyi bulmak, dengeyi kurmak gerekiyor ve bu dengeyi aslında optimal yerde bulmak da son derece güç çünkü bir defa bağımlılığın nerede başlayıp nerede bittiğini belirlememiz dahi zor. Bilgi teknolojileriyle zaten yaşamak zorundayız, bunun dışında kalamayız ama bununla birlikte de cidden de özellikle gençler ve çocuklar açısından son derece olumsuz potansiyel riskler de içerdiği ortada. Tabii burada çağdaş dediğimiz dünyanın bu konuya nasıl yaklaştığını, nasıl çözmeye çalıştığını da iyi takip etmek gerekiyor. Ama zannedirim onlar açısından da bu daha yeni bir problem ve giderek artan bir problem. Bu konunun üzerinde zannediyorum toplum olarak çok daha durmamız gerekecek.

Çok teşekkür ederim.

TÜRKİYE YEŞİLAY CEMİYETİ 2. GENEL BAŞKAN YARDIMCISI MEHMET DİNÇ – Ben çok teşekkür ederim.

Bu konu da çok önemli bir konuydu doğrusu, müsaadenizle bu konuda da birkaç kelam etmek isterim.

Dünyada yeni bir fenomen bu ve Türkiye bu anlamda biraz daha iyi durumda. Doğu’ya baktığımızda, özellikle Çin olsun, Japonya olsun ve Güney Kore olsun çok ciddi anlamda sıkıntı yaşıyorlar. Batı ülkeleri biraz daha insan hakları ve hürriyetleri anlamında ele alıyor ve çok müdahale etmekten yana değil ama onlar da yavaş yavaş sıkıştıklarını hissediyorlar, düzenleme hissediyorlar.

İki sene önce Avrupa Birliği sosyal medyaya ifade özgürlüğü çerçevesinde bakıyordu, bu gün, iki üç ay önce tekrar oturup “Buna bir çerçeve getirmek lazım, bu çerçeve koyalım.” konusunda bir oturum yaptılar, bu konuyla alakalı çalışan uzmanları davet edip bu konu üzerinde çalışmaya başladılar.

Yine, bu iki üç günün konusu, bu Facebook’tan oy satılması, oyların manipüle edilmesi gibi bir şey söz konusu hem İngiltere hem Avrupa Birliği Facebook’u bu konuda tavır almaya, bir çalışma yapmaya ısrarla davet ediyor. Dolayısıyla, olayın bir tarafı, evet, bağımlılıklarla ilgili mesele bir tarafı da manipülasyon meselesi. Bu konuda Türkiye olarak iyi bir noktadayız. Fakat bizim gördüğüm kadarıyla eksiklerimiz şu: Toplumsal farkındalık erken dönemde çalışma yapmaya başladığımız için gelişti, özellikle 2012’den beri, dediğim gibi dünyada ilk Uluslararası Teknoloji Bağımlılığı Kongresi yapıldı. Hatta, kongre misafirlerimizden bir tanesi Oxford Üniversitesinde nöroloji laboratuvarlarının başındaki Susan Greenfield’dı, Baroness aynı zamanda İngiltere’de profesör. Dedik ki: “Bunu Türkiye’nin yapmasını kışkırttım, bunu İngiltere yapmalıydı. Böyle bir kongreyi dünyada ilk kez İngiltere’nin yapması lazımdı.” O anlamda Türkiye olarak bu konuda biraz öncü çalışmalar yaptık. Şu anda Meclis komisyonunun kurulmuş olması da bu anlamda çok önemli bir işaret ama toplumsal düzenleme ayağını biraz daha hızlandırmakta fayda var kanaatindeyim. Yani herkes farkında, böyle bir problem var ama ne yapılacağı konusu çok ciddi eksik kalmış durumda.

BAŞKAN – Sayın Hilmi Dülger, buyurun.

MUSTAFA HİLMİ DÜLGER (Kilis) - Teşekkür ediyorum Sayın Başkanım.

Hocam, yani katılabildiğim kadarıyla sizi izledim. Gerçekten çok değerli, çok güzel şeyler söylediniz, tamamen bir emek ürünü.

Toplumsal nereye gittiğinin belki nirengi noktalarını bize işaret ettiniz ama sandığımızdan da çok daha büyük olduğunu görüyoruz. İnsanlık kendi yarattığı, eliyle yarattığı canavarlarının kurbanı oluyor. Kimyasal ilaçlar, kimyasal maddeler, ürettiğimiz ama aynı zamanda çocuklarımızı da yok yok eden bir nesne hâline dönüyor; tıpkı internette, tıpkı teknolojide. Siz daha iyi biliyorsunuz, internet nedir, Amerikan donanmasında kendi iç haberleşmelerini sağlamak maksadıyla buldukları, sonra baktılar ki çok iyi bir şey, o zaman bunu tüm Amerikan silahlı kuvvetlerine, sonra Amerika’nın hepsine, sonra bütün dünyaya...

Şimdi bunun bir başka tehlikeli boyutu, yarın serverı kapattığı gün ne olacak? Bugün bütün bilginin, dünyadaki bütün bilginin tekelleştiği bir çağı yaşıyoruz. Serverı kapattığında çocuklarımızın her biri bugün DEAŞ’a, IŞİD’e, bilmem neye katılan pimi çekilmiş el bombaları nasıl olduysa... Batı bunun kolayını buldu, hemen istihbarat örgütlerinin çalışmalarıyla bir bataklık oluşturuldu, bir laboratuvar örgüt, buna da uygun tek bir arazi, işte buyurun size Orta Doğu. Hepsini İslamımsı bir şeyle tanıştırdı, peygamber sofrasında yemek yemeye gittiler. Bunların hepsi, mutlaka o araştırmaları siz de görmüşsünüzdür, asosyal, hiperaktif, toplumda uyumsuz ve kendi toplumlarında problem... Ama bunları da öldürüp sabun fabrikasına gönderemeyeceğinize göre, Hitler’in fırınlarında yakamayacağınıza göre, o zaman Alman testereci gibi giderken kessin gelirken kessin, gönderirsiniz Orta Doğu’ya, sorunun bir kısmı palyatif bir tedbir olarak ortadan kalktı.

Rusya’nın Çeçenistan meselesi ne oldu? Kalmadı. Çünkü hepsi peygamber sofrasında yönlendirildiler, İslamımsı bir şeyle tanıştırıldılar. Her ülke kendi ayrılıkçısını, kendi sosyal problemlerini bir şekilde gönderdiler.

yetişkin derin interneti bilmiyor ama çocuklarımız inanılmaz rahatlıkla, kolaylıkla bu derin internete giriyorlar ve neyle karşılaştıkları belli değil. İngiltere’de bununla alakalı yapılmış bir çalışma var, 8-12 yaş arası çocukların yüzde 82’si, yüzde 82’si istemeden, aramadan, amaç etmeden yaşlarına hiç uygun olmayan ağır cinsel materyalle karşılaşılıyorlar normal internet kullanırken. O yüzden erken yaşlarda çocuklarımızı da koruyabilecekleri, gelişimlerine zarar vermeyecek kullanımla alakalı hem devletin hem toplumun hem de bireysel tedbirlerin alınmasının önemli olduğunu düşünüyorum.

MUSTAFA HİLMİ DÜLGER (Kilis) – Müfredatta acaba bugün var mıdır, hiç karşınıza çıktı mı, kütüphane kullanımı, ansiklopediden bir bilginin nasıl araştırılacağı? Bugün çocuklarımız bunu bilmezler, oradan, alfabetik biçimde ansiklopedi ciltlerinden nasıl araştırılacağını. Google kapatıldığı gün aynı zamanda çocuklarımızın, insanlığın zihinlerinin de körelmesinin en büyük işaretidir. Ben bir şey yaşadım. Mesela hepimizin bugün çok kullandığı Google maps, navigasyon cihazları var ya, samimi söylüyorum, evet, kısa vadede çok iyi bir şey ama insan zihnini körleştiriyor. Kendimden bir pay biçeyim. Çoklu zekâ kuramında herkesin bir özel yeteneği vardır biliyorsunuz. Benim yön hafızam çok iyiydi, gittiğim noktalarda nirengi noktalarına bakarım, reklamlara, binaların üstündekilere ama Amerika’da bir altı ay kaldığımızda navigasyon kullanmak gibi bir hata ettim. Aynı yerden üç kere geçmeme rağmen insan gerektiğinde orada şaşırabiliyor çünkü sadece sizi navigasyon götürüyor. Dolayısıyla çocuklarımızın, gençliğin, insanlığın yeteneklerinin de öz becerilerinin de özellikle yok edilmesine yol açtığının görülmesi gerekir diye düşünüyorum.

TÜRKİYE YEŞİLAY CEMİYETİ 2. GENEL BAŞKAN YARDIMCISI MEHMET DİNÇ – Bu konuda özellikle sosyal becerilerde çok büyük kayıplar var. Yeni neslin sosyal ifadeleri okuma becerileri kayboldu, yüz ifadelerinden, mimiklerden ne demek istiyor, karşındakini okuma becerileri...

MUSTAFA HİLMİ DÜLGER (Kilis) – Herkes poker suratlı oldu, sadece ekrana bakıyor, kendi yüzünden bir şey veremiyor. “Orta vade” dememin sebebi şu: Bir siyaset bilimcisine “Üçüncü dünya savaşçı çıktığında hangi silahlar kullanılır?” diye soruyorlar. “Onu bilmem ama dördüncü dünya savaşında kullanılacak silahları biliyorum.” Tabii, herkeste merak uyanıyor. “Taş, değnek, sopa.” Ve böyle giderse önünde sonunda insanlık teknolojiye bir dip yapacak, tıpkı Gandhi’nin yoluna gidilecek gibi. Tedbir alınmazsa böyle bir şey olacak diye düşünüyorum.

TÜRKİYE YEŞİLAY CEMİYETİ 2. GENEL BAŞKAN YARDIMCISI MEHMET DİNÇ – İnşallah öyle olmaz, biz üzerine çalışırız.

Son beş senede bana gelen üniversite öğrencilerinde çok ciddi sosyal fobi şikâyeti var. Geliyorlar “Bende sosyal fobi var.” diyorlar. Bakıyoruz, sosyal fobi değil ama ne var? Evet, sosyal fobinin neredeyse bütün belirtilerini gösteriyor, sosyal ilişki kurma eksikliğinden bir türlü gelişmemiş bazı beceriler, uygulamayla gelişecek ama uygulama imkânı da maalesef bulamamış. Bununla alakalı çok çok acı örnekler görmüş durumdayız.

BAŞKAN – Sayın Cihaner...

İLHAN CİHANER (İstanbul) – Ben de teşekkür ediyorum sunum için.

Neredeyse bir teknoloji karşıtı hareket çıkacak buradan ha. Luddizm mi deniliyordu buna, öyle bir şey.

TÜRKİYE YEŞİLAY CEMİYETİ 2. GENEL BAŞKAN YARDIMCISI MEHMET DİNÇ – Yok, hiç öyle bir şey demedim efendim.

İLHAN CİHANER (İstanbul) – Daha önceden de konuşan uzmanlar bu davranışsal bağımlılık ile kimyasal bağımlılığın lehindeki etkisinin aynı olduğu anlamına gelecek şeyler söylemişlerdi. Bu tarz ilaçla tedavi yaygın bir şey midir davranışsal bozukluklarda? Yani bu sizin çizdiğiniz tabloda kimyasal bağımlılıkla mukayese edilemeyecek boyutta bir yaygınlık söz konusu ama o kadar dert edilmiyor gibi, öyle bir şey anlaşıyor. Bu ilaç tedavisi konusunda aynı yaygınlık var mı; bir bunu sormak istiyorum.

Bir diğeri, bu tartıştığımız her şey aslında bir boyutuyla bir anda özgürlük var, bir yanda işte soruna dönüşmesi var yani işte bilgiye erişme özgürlüğü, o bahsettiğiniz bağımlılığın her bir başlığı aslında bir yandan da bir özgürlüğe temas ediyor. Bu arayı, bu dengeyi bir kere iyi kurmak lazım çünkü artık evlerde eskiden -bizim zamanımızda bile- kütüphanelerde ansiklopediler vardı, şimdi onlar yok. Yani bir şekilde sizin daha önceden kütüphanede geçirdiğiniz ya da evdeki ansiklopediyle geçirdiğiniz zamanı daha kısa süre içerisinde çocuğun ekrana bakarak geçirmesi söz konusu, oyun bağımlılığı, cinsel bağımlılığı bir tarafa bırakacak olursak. O anlamda böyle bir kategorik... Nasıl diyeyim, kategorik demeyeyim de? Ontolojik olarak kitaba bakmak ile ekrana bakmak arasında bir iyilik, kötülük... Bunun şeyi yapılmış mı yani niye ekrana bakmak kötü kabul ediliyor? Buradaki tartışmaların gidişatı nedeniyle de soruyorum çünkü bakıyoruz insani gelişmişliğe dair herkesin üzerinde az çok örtüştüğü noktalarda bu teknolojiyi daha iyi kullanan, daha yoğun kullanan ülkelerin o anlamda daha gelişmiş ülkeler olduğunu, yaşamlarını daha iyi yürüten ülkeler, daha güçlü ülkeler olduğunu görüyoruz yani orada nasıl çözülüyor bu? Bu işin sanki biraz felsefesi az yapılmış gibi mi, bana mı öyle geliyor?

Sonuncusu da biraz belki sizin alanınızın dışına çıkıyor ama bu sorunlu alana varan kullanımın bu merkezî otoritelerdeki kullanıcı davranışları aracılığıyla tespiti mümkün mü? Yani işte diyelim ki nihayetinde internete bağlandınız -kontrol edilebilir bir şey bu- oradaki kullanıcı davranışı sorunlu bir bağımlılığa işaret ediyor diye bir sinyal alınabilir mi bu düğüm noktalarından? İşte, Türkiye’de mesela tüm bilgi iletişimin geçtiği bir yer var. Buradan öyle bir tespit yapılabilir mi?

Teşekkür ederim.

TÜRKİYE YEŞİLAY CEMİYETİ 2. GENEL BAŞKAN YARDIMCISI MEHMET DİNÇ – Efendim, çok teşekkür ederim. Gerçekten bu üç soru da bence çok önemli sorulardı.

Birincisi, bu ilaç kullanımı meselesi. İlaç kullanımıyla alakalı henüz kriterler oturmadığı, emin adımlar atılamadığı için biraz deneme aşamasında ve isteksiz davranılıyor ama bir iki tane araştırma gördüm alkol bağımlılığında kullanılan ilaçların internet bağımlılığında kullanılmasıyla alakalı ve netice aldıklarını gösteren yayınlar var şu anda. Fakat herkes şu anda kriterlerin ICD’de yayımlanmasını, ona göre tanı konulmasını, onun üzerinden bir tedavi planı geliştirilmesini... Çünkü öbür türlü, tanısı olmayan, resmî olarak dünyada otoriteler tarafından hastalık olarak kabul edilmeyen bir şeyi ilaçla tedavi etmek riskli olur mu diye bir korku var doğrusu alanda çalışan uzmanlarda.

İkinci olarak, bu özgürlük meselesinde de bizim öngörüümüz şu, diyoruz ki: Eğlence amaçlı kullanıma süre getirmekte fayda var. Özellikle -iki saat dedik ya- o iki saat tamamen eğlence amaçlı kullanım ama araştırma amaçlı, keşif amaçlı, yetenek amaçlı kullanımla alakalı ölçümüz şu: Gelişimine mâni olmayacak şekilde istediği kadar kullanabilir, onunla alakalı süre sınırı koymuyoruz. Gelişimine mâni olmayacak şekilde derken de -daha önce arz ettiğim şekilde- beden sağlığı, fiziksel sağlığı zarar görmeyecek, nasıl duracağını, nasıl tutunacağını bilecek veya devamlı olarak bakmayacak -sayın vekilim bahsetti- göz sağlığını nasıl koruması gerektiğini bilecek veya psikolojik anlamda, sosyal gelişim anlamında, zihinsel gelişim anlamında zarar görmeyecek. Bu amaçlı kullanıma herhangi bir sözümüz yok ama eğlence amaçlı kullanımla alakalı mutlaka bir süre sınırının olmasında fayda var diyoruz.

Bu üçüncü mesele: Herhangi bir tespit, takip söz konusu olabilir mi? Bununla alakalı da iki tane temel meselemiz var. Bunlardan bir tanesi “Proxy” denilen şeyleri inanılmaz biliyorlar. Ne kadar ulusal bir şey yapılsa da onun dışına çıkıp bir şekilde farklı şekillerde kullanmak mümkün. Nitekim, cinsellik siteleriyle alakalı mâniler var fakat gençler -bizim araştırmalarımızda da bulduğumuz- “Proxy” siteleri üzerinden çok rahatlıkla o sitelere ulaşabiliyorlar. Yalnız bu konuda güvenli internetin ben çok önemli olduğunu düşünüyorum fakat insanlar bundan habersiz oldukları için uygulama yapmıyorlar ve bu konuda yapılan her türlü düzenlemeye de inanılmaz bir şekilde organize olarak hakların ve özgürlüklerin sınırlandırılması olarak bakılıyor. Mesela güvenli internet ilk söz konusu olduğunda Taksim’de liseli gençler toplandılar ve pankart açtılar “Pornoma dokunma!” diye. Liseli gençler yaptı bunu. Dolayısıyla hak ve özgürlükler anlamında iddialarda bulunuluyor ama çocukların korunamaması söz konusu.

Bir diğer mesele, şimdi yeni bir malzeme çıktı, özellikle Amerika’da bunu bir şirket pazarlıyor “Türkiye’ye de doğru bir şekilde getirilsin mi yoksa o şirketin malzemesi mi getirilsin?” diye tartışılıyor. Malzeme şu: Modeme küçük bir aparat takıyorsunuz, o aparat da çocukların gelişimine uygun olmayan sitelere girilmesine mâni oluyor. Ama işte şu an onu pazarlayan şirket o aparatı satıyor, gelişime uygun olmayan siteleri engelliyor ama hep kendi sitelerini çıkartıyor çocuklara. O yüzden, o aparatla alakalı da tartışma var, “Onun yerlisi gelişsin mi?” diye konuşuluyor şu anda. Ama en temelde yine arzı azaltmakla alakalı maalesef çok fazla gücümüz yok; aslolan bizim için talebi azaltmak, bireyi güçlendirmek.

BAŞKAN – Sayın milletvekilleri, tabii, öğleden sonra biz oyun bağımlılığı, internet ve teknoloji bağımlılığının önlenmesi, tedavi ve güvenli internetle ilgili sunumlar da alacağız.

Şimdi, Sayın Özdoğan Enç, buyurun.

GÖKCEN ÖZDOĞAN ENÇ (Antalya) – Teşekkür ediyorum.

Benim de 15 yaşında bir kızım var. Daha önce tabii “Ne olmak istiyorsun?” diye konuştuğumuz zaman farklı meslek gruplarını söylüyordu, şimdi “E-sporcu olmak istiyorum.” diyor. Sizin anlattıklarınızı çok iyi anlıyorum. Tabii bilmiyordum ben e-sporcu ne demek vesaire. Oyun başına 300 bin dolar kazanıyorlarmış. Yıllarca okuyup hekim olmaktansa -yani altı yıl okuyacak, dört yıl uzmanlığı, on yıl okuyacak- bir hesap yapıyor kendisi “Bir oyundan 300 bin dolar kazanırım, on oyundan işte ne kadarsa.” diyor. Tabii, bu çok tehlikeli bir şey. Dehşete düştüm. Bir şekilde, anne baba olarak internet kullanımını sınırladık. Yani hafta içi internet yok, oyun yok; hafta sonu üç saat cumartesi, üç saat pazar. Şimdi, kendi çocuğumdan örnek vererek gidiyorum. Biz spor, müzik, her şeyi denedik. İşte, Antalya’da o anlamda var her şey. Ama bu çocukların birbirlerinden etkilenme alanı bununla alakalı. Yani her şeyle alakalı birbirleriyle sosyal “network” üzerinden haberleşiyorlar. İşte, kırk beş dakika bizim yanımızda kalması vesaire...

Şunu söylemek istiyorum: Belediyelerin, STK’ların, bakanlığın vesaire... Mesela, Avrupa’da kulüpleşme mantığının, ücretsiz kulüpleşme olduğunu biliyorum, Almanya’da özellikle. Türkiye, burası bu anlamda sporun ücretli olduğu bir yer. Yani bir spor salonuna gidiyorsunuz, gittiğiniz zaman belli bedeller ödemek zorundasınız, bir aйдat ödüyorsunuz vesaire ama özellikle Almanya’da ücretsiz kulüpleşme var, spor salonları ücretsiz vesaire. Belediyelerin bu noktada... Bence hani, rapora da eklemek gerektiğini düşünüyorum. Hem madde bağımlılığı konusunda hem de internet bağımlılığı her neyse konusunda da bir zorlama değil belki ama yönlendirme olmalı. Mesela ilkokul, ortaokul çağındaki her çocuğun bir kulübü olmalı, işte, tenis kulübü, ne bileyim, futbol kulübü, voleybol kulübü gibi gibi. Bilmiyorum, ne düşünüyorsunuz bu konuda?

İkincisi de, BTK'nın bu güvenli internet projesini ben uzunca bir süre araştırdım. Hatta kendi ilimimde de, bir oyun vardı -ismini tam hatırlayamıyorum- valilik kanalıyla internet kafelerde oynanmasını engelledik. Bu Mavi Balina, işte, Sarahah -siz biliyorsunuz onları- çok korkunç, insan yaşamını sonlandıracak kadar tehlikeli işler bunlar ve Türkiye'de de -iki katmandan bahsettiniz- o ikinci katmanda bunlar hâlâ dönüyor. BTK'nın burada -onları da dinleyeceğiz mutlaka ama- birden bir tuşa basıp bütün interneti, Türkiye'deki dağılımını sıfırlayıp ondan sonra güvenli internete geçsek gibi böyle ütöpik bir şey söylemişim, onun tabii ki de çok mümkün olmayacağı söylendi çünkü bir yerde hak ihlaline giriyor hepsini kapattığımız zaman. Ama söylediğiniz aparatın mesela bir maddi değeri olacak, onu herkes alamayacak, bilmiyoruz da. Artı, kamu spotları vesaire, güvenli internet ya da bir tuşa basıp bütün aileye güvenli internet mi yapmak gerekiyor? Gerçekten işin içinden çok zor çıkılacak bir durum bence.

Bir de son olarak, bu bizim AMATEM'lerde madde bağımlılığını tedavi ediyoruz. Böyle uzmanlaşmış bir yer var mı bu şekilde çalışan?

Teşekkürler.

TÜRKİYE YEŞİLAY CEMİYETİ 2. GENEL BAŞKAN YARDIMCISI MEHMET DİNÇ - Ben onlara cevap vereyim.

Şimdi, birinci mesele, toplum olarak tavır almamız lazım hakikaten e-spor meselesi üzerinden. Çünkü anne baba ne derse desin çocuklar bir şekilde akranlarından etkileniyorlar ve şu anda toplumsal mesaj çok yanlış veriliyor. Mesela, örnek vermek gerekirse, internet Türkiye'ye girdiğinde 1997 yılında iki tane pazarlama tekniği kullanıldı, bir tanesi İnternet Mahir, hatırlar mısınız bilmiyorum? İnternet Mahir diye bir adam var, bu adam internet sayesinde...

GÖKCEN ÖZDOĞAN ENÇ (Antalya) – Site yapıyordu, hatırlıyorum.

TÜRKİYE YEŞİLAY CEMİYETİ 2. GENEL BAŞKAN YARDIMCISI MEHMET DİNÇ – Site yapıyor, yurt dışından bir sürü kız bunu davet ediyor, görüşüyorlar falan. İnternet niçin kullanılır? Türkiye'ye ilk girmiş, “Bir sürü kızla tanışırsınız.” mesajı bu.

İkincisi: Bu kestaneci vardı, “Ticaret yaparsın, para kazanırsın.” Hatırlar mısınız bilmiyorum, e-kolay?

GÖKCEN ÖZDOĞAN ENÇ (Antalya) – Banu Alkan'lı bir şeydi yanlış hatırlamıyorsam.

TÜRKİYE YEŞİLAY CEMİYETİ 2. GENEL BAŞKAN YARDIMCISI MEHMET DİNÇ – O daha sonradan geliyor, ilk “E-kolayla beraber internet üzerinden para kazanırsınız.” meselesi vardı. Dolayısıyla Türkiye'ye internet ilk girdiğinde bir, kolayca kız bulursunuz, çok özür dilerim; ikincisi, kolay para kazanırsınız. Bakın, aradan yirmi yıl geçti, geçen sene bir telefon firması reklam yapıyor, diyor ki: “Telefonunuzu aynı zamanda modem olarak kullanabilirsiniz, bir sürü işinize yarar.” Modem olarak kullanan kişinin etrafında kızlar dolaşıyor. Yirmi sene geçmiş, hâlâ interneti akıllı, bilinçli kullanmanın amacı daha çok kız toplayayım. Bir şarkıcı klip yapmış iki sene önce yine, otobüste bir kıyı görüyor, hemen internetten o kıyın profilini buluyor aynı otobüste oldukları için, oradan ona yazıyor, buluşuyorlar falan. Bugün TÜRK TELEKOM'un reklamı var, “İnternet hızınız artsın” diyor, niçin artsın? Dizi seyredin, oyun oynayın, şunu yapın, para kazanın vesaire. Hiç böyle buluş yapın, yeteneğinizi geliştirin, kendinizi keşfedin; olumlu kullanımla alakalı toplumsal mesaj veremiyoruz. Yani ne reklamlarda veriliyor ne dizilerde veriliyor ne başka bir kanalda veriliyor. Dolayısıyla gençlerin zihninde internetle alakalı algı -çok özür dilerim- kızlara kolay görünebilecek yer ya da kolay para kazanabilecek yer. Bir kişisel gelişimci seminer vermiş “Kitap nasıl yazılır, yazar nasıl olunur?” diye. Seminere katılanlardan biri kitap yazmış, basmış; sonra ona gitmiş demiş ki: “Efendim, kitap yazma

şeyini bana verdiniz ama ben bunları satamıyorum.” “Ha, kitap satma ayrı bir kurs, ona geleceksin şimdi.” demiş. Şimdi, bir tane malzeme veriyorlar, e-sporcularla alakalı da öyle, bir kişiyi gösteriyorlar, yüz binlerce genç onun gibi olacağını zannediyor, hâlbuki olmayacak yani, bir tane sporcu olacak. O yüzden internetle alakalı, internetin doğru kullanımıyla alakalı, faydalı kullanımıyla alakalı toplumsal mesaj ayağında çok ciddi eksiğimiz, çok büyük sıkıntılarımız var. O spor kulüpleri meselesini de doğrusu ben çok önemsiyorum. İzlanda’da böyle bir çalışma var -İzlanda yanlış hatırlamıyorsam- genç suçluluk oranı en yüksek ülkelerden biriydi bundan on beş, yirmi yıl kadar önce. On yıl kadar önce, yanlış hatırlamıyorsam, bir organizasyon başlattılar gençlerin mentorler tarafından takip edilmesi, spor kurslarının ücretsiz götürülmesi, her gencin mutlaka ücretsiz bir spor kulübüne yazılmak zorunda olması vesaire diye. Şu anda en örnek gençlik onların, suç oranları inanılmaz şekilde düşüyor. Yani bu gençlerin enerjilerini boşaltamama meselesi çok büyük bir sıkıntı.

Son sorunuz... Bağımlılığın tedavisi konusunda Bakırköy’de -öğleden sonra Gül Hoca gelecek- internet bağımlılığı polikliniği var.

GÖKCEN ÖZDOĞAN ENÇ (Antalya) – Tek orası mı var?

TÜRKİYE YEŞİLAY CEMİYETİ 2. GENEL BAŞKAN YARDIMCISI MEHMET DİNÇ – Tek orası var. Şu anda biz YEDAM’lar üzerinden teknoloji bağımlılığıyla alakalı farkındalık çalışmaları yapıyoruz ama rehabilitasyon anlamında bir çalışmamız yok çünkü tedavi anlamında bir sistem oturmadı, tedaviden sonra rehabilitasyon yapalım.

GÖKCEN ÖZDOĞAN ENÇ (Antalya) – Genelde özel klinik psikologlar yapıyor bunu, psikiyatrlar.

TÜRKİYE YEŞİLAY CEMİYETİ 2. GENEL BAŞKAN YARDIMCISI MEHMET DİNÇ – Yapıyorlar ama o konuda da çok büyük sıkıntı var çünkü internet bağımlılığı konusunda formel bir eğitim yok. Dolayısıyla bu konuda bir şey yapıyorum diyen insan hangi eğitimi almış, hangi formasyonla bunu yapıyor, büyük soru işareti.

BAŞKAN – Evet, teşekkür ediyorum.

Şimdi, Sayın Hocam, arz ve talebi azaltalım diyoruz. İnterneti yasaklamak ya da internet hızını azaltmak çözüm mü? Tabii, bunu medyada farklı şekilde algılıyorlar, bizim böyle bir düşüncemiz yok ama bir çözüm üretmemiz gerekiyor. Güney Kore örneğinde, gece saat on birden sonra internet hızının azaltıldığının faydası olduğunu söylediniz. Bu konuda görüşünüzü almak istiyorum; bir.

İki; teknoloji ve internet maalesef son zamanlarda o kadar hızlı ilerliyor ki artık yapay zekâlardan bahsediyoruz. Davos’ta Profesör Harari’nin bir sunumu olmuştu. Onun söylediğine göre, bizler özgür düşünebilen son nesilleriz. “Bizden sonraki nesiller artık özgür düşünemeyecekler.” diyor. Yani bu yazıyla ilgili ne demek istediğini az çok biz anlıyoruz ama önümüzdeki yüzyılda bu yapay zekâlar insanların zekâlarını, duygularını ele geçirebilecekler mi ya da böyle bir teknoloji olacak mı?

Bir de az önce “Kritik ve analitik düşünme becerisini öğrencilerimize kazandırmamız gerekir.” dediniz. Bu bence çok önemli. Kritik analitik düşünceyle ilgili benim de âcizane çalışmalarım olmuştu, üniversitede öğretim üyesi iken öğrencilerimize bu konuda sunum bile yapmıştım. Örneğin, Amerika Birleşik Devletleri’nde kritik analitik düşünceyle ilgili “think tank” kuruluşlarını biliyoruz ama üniversitelerde dersler veriliyor. Biz de bu çocuklarımıza ilkökul, ortaokul veya lise çağlarında -bu tartışılabilir- kritik ve analitik düşünme becerisini verebilir miyiz? Bu konuda dersler hangi çağda, hangi sınıflarda, okullarda verilebilir?

Çocuklarımız tabii, kapalı ortamlarda kalıyorlar, inanılmaz bir tıbbi dezavantaja sahip oluyorlar çünkü güneş görmüyorlar, D vitamini sentezlenmiyor, osteopeni, osteoporoz gibi kemik hastalıklarıyla çok ciddi bir şekilde karşı karşıya kalıyorlar. Hele kız çocukları, kız öğrenciler, onlar işte, menopoza girdikten sonra -biliyorsunuz- osteoporoz, osteopeni onlarda daha şiddetli geliyor. Bunu da işlemek veya anlatmakta fayda var diye düşünüyorum.

Çözüm önerileri, tabii, çok net, böyle başlıklar hâlinde almak isteriz çünkü “İnternet ve teknoloji bağımlılığında çözüm şudur...” Sihirli bir kelime var mı? Raporlarımıza da bunu dercedelim diye düşünüyorum.

Teşekkürler.

TÜRKİYE YEŞİLAY CEMİYETİ 2. GENEL BAŞKAN YARDIMCISI MEHMET DİNÇ – Şimdi, çok kısaca arz etmem gerekirse, tabii, problem çok komplike, hâlen çok boyutlu, bütün boyutlarını görebilmiş değiliz ama çok kısaca yapabileceğimiz bazı şeyler var: Bunlardan birincisi, belki en temeli Afrikalıların güzel bir sözü var, diyorlar ki: “Bir çocuk yetiştirmek istiyorsan önce bir köy kur.” Çünkü çocuk köyün içerisinde o köye göre yetişiyor. Toplumsal mücadele yapmadan anne babaları ne kadar bilinçlendirirsek bilinçlendirelim anne babalar çaresiz kalıyor. Biraz önce sayın vekilim söyledi. Anne babalar çocuklarına telefonu veriyorlar oyalansınlar diye çünkü kendilerinin enerjisi yetmiyor; hakikaten yetmiyor, dolayısıyla anne babanın tek başına dedenin, amcanın, halanın, teyzenin, komşuların, akrabaların veya arkadaşlarının vazifesini yüklenerek vaziyet etmeleri mümkün değil, mutlaka toplumsal mücadele gerekiyor ve toplumsal anlamda çocukların demin arz ettiğim üç temel ihtiyaçlarını yani enerjilerini boşaltabilecekleri, kendilerini gösterip yeteneklerini işleyebilecekleri ve sağlıklı bir şekilde sosyalleşebilecekleri zeminlerin, alanların ivedilikle oluşturulması lazım ki bu problemi önlemeyle alakalı bir şeyler yapmış olalım.

İkinci mesele: Doğru kullanımla alakalı demin arz ettiğim 12 maddelik çerçevenin okullarda öğretilmesi. Yani aktif kullanım, bilgili kullanım, güvenli kullanım, sağlıklı kullanım, çevreci kullanım, dürüst kullanım gibi 12 maddenin okullarda ciddi anlamda müfredata girmesinin faydası olduğu kanaatindeyim.

Bir diğer mesele de eğitim meselesi. Çok önemli bir noktaya temas ettiniz. Şu anki eğitim sistemi çocukları ciddi anlamda zora sokuyor. Google’a okul yazdığınızda, İngilizce “school” yazdığınızda hemen aramalar şöyle çıkıyor: “Beni depresyona sokuyor, intihar etmemi gerektiriyor, ölmek istiyorum okul dendiğinde...” vesaire. Hatta bununla alakalı bir söz var, diyor ki: “Öyle bir nesil ki okula gitmemek için hasta olmayı tercih ediyor ya da kar yağıp her yerin kapanmasını tercih ediyor.” Bu kadar okuldan uzaklaşmış bir durum söz konusu çünkü burada temel sıkıntı şu: Şu anda okulsuz toplum tartışmaları da çok yaygınlaştı. Okul interneti olabilir, şayet internet akıllı kullanılırsa, özellikle “massive on-line” örnek sistemlerden, büyük sınıflardan her türlü bilgiye ulaşmak mümkün. Okulu bina, insan, zaman kısıtlaması, israfı olarak görüyorlar ve okulun bilgiyi insana hapsettiğini, sadece öğretmene hapsettiğini, başka insanlara karşı insanın kendini öğrenmeye kapatmasına sebep olduğunu öngörüyorlar, sadece okula hapsettiğini öngörüyorlar, insanın dışarıdan öğrenmesinin önüne geçtiğini öngörüyorlar; sadece gündüze ve kışa hapsettiğini öngörüyorlar, yazın öğrenmeyle alakalı çocukların hiçbir şey aklına gelmiyor ya da akşamları öğrenmeyle alakalı bir şey aklına gelmiyor, hâlbuki öğrenme dediğimiz şey herkesten olabilir, her yerde olabilir, her zaman olabilir. O yüzden okulla alakalı ciddi eleştiriler var. Bu noktada tabii ki, ben okulsuz toplum taraftarı değilim ama okulların şu 3 tane konuyu önceleyerek kendilerini yenilemeleri gerektiğini düşünüyorum ki internetle baş edebilsinler, öbür türlü yapay zekâyı maalesef mahkûm olabiliriz, yapay zekâyı yenilebiliriz, 3 tane meseleyi halletmezsek: Bunlardan birincisi; psikolojik sağlık ve dayanıklılık meselesi. Psikolojik sağlık ve

Çok önem verdiğimiz bir şey, aralık ayında Dünya Sağlık Örgütüyle beraber 35 ülkeden bilim insanları geldi, bu alanın öncüleri, bu alanda en çok çalışma yapan insanlar geldi ve ICD'yle alakalı kriterleri nasıl belirleriz konusunda Yeşilayın ev sahipliğinde Dünya Sağlık Örgütünün ortaklığıyla beraber üç gün boyunca toplandık ve üzerinde çalışmalar yaptık.

Yine, önemli çalışmalardan bir tanesi -size arz ettiğimiz dosyalarda var- 1920'den bu yana Türkiye'de davranışsal bağımlılıklarla alakalı yapılan bütün bilimsel çalışmaların bibliyografyasını yaptık, sizin kitaplarınız arasında var. Bunun içerisinde internet ve teknoloji bağımlılığıyla alakalı yapılmış tezler, yayınlanmış yazılar, makaleler vesaire var. İnternet bağımlılığıyla alakalı benim yazdığım bir kitap var. Bu kitap 2010 yılında basıldı, Türkiye'de "İnternet Bağımlılığı" adıyla yazılmış ilk kitaptır. Sonrasında "Teknoloji Bağımlılığı ve Biz" diye daha pratik kitapçık olarak yayınladığımız bir şey var, onu da size arz ettik. Anne babalar bu konuda ne yapabilir konusunda bizim asistanlarımızdan bir tanesi Psikolog Mahmut Yay bir kitap yaptı, onu da size arz ettik. "Addicta" diye bir dergimiz var, akademik bir dergi, bilimsel makalelerin yayınlandığı bir dergi. Bu derginin 3'üncü sayısında teknoloji bağımlılığını inceledik, tamamen teknoloji bağımlılığıyla alakalı makaleler yayınlandı. Ayrıca her derginin her sayısında da teknoloji bağımlılığı, internet bağımlılığıyla alakalı makalelere, araştırmalara yer veriyoruz. Bin sayıyı geçen Türkiye'deki tek aylık dergi Yeşilay Dergisi, teknoloji bağımlılığına her ay muhakkak bir yer verip bu konuda anne babaların ne bilmesi lazım, ne yapması lazım, popüler dille anlatıyor. "Mavi Kırangıç" diye aylık olarak yayınladığımız bir çocuk dergimiz var. Bu çocuk dergimizde her ay muhakkak ailece yapılabilecek bir malzeme, bir oyuncak veriyoruz ama hazır oyuncak vermiyoruz, anne babaların çocuklarıyla beraber birleştirip yapacağı bir oyuncak veriyoruz ve bundan çok güzel dönüşler alıyoruz. Aynı zamanda yayınladığımız çocuk kitaplarımız var: "Yeşilcan'la Teknoloji", "Sokak Oyunları", "Sağlıklı Yaşam" vesaire diye çocukların sağlıklı bir şekilde hayata tutunmaları ve teknolojiyi akıllı bir şekilde kullanmalarıyla alakalı kitaplarımız var çocuklara yönelik; bunlardan da çok ciddi verim aldık.

Kamu spotlarımız var, size flash diskler içinde takdim ettik. Orada da toplumun teknoloji bağımlılığıyla alakalı farkındalığını artırmak için yaptığımız çok kısa filmler var, müsaade ederseniz bir tanesini gösterebilirim biraz sonra.

YEDAM çerçevesinde verdiğimiz seminerlerimiz var bu konuda farkındalığı artırmak için. Türkiye bağımlılıkla mücadele eğitimini daha önce size arz etmişlerdi, orada anaokulu, ilkököl, ortaokul, lise ve yetişkinler için hazırladığımız teknoloji bağımlılığı konusunda eğitimler var. Onlar da bütün okullarda şu ana kadar 12 milyon öğrenciye verilmiş durumda, bunu 18 milyona çıkarmak istiyoruz.

Bunun haricinde ulusal faaliyetlerimiz var, bunlara eğitim verdik teknoloji bağımlılığıyla alakalı; başta Millî Eğitim Bakanlığı olmak üzere, Diyanet İşleri Başkanlığının tüm Türkiye'deki gönderdiği temsilcilere, her şehrin temsilen gönderdiği kişilere verdik. Türk Kızılayına bugünlerde veriyoruz. Yine, Genelkurmayla ortak bir çalışma yapıyoruz, 600 bin ere verilecek. Aynı zamanda "Sağlıklı Nesil Sağlıklı Gelecek" yarışmasıyla Türkiye çapında bütün okullarda bu konuda düzenlediğimiz bir yarışma var. Çocuklardan resim, şiir, hikâye ve poster istiyoruz. Onlar da şu an devam ediyor, eleme aşamalarında, onlara da çok büyük ilgi var. Senaryo yarışması yapıyoruz düzenli olarak teknoloji bağımlılığıyla alakalı. Onlardan başarılı olanları film hâline getiriyoruz, o flash disklerde film hâline getirdiğimiz kısa film senaryo yarışmalarını da bulabilirsiniz. Kısa filmler yapıyoruz, uluslararası karikatür yarışması yapıyoruz. Bu sene 63 ülkeden 2 bin sanatçı karikatür gönderdi, birçoğu da teknolojiyle alakalıydı; onu Türkiye'de de sergiledik. Geçen hafta Birleşmiş Milletlerde uyuşturucuyla alakalı özel oturum yapıldı, oraya da Yeşilay olarak dört oturumla katıldık. Karikatür sergimizi oraya götürüp orada da sergiledik,

BAşKAN – Evet, çok teşekkür ediyoruz.

şimdi, tabii, biz teknolojiyle o kadar iç içeyiz ki, hele günümüzde, şu anda ve geçtiğimiz dönemlerde milletvekilliğı yapan arkadaşlarımızın işinin daha da zor olduğunu burada kayıtlara geçmesi açısından ifade etmek istiyorum. Örneğın; yirmi sene önce “Whatsapp”, “Messenger”, “Facebook” gibi, ne bileyim, sosyal medyanın çok yoğun kullanılmadığı dönemde, sadece cep telefonu veya sabit telefonla milletvekilleri çalışırken, bugün biz milletvekilleri olarak “Whatsapp”ı takip etmek durumundayız, “Messenger”ı takip etmek durumundayız, SMS geliyor, vatandaş nihayetinde, bir şekilde size ulaşıyor yazışmak suretiyle veya cep telefonu ve bilgisayar üzerinden. Hakikaten hayatımızı teknoloji o kadar esir almış durumda. Fakat madde bağımlılığıyla karşılaştırıldığında, kıyas edildiğinde, her ikisinin de neredeyse aynı ölçüde zararlı olduğunu biliyoruz. Bunların tedavisiyle ilgili de öğleden sonra dinleyeceğimiz hocalar var. Saat 14.30’da başlayacak. Ben Yardımcı Doçent Doktor Mehmet Dinç Hocamıza, Türkiye Yeşilay Cemiyeti 2. Genel Başkan Yardımcısı ve Hasan Kalyoncu Üniversitesi Psikoloji Bölümü Öğretim Üyesi, internet ve teknoloji bağımlılığıyla ilgili ve Yeşilayın çalışmasıyla ilgili bize yapmış olduğu bu güzel sunum için tekrar teşekkür ediyorum.

Oturumumuza öğleden sonra devam etmek üzere ara veriyorum.

Kapanma Saati: 12.55



İKİNCİ OTURUM

Açılma Saati: 14.53

BAŞKAN: Yılmaz TEZCAN (Mersin)

BAŞKAN VEKİLİ: Kerem Ali SÜREKLİ (İzmir)

SÖZCÜ: Gökçen ÖZDOĞAN ENÇ (Antalya)

KÂTİP: Lütfiye İlksen CERİTOĞLU KURT (Çorum)

BAŞKAN – Değerli arkadaşlar, bugünkü toplantımıza devam ediyoruz.

Bugünkü İkinci Oturumumuzda Doçent Doktor Mehmet Barış Horzum ve Doçent Doktor Tuncay Ayas -Sakarya Üniversitesi Eğitim Fakültesi- bize oyun bağımlılığıyla ilgili sunum yapacaklar.

Öncelikle hocalarımıza hoş geldiniz diyorum.

Biz, tabii, şu ana kadar özellikle madde bağımlılığıyla ilgili dinlemeleri gerçekleştirdik. Bugün de internet, teknoloji gibi alışkanlıkları içeren bağımlılıklar konusunda toplantılarımızı ve dinlemelerimizi gerçekleştiriyoruz.

Değerli hocalarım, sözü size bırakıyorum, buyurun.

Tekrar hoş geldiniz.

2.- Doç. Dr. Mehmet Barış Horzum ve Doç. Dr. Tuncay Ayas'ın, oyun bağımlılığı, etkileyen faktörler ve çözüm önerileri hakkında sunumu

DOÇ. DR. MEHMET BARIŞ HORZUM – Sayın Başkanımızın da ifade ettiği gibi Sakarya Üniversitesinden geliyorum, Eğitim Fakültesindeyim.

Bugün aslında oyun bağımlılığı ile internet bağımlılığını birbirinden çok ayırt etmeden, aslında birbirine girift bir yapısının olduğuyla başlamak isterim Sayın Başkan. Temel noktada aslında oyunlarımızın çoğu da internetten oynanmaya başladı.

Kısaca tanımlamak ya da tarif etmemiz gerekirse, amacı dışında, belli bir amaç dâhilinde olmaksızın sürekli olarak oyun ya da internet oynamak bağımlılık kapsamına alınıyor. Literatürde tam kapsamlı kabul edilmiş bir tanımı yok. Hâlâ da üzerinde odaklanılmış net bir tanım koyamıyoruz ama herkesin ortak noktası aşırı derecede olması, sürenin uzun olması ve amacı dışında gerçekleşiyor olması.

Etkileyen faktörler var sayın vekillerim. Genetik, psikolojik, kişisel, ailesel, çevresel ve teknolojik faktörler var. Kısaca bunlardan bahsedecek olursam, genetik faktörler, bir kısmı genetik yatkınlıkla ifade edilebiliyor, genetik bozukluklar ve genetik görünüş bozuklukları genetik faktörler altında ele alınan başlıkları ifade edebiliriz.

Psikolojik faktörler var. Dikkat eksikliği, hiperaktivite bozukluğu, öfke, depresyon, yalnızlık, düşmanlık gibi faktörler aslında internet bağımlılığı ve oyun bağımlılığını tetikleyen etmenler olarak karşımıza çıkıyor. Bunun yanında anksiyete -kaygı bozukluğu- daha nörotik kişisel tercihler, etkileyen faktörler arasında ele alınabiliyor psikolojik boyutta.

DOÇ. DR. TUNCAY AYAS – Özellikle baktığımızda internet bağımlılığı veya oyun bağımlılığına yönelen bireylerde buna eşlik eden psikolojik sorunlarının olduğu görülmektedir. İnternet veya oyun bağımlısı olan bireylere baktığımızda yüzde 50'sinin bir başka maddeye bağımlı olduğu görülmekle birlikte yüzde 60 oranında da psikolojik sorunlar yaşadığını ifade etmektedir. Özellikler depresyon, yalnızlık, utangaçlık önemli bir problem olarak karşımıza çıkmakta. Bildiğiniz gibi İngiltere'de yalnızlık

bakanlığı kuruldu. Özellikle ergenlik döneminde çocukların ailevi problemlerinden dolayı akranlarıyla iletişim kuramaması yalnızlık yaşamalarına neden olmakta, bu da ilerleyen süreçlerde bireylerin internette aşırı zaman harcamasına, bu da bireylerde bağımlılık yaratmasına neden olmaktadır.

Özellikle, baktığımızda, yalnızlık bireyi internete yönlendiriyor, internete yönelen birey de sosyal hayattan koptuğu için yalnız bir birey hâline gelmeye başlıyor. Dolayısıyla girift birbirini etkileyen iki temel faktör olduğunu ifade edebiliriz.

DOÇ. DR. MEHMET BARIŞ HORZUM – Burada Tuncay Hocamın da ifade ettiği gibi, yalnızlık faktörü devreye girdiğinde kişisel özellikler de var etkileyen faktörlerde; cinsiyet bunda önemli bir faktör. Özellikle internet bağımlılığında kızlarımızın ve bayanların, oyun bağımlılığın da ise erkeklerin daha çok ön plana çıktığını görebiliyoruz.

Burada sosyal benlik algısı ve genel benlik algısı, iletişim becerisi, özdenetim becerisi, içe dönüklük, gececi tip yaşamı tercih edenler, fiziksel görünüm problemi yaşayanlar, sorumlu kişilik konusunda problem yaşayanlar, duygusal kararlılığı düşük olanlar daha çok bağımlılık eğiliminde oluyor kişisel faktörler açısından.

DOÇ. DR. TUNCAY AYAS - Burada bir şey ifade edeyim. Duygusallık bireyleri bağımlılık yapmada önemli faktörlerden. Bu madde olsun, internet olsun, herhangi bir faktör olsun, bireyin duygu durumunda ani değişiklik yapan her uyarıcı bireyde bağımlılık yapar. Yani işte olumsuz, mutsuz bir birey almış olduğu madde veya almış olduğu uyarıcı sonucunda bu duygu durumu değişiyorsa bireyde bağımlılık yapma olasılığı yüksektir. Baktığımızda zaten kimyasal madde olan alkol, uyuşturucu vesaireler bireylerin duygu durumunu değiştirdiği için bağımlılık yapıyor. İnternet de biraz önce bahsettiğimiz işte psikolojik nedenlerle internete daha fazla yönelen kişilerin burada var olan olumsuz duygulardan kurtulduğu için bağımlı olma olasılığı artıyor.

DOÇ. DR. MEHMET BARIŞ HORZUM – Kişisel faktörlerin dışında ailesel faktörler de var. Özellikle ailenin ekonomik durumu, aylık geliri, aile içinde -en çok vurgulanması gereken- aile içi sorunların yüksek olduğu durumlarda internet ve oyun bağımlılığı daha çok artıyor. Özellikle gençlerde, çocuklarda internet ve oyun bağımlılığını tetikleyen önemli faktörlerden biri gerçek yaşamdaki sorunlarla başa çıkamadığı için internet ve oyunları bir kaçış noktası olarak kullanmaya başlıyorlar ve zaman içinde artık kaçınılmaz hâle geliyor, bunun üzerine düşüyorlar.

DOÇ. DR. TUNCAY AYAS – Burada ben anlatayım.

Evet, son zamanlarda baktığımızda, boşanma oranlarının artmasıyla birlikte okullarda tek ebeveynli çocuk sayısının arttığını görmekteyiz. Bu da işte genellikle boşanma durumlarında çocuklar mahkeme tarafından anneye veriliyor. Özellikle evde baba otoritesinin olmaması, bireyin, çocukların bu alanda daha fazla bağımlı olmasında önemli bir faktör olduğunu söyleyebiliriz.

DOÇ. DR. MEHMET BARIŞ HORZUM – Ailesel faktörlerin dışında çevre ya da sosyal faktörler olarak ifade edebileceğimiz sosyal kaygı yaşaması, okul problemleri, mesleki sorunlar, finansal sorunlar, algılanan sosyal destek ve iletişim problemi olan bireylerin internet ve oyunu daha fazla tercih ettiği, sosyal hayata aktaramadığı zamanı daha çok internet ve oyunla geçirmeye başladığı görülüyor ve en önemli faktörlerden bir tanesi de bu gibi görünüyor. Sosyal çevre azaldıkça, özellikle mesela ailelerin günümüzde diğer aile ziyaretleri ya da çocukların arkadaşlarıyla oyun oynama süreleri azaldıkça internet ve oyuna ayırdıkları sürenin arttığını çok net görebiliyoruz.

DOÇ. DR. TUNCAY AYAS – Evet, burada önemli sorunlardan bir tanesi de özellikle basında çok sıkça yer alan olumsuz olayların olması sonucunda aileler çocuklarını dışarıda oyun oynamaya gönderemiyorlar. İşte yaşadıkları kaygıdan dolayı sürekli evde güvende olduğunu düşünüyorlar ve

özellikle bu, dışarı çıkamayan çocukların evde canlarının sıkılmasına neden oluyor. Bu şekilde olunca da bireylerin internete yönelmesinin daha kolay olduğunu görmekteyiz. Ve yine baktığımızda çevresel koşulların da bireylerin oyun oynamasına uygun imkânlar sunmayan birçok bölgenin olduğunu görmekteyiz. Yani bazı bölgelerde özellikle baktığımızda çocukların oyun oynayacak alanları söz konusu değil. Her yer inşaat, her yer yapılaşmaya gittiği için böyle bir sıkıntı da ortaya çıkıyor. Bu şekilde olunca da çocuklar dışarı çıkmaktan ziyade evde zaman geçirmek zorunda. Evde zaman geçirmesinde işte mutlu olmasını sağlayacak en ideal araç da internette oyun oynamak.

DOÇ. DR. MEHMET BARIŞ HORZUM – Son faktör olarak da teknolojiyle ilgili faktörleri sayabiliriz. İnternet kullanım beceresi, sosyal ağlar, oyunlar, evde internet bağlantısının olması. En önemli göstergelerden bir tanesi evde internet bağlantısının olması ve günlük internet kullanım süresinin artması etkiliyor. Burada bir araştırma bulgusunu özellikle vurgulamak isterim. Kitap okuma oranı artan bireylerde internet ve oyun bağımlılığının düştüğünü gözlemliyoruz çünkü kitap okurken harcadığı zaman ve ona yönelmesi diğer faktörleri azalttığını görüyoruz ama bu oran çok güçlü değil tabii ki.

DOÇ. DR. TUNCAY AYAS –. Evet, bu kitap okuma önemli bir faktör ama maalesef Türkiye’de 16 haneye 1 kitap düştüğünü üzülerek söylemek gerekir. Bireyler evde -özellikle ebeveynlere de- kitap okumadığı için çocuklara rol model olmamalarını, bunu da önemli bir faktör olarak değerlendirebiliriz.

DOÇ. DR. MEHMET BARIŞ HORZUM – Bizim, aynı zamanda etkileyen faktörlerle ilgili araştırma süreçlerimizden elde ettiğimiz bazı çözüm önerileri vardır. Bu çözüm önerilerinin bir kısmını da sizlerle paylaşmak isteriz eğer uygun görürseniz. Genetik faktörlere yönelik tabii ki tıp ağırlıklı çalışmaların ön plana çıkması gerekir ama bağımlılığa neden olan genlerle ilgili çalışmalar yürütmek, bağımlılık sürecindeki zihindeki süreçlerin incelenmesi ve davranışları etkileyen faktörleri genetik olarak incelemek önemli bir faktör olarak görünüyor. Psikolojik ve bireysel faktörlere yönelik bazı önerilerimiz var. Özellikle okullarda psikolojik testlerin düzenli olarak çocuklara uygulanması ve incelenmesini önemli bir boyut olarak görüyoruz. Aile hekimliği birimlerinde en azından bir psikolog olması, okul, aile ve çevreyle çalışma yürütmesini önemli bir faktör olarak görüyoruz. Üniversitelerde teknoloji bağımlılığıyla ilgili uzman yetiştirmeye ihtiyacımızın olduğunu vurgulayabiliriz öneri olarak.

DOÇ. DR. TUNCAY AYAS – Özellikle burada baktığımızda internet bağımlılığı, oyun bağımlılığıyla ilgili yapılan çalışmaları incelediğimizde genellikle spesifik, işte A şehrinde, B şehrinde. Türkiye genelini yansıtan bir çalışma söz konusu değil. Bu açıdan değerlendirdiğimizde şu anda Türkiye’deki oyun veya internet bağımlılığı oranını net olarak söyleme şansına sahip değiliz. Bu açıdan işte psikolojik testlerin bu anlamda yapılmasının uygun olduğunu söyleyebiliriz.

DOÇ. DR. MEHMET BARIŞ HORZUM – Ailesele ve teknolojik faktörlerle ilgili bazı önerilerimiz var. Mesela halk eğitim merkezleri ya da okullarda doğru internet kullanımıyla ilgili ailelerin bilgilendirmesine ihtiyacımız olduğunu söyleyebiliriz. Araştırma bulguları iki önemli faktörü bize gösteriyor. Bazı aileler internet ve oyun bağımlılığının ne kadar tehlikeli olduğunu ya da ne olduğunun farkında olamayabiliyor; bazı aileler de farkında ama ne yapacağını bilmiyor. Bu açıdan onlara destek olacak böyle bir bilinçlendirme eğitimlerini ülke çapında artırabiliriz.

Burada önemli faktörlerden bir tanesi, günümüze kadar hep şunu söylüyorduk teknoloji bağımlılığıyla mücadele ederken “Ortak yerlere koyalım bilgisayar, internet kullanımını, bu şekilde kontrol altında tutabiliriz.” diyorduk ama cep telefonlarıyla birlikte artık yatak odamıza dahi girmeye başladı bu bağımlılık türü ve internet özellikle. Aileler çocuklarını kontrol etmekte zorlanıyorlar. Önerebileceğimiz şeylerden bir tanesi hem internet için hem de cep telefonu için çocuk profilleri oluşturup çocuklar girerken sadece o profilden girebilmeleri ve çocuk profillerinde özel yazılımlarla

onların kullanacağı sitelerin denetim altına alınmasını, oyunların denetim altına alınmasını önerebiliriz. Burada önemli gördüğüm noktalardan bir tanesi, ailelerin özellikle çocuklarının internet ve oyunları kullanımını izleyebilecek yazılım sağlamamız gerekiyor. Bu yazılımlar internet kullanım süresini ya da oyun kullanım süresini ve zaman aralığını ailelere ayarlama imkânı sunarsa gerçekten etkili olabilir. Bir de Kamu Media Sense ya da Pan-European Game Information gibi sistemler var yurt dışında. Bunlar aslında bilgilendirme sistemleri. Aileleri ve çocukları, oyunları ve internet sitelerini sınıflıyorlar. Eğer arzu ederseniz o sitelerden bir tanesini açabilirim. En azından aileleri hangi yaştaki çocuğun hangi oyunu oynayabileceğini ve ne kadar süre oynayabileceğini bilgilendirici bir sistem bunlar. Bizim de ülke olarak kendi kültürümüze ve toplumsal yapımıza uygun böyle sistemler, siteler geliştirmeye ihtiyacımızın olduğunu vurgulayabiliyorum.

Burada bir son nokta da özellikle bu profillerden bahsetmiştim, aile ve çocuk profili. Çocuk profilinin, mutlaka bu oluşturacağınız sistem ve sitelerden kaynak alarak çocuğun yaşına ya da bireyin donanımına göre belli siteleri yasaklayıp belli siteleri açabilecek bir sistem geliştirebileceğini ifade edebiliriz.

DOÇ. DR. TUNCAY AYAS – Özellikle ailesel açıdan değerlendirdiğimizde, baktığımızda, günümüzde özellikle çalışan annelerin teknolojiye çocuklarını daha çok yönettığını görmekteyiz çünkü ataerkil bir yapıya sahip olduğumuz için anneler akşam eve döndüklerinde evdeki sorumlulukları devam ediyor, işte yemeği yapması, ütüsü, bulaşığı, vesairesi. Dolayısıyla çocuk bu esnada anneye herhangi bir şekilde müdahil olduğu zaman anne bu işleri yapamayacak; buna bağlı olarak da çocuklarına işte “Git, telefonunla, bilgisayarınla oyna, tabletinle oyna...” Bu şekilde olunca belli bir süreden sonra da çocuklar zaten ona alışınca artık yani anne veya babadan uzaklaşmaya başlıyorlar. Bir nevi tabletlerin, cep telefonların, bilgisayarların evde dadı görevi görme noktasına geldiğini söyleyebiliriz.

DOÇ. DR. MEHMET BARIŞ HORZUM – Son olarak çevresel faktörlere yönelik bazı önerilerimiz var. Özellikle okullarımızda beden eğitimi, resim ve müzik derslerini işlevsel hâle getirmeye ihtiyacımız var çünkü eğer biz bir sanat dalını, bir spor dalını çocuklarımıza kazandıramaz ve bunu hobi hâline getiremezsek bunların alternatifi olarak internet ve oyunların sürekli karşımıza çıkacağını düşünüyoruz. Özellikle bakanlıklar düzeyinde çocuklara sanat ve spor becerisi kazandıracak merkezler oluşturmalıyız. Çocukların ilgi alanlarına göre kitap okuma ve tartışma yapabilecekleri merkezler oluşturabiliriz bu, yerel yönetimler bazında. Sokak ve oyun parklarını sosyalleşme ve vakit geçirme açısından işlevsel hâle getirmemiz gerektiğini düşünüyorum.

Burada bir şeyi vurgulamak istiyorum: Özellikle ben kendi çocukluğumu düşündüğümde sokaktan eve girmezdim. 7 yaşında bir oğlum var. Şu anda evden dışarı çıkarmak için yollar arıyorum. Bulabildiğim tek yol da futbol oldu. Şu anda futbol merakı geliştiği için çocuk cep telefonunu, oyunu ve interneti kenara bırakıp düzenli olarak, okuldan geldikten sonra sürekli “Baba, sokağa çıkalım, beraber top oynayalım.” moduna geldi. Benim bulabildiğim ilk ve son çözüm bu oldu.

Bir, müzikle uğraştırıyorum. Tabii, burada önemli noktalardan bir tanesi hep devlet eliyle bir şeylerin yapılmasını bekliyoruz ama sivil toplum örgütleri oluşturmamız gerektiğine dair bir öneride de bulunmak isterim. Bu, bağımlılıklarla mücadele edecek, daha yaygın... Yani uyuşturucu bağımlılığı biraz daha ön plana çıkıyor ama teknoloji bağımlılığını da alabilecek bir merkezimizin olması gerektiğini düşünüyorum, STK’larımızın.

Son bir bilgi daha paylaşmak isterim: Bugün Güney Kore uyuşturucu bağımlılığıyla mücadeleyi bırakmak üzere. Son iki üç yıldır tamamen bırakmış durumda. Sebebinin araştırıyorlar, son bulguları şu: Teknoloji bağımlılığı o kadar artmış ki uyuşturucu bağımlılığının yerine şu anda teknoloji bağımlılığıyla mücadele etmeye çalışıyorlar geldiğimiz noktada.

DOÇ. DR. TUNCAY AYAS – Evet, uyuşturucuya baktığımızda, insanlık tarihi kadar hemen hemen eskiden beri kullanılan bir madde olduğunu söylemekteyiz. Ama teknoloji hayatımıza 1990’lı yıllarda girdi, internet hayatımıza 1993 yılında girdi yanlış hatırlamıyorsam. Ama şu an gelmiş olduğumuz noktaya baktığımızda yirmi beş yılda çok üst düzeyde bir sorun hâline geleceğini, önümüzdeki yıllarda uyuşturucu madde vesairesinden çok çok daha önemli bir sorun hâline geleceğini söyleyebiliriz. Ancak bunu şu an madde, uyuşturucu vesaire yasal olmadığı için aileler ulaşmakta da zorluk çekebiliyor, bulmakta zorluk çekebiliyorlar ama teknoloji artık, internet artık her bireyin cebinde ve ulaşımı kolay. Biraz önce de ifade ettiğim gibi, bireyler, aileler teşvik ediyorlar onunla birlikte vakit geçirsinler diye. O nedenle bu, ilerleyen süreçlerde önümüzdeki en önemli sorunlardan biri olacağını söyleyebiliriz. Şu an bakıyoruz, haberlerde bonzai vesaire haberleri yer alıyor ama teknoloji bağımlılığıyla ilgili herhangi bir veri, herhangi bir olumsuz durum ortaya henüz çıkmadığı için görülüyor. Ama dediğim gibi, ilerleyen süreçlerde bireylerin sosyal, ailesel ve mesleki hayatlarını olumsuz şekilde etkilemeye başlayınca gündeme gelmeye başlayacak. Özellikle son yıllarda boşanmalarda önemli bir faktör olduğunu söyleyebiliriz. Çünkü eşlerden biri veya her ikisi akşam eve döndüğünde sürekli internette veya cep telefonunda vakit geçirdiği için birbirlerine ayıracakları zamanları olmuyor. Bunun da boşanmalarda önemli bir faktör olduğunu söyleyebiliriz.

DOÇ. DR. MEHMET BARIŞ HORZUM – Tam yirmi dakikamızı tamamladık. Bize bu imkânı verdiğiniz için çok teşekkür ediyoruz öncelikle.

BAŞKAN – Sayın Horzum ve Sayın Ayas’a, Sakarya Üniversitesi Eğitim Fakültesi öğretim üyeleri, oyun bağımlılığıyla ilgili vermiş oldukları bu bilgiler için çok çok teşekkür ediyorum.

Şimdi, tabii, Güney Kore’nin almış olduğu, madde bağımlılığıyla mücadeleyi bırakıp internet ve teknoloji bağımlılığına geçmeleri çok farklı, üzerinde tartışılıp konuşulacak bir konu.

Şimdi, milletvekili arkadaşlarımızdan soru gelecek müsaade ederseniz.

Ben Lütfiye İlksen Ceritoğlu Kurt Vekilimize söz veriyorum.

LÜTFİYE İLKSEN CERİTOĞLU KURT (Çorum) – Teşekkür ederim Başkanım.

Hocam, sizlere de teşekkür ediyoruz.

Ben, siz biraz değindiniz ama bunu nasıl açarız, nasıl netleştiririz; çocuğun teknolojiyle barışık yaşaması ve teknolojiye oyun kurucu olması ile teknolojiye bağımlı olması arasındaki sınırı ya da... Yani satıcı değil de bağımlılığı... Bu hafta sonu biraz sıkıntılı yaşadık Antep ve Mersin’de. Satıcı değil de kullanıcı hâline nasıl getirebiliriz bu çocukları?

DOÇ. DR. TUNCAY AYAS – Özellikle teknolojiyi biz –biraz önce ifade ettiğim gibi- bilinçli olarak kullanma noktasında sıkıntı yaşıyoruz. Aileler bu konuda yeterli bilgiye sahip değil. Zaten biz 2000’li yıllardan sonra doğan çocuklara “dijital yerliler” diyoruz, biz dijital göçmeniz. Teknolojiyi biz de... Bir cep telefonu aldığım zaman, 9 yaşında oğlum var, bütün özelliklerini bana anlatıyor hiç kullanma kılavuzunu okumadan.

Burada şu an teknolojiden ayrı yaşama şansımız yok, teknoloji olmadan hayatımızı sürdürme şansımız yok. Burada önemli olan teknolojiyi doğru ve bilinçli kullanması konusunda çocuklarımızı bilinçlendirmek gerekiyor. Burada mesela değinmedik, özellikle okullarda son zamanlarda sanal zorbalık dediğimiz bir vaka var, belki bu gündemde yer almadı. Mesela Deniz Baykal’ın maruz kalmış olduğu olay bir sanal zorbalıktır. Geçen yıllarda bu, tapelerin internette yayılması sanal zorbalıktır. Okullarda öğrencilerin uygunsuz fotoğrafları, etek altı fotoğrafları çekilerek servis edilmesi bir sanal zorbalık ve intiharların olduğunu bilmekteyiz, görmekteyiz.

Dolayısıyla bu teknolojiyi doğru kullanmayı bilmediği için çocuklar karşımızdaki kişiye “Niye yaptın?” diye sorduğumda “Ben ona bir şey yapmadım ki, zarar vermedim ki.” diyor. Bizdeki zarar verme karşımızdaki kişinin kafasını gözünü yardığımız zaman zarar vermiş oluyoruz. Dolayısıyla çocukların bilinçlendirilmesi gerekiyor.

LÜTFİYE İLKSEN CERİTOĞLU KURT (Çorum) – Onu demek istemedim ben. Şimdi, çocuklarımız, bir oyunlar, bu, Amerika’da bulunuyor ya da işte Japonya’da; o oyunu alıp oynuyorlar. Benim çocuğum nasıl oyun yapar hâle gelecek? Yani benim hedefim o olmalı diye düşünüyorum. Ya, o oyunu bulan ya da bir inovasyonu geliştiren, bir start-up beyni bu çocuklarda küçükken ama... 50 yaşından sonra ben start-up’ın ne demek olduğunu beş günde öğrendim.

BAŞKAN – Buyurun Hocam.

DOÇ. DR. MEHMET BARIŞ HORZUM – Eğer müsaadeniz olursa ben şöyle söyleyebilirim: Aslında biz şu anda tüketiyoruz, dediğiniz gibi. Üretmek için ciddi girişimlerimiz var. Mesela Millî Eğitim Bakanlığının başlattığı o girişim bizim için önemli, kodlama eğitimi vermeye başladık biz, bu çok önemli bir girişimdi bizim için. Kodlama eğitimi şunu sağlayacak aslında bize: Yazılım geliştirme ve oyun geliştirmenin temellerini öğreteceğiz. Aynı zamanda o öğrettiğimiz temeller sadece oyun geliştirmek açısından değil, problem çözme becerisi de geliştirecek. Bu, aslında, “bilgisayarca düşünme” becerisi dediğimiz, bilgi işlemsel düşünme becerisi kazandırmak üzere bir eğitim. Şu anda 5 ve 6’ncı sınıflarda bu eğitimleri vermeye başladık. Aslında mümkünse anaokuluna kadar indirebilecek bir süreç oluşturmamız gerekir bunun için. Tabii, bu bize şunu getirmemeli: Tek bir açıdan bakarak sadece kodlama eğitimi vereceğiz dersek orada da hataya düşmüş oluruz. Çünkü yazılım geliştirilebilir, çok basit yazılımlar da yapabiliriz ama biz inovatif yazılımlar geliştirmek üzere beyinleri eğitmeliyiz. Bu noktada da bilgi işlemsel düşünme becerisini kazandırarak ilerlemeyi sağlayacağız. Anaokulundan, ilkokuldan başlayarak bunun üzerine devam etmeliyiz.

Ama burada bir şeyim var, üzülerek ifade etmem gerekiyor: Ben bilgisayar ve öğretim teknolojileri bölümündeyim. Şu anda bilişim öğretmenliği yetiştiren tek alan bilgisayar ve öğretim teknolojileri bölümü ve bu bölümde de toplam 3 tane üniversite 10’un üzerinde öğrenci alabili. Eğer öğrenciler bizim bölümlerimizi tercih etmeyi bırakırlarsa bilişim eğitimcisi yetiştiremeyeceğiz. Bu da bizim karşımızda bir handikap olarak duruyor. Bir beş sene, on sene sonra büyük bir handikap olarak, kalacak bilişim çağında bilişim eğitimcisi yetiştiremiyor olacağız çünkü başka alanımız yok bilişim öğretmeni yetiştiren.

LÜTFİYE İLKSEN CERİTOĞLU KURT (Çorum) – İş bulamayacaklarını düşündükleri için mi yoksa yapamam diye mi girmiyor acaba öğrenciler? Başka bir konuya geçtik ama.

DOÇ. DR. MEHMET BARIŞ HORZUM – Temel noktalardan bir tanesi aslında şu: Meslek liselerinin altında bilişim bölümleri var ancak onlar ikinci sınavda matematik yapamadıkları için çok da başarılı olamıyorlar.

LÜTFİYE İLKSEN CERİTOĞLU KURT (Çorum) – Bilişim bölümünden mezun olup matematik yapamıyorlar mı?

DOÇ. DR. MEHMET BARIŞ HORZUM – Yapamıyorlar. Aslında, bilişim dediğimiz şey tam da matematik değil. Oradaki temel önemli faktörlerden bir tanesi şu: Matematik yapan öğrenci matematik öğretmenliğini önce tercih ediyor. Bir de ilk 240 bin kuralımız var. İlk 240 binde mühendislik, tıp ve diğer alanlarda olduğu için öğretmenlik için aslında maalesef ilk 240 binde sıramız kalmıyor, öyle bir durumumuz var.

Öğrencilerimiz aslında bizi tercih ettiklerinde başarılı olabiliyorlar. Biraz daha atama oranlarımız düşük işin aslı, bir de o yönümüz var.

LÜTFİYE İLKSEN CERİTOĞLU KURT (Çorum) – Bu ana sınıfına inerse eğitim artacak.

DOÇ. DR. MEHMET BARIŞ HORZUM – Kesinlikle.

LÜTFİYE İLKSEN CERİTOĞLU KURT (Çorum) – Peki, ana sınıfı iyi bir zaman mı? Yani bu çocukların her şeyi kaptıkları dil eğitimi için evet deniliyor ama bu iletişim ya da bilişim sektöründe kaymalar oluşturabilir mi bu yaş grubunda? Ben kişisel olarak soruyorum.

DOÇ. DR. MEHMET BARIŞ HORZUM – Sayın Vekilim, anladım. Şöyle bir durumumuz var: Aslında, anaokulunda biz çocuklara, okuma yazmayı bilmedikleri için kodlamayı doğrudan öğretmiyoruz. Orada “sürükle bırak” mantığıyla temel düzeyde programlamanın ana mantığını öğretiyoruz. Okuma yazma öğretmeyeceğiz, sadece problem çözme ve programlamanın mantığını anlamasını... Mesela, hangi okla ne tarafa gideri göstererek temel düzeyde -ne diyeyim- bir bina için temel atmaya başlıyoruz. İlerleyen yaşlarda o temelin üstünü daha iyi şekillendirebiliyoruz.

LÜTFİYE İLKSEN CERİTOĞLU KURT (Çorum) – Teşekkür ederim.

DOÇ. DR. MEHMET BARIŞ HORZUM – Ben teşekkür ederim.

BAŞKAN – Sayın Hilmi Dülger...

MUSTAFA HİLMİ DÜLGER (Kilis) – Teşekkür ediyorum Sayın Başkan.

Hocam, teşekkür ediyorum sunumunuza. Yetiştığım yere kadar... Daha sonradan bunları da inceleyeceğiz fakat ana sınıfına kadar indirgediğimizde hâlâ biz bunu asosyal yapmak için bir çaba sarf ettiğimizin farkında mıyız? Asosyal olması için bir tavuğa -affedersiniz- yem verir gibi onu o mecraya... Zaten bahsettiniz, ebeveyn yorgun geliyor, ebeveyn çocuğuyla ilgilenemiyor. Ana sınıfındaki çocuğa bunu verdikten sonra, bir sonraki aşama kümesine bağlamaktır onu. Dört duvarlı, üstü kapalı yere bu sefer işte nedir o? Tabletini vermektir. Dolayısıyla, bunların hepsini Televole kültürü gibi görüyorum. Televoleler arttıkça evden kaçan kız sayısı artmıştır. Biz neyi ne kadar yapacağımızı belirlemeden ana sınıfına indirgediğimizde, samimi söylüyorum, evden kaçan kızlardan 2 Hülya Avşar çıkar ama binlercesi o yolda telef olur. 2 inovasyon yapan çocuk çıkaracağız diyerek yüz binlerce çocuğu orada telef edeceğimizin farkında mıyız? Dolayısıyla, bu teknolojiye eninde sonunda bir dip yapacağız gibi geliyor. Biz beşerî değerleri ortaya çıkaracak şekilde bununla hemhâl olmamız gerektiğine inanıyorum. Bilmiyorum...

DOÇ. DR. MEHMET BARIŞ HORZUM – Bir açıklama ekleyebilir miyim?

BAŞKAN – Sayın Horzum, buyurun.

DOÇ. DR. MEHMET BARIŞ HORZUM – Sayın Vekilim, orada anaokulunda zaten doğrudan bilgisayarlarla ve oyunlarla değil söylediğimiz, bilgisayarsız programlama mantığını öğretmek. Aslında, bu Legolar var ya o Legolarla programlama mantığını öğreteceğiz. Doğrudan bilgisayara maruz bırakmıyoruz anaokulunda. Orada belki ben onu...

MUSTAFA HİLMİ DÜLGER (Kilis) – Hocam, programcı, gelecekte program dünyasına hâkim olmayı mı planlıyoruz Hindistan gibi?

DOÇ. DR. MEHMET BARIŞ HORZUM – Yok. Aynı şeyi ben de sizler gibi düşündüm. Bizim oradaki derdimiz şu Sayın Vekilim: Problem çözme becerisi kazandırmak ama bilişim sektörüyle beraber de aynı zamanda bunu yaptırmak yani orada öğrettiğimiz beceri tamamen problem çözme becerisi, bunu bilgisayara da aktarabilme iddia ettiğimiz.

MUSTAFA HİLMİ DÜLGER (Kilis) – Hocam, okey oynamayı üç aşağı beş yukarı herkes bilir, tavla oynamayı herkes bilir. Yapılan iş bellidir. Şunlar şunlar gelirse şöyle şöyle dizersiniz. Dolayısıyla, bu sistemde sistemin size kodladığı şeyleri çocuğa verirsiniz. Onun sınırları içerisinde becerisini geliştirmeyi düşünüyoruz ama insanlar arası ilişkilerde bambaşka bir etkileşim vardır. Dolayısıyla, sınırları biz çiziyoruz, sınırları teknoloji çiziyor. Ne kadar beşerden uzaklaştırsak, insandan uzaklaştırsak ben eminim ki o çocuklarımız o kadar da çok köle oluyorlar. İçerisinde teknolojiyle çözüm üretebilen, soruna o şekilde yaklaşan 100 çocuk çıkar ama o konuda da bunun arkasından neler geldiğini siz benden daha iyi biliyorsunuz, alanınız. Merak vardır, çeşitli saikler devreye girer, kötü kullanım vardır, sonrasında zorbalık vardır. Çocuk son derece -hepimizin çocuğu var- acımasızdır çünkü “background”unda bir şey yoktur, burada ne varsa hepsi buradadır. Saldırır, sadece saldırır, onun belki de doğasından getirdiği bir şey vardır. Bunların bir kısmı gelecekte inanılmaz -hocamın dediği gibi- zorba olacaktır. Yani ana sınıfından sonra bu çocuk, 3’üncü sınıfta, saklasanız da zıplarsanız da ne yaparsanız yapın eline telefon alacak, telefonu alınca kamerayı alacak, kamerayı aldığı anda öğretmenin sınıftaki hâl ve hareketini çekecek. Hep üstünde durdum, öğretmenin tedip hakkı ortadan kalkacak. Öğretmen hep BBG evinde kendisini izleniyor gibi “Ya birisi beni çekiyorsa.” mantığıyla hareket edecek. Dolayısıyla, burada bambaşka bir tehlikeyle karşı karşıyayız gibi geliyor bana. Olayın o tarafını bilmem gördük mü veya düşünebiliyor muyuz?

DOÇ. DR. MEHMET BARIŞ HORZUM – Kesinlikle Sayın Vekilim. Şöyle bir durumumuz da var: Burada benim söylediğim bir saatlik, iki saatlik bir dersti önerimiz. Burada önerdiğimiz şey de şunun için: Biz bilgisayar ve internetten ya da oyundan uzaklaştırırken mutlaka sosyal faaliyetleri önerdik. Özellikle, mesela mahallelere ya da ilçelere yani genç çocuklar için spor kulüpleri, sanat etkinliklerini temel alan ve her okulda mutlaka bunu kulüp faaliyetleriyle hafta sonlarına dahi taşımanız gereken bir şey olduğunu mutlaka iddia ediyoruz.

MUSTAFA HİLMİ DÜLGER (Kilis) – Kesinlikle.

DOÇ. DR. MEHMET BARIŞ HORZUM – Yani bunu ilk baştan beri söylüyoruz.

MUSTAFA HİLMİ DÜLGER (Kilis) – Yani övünerek bir şey yapıyoruz: Belediyelerimiz interneti yaymak, şehre yaygın hâle getirmek için TELEKOM’la iş birliği yapıyor, projeler geliştiriyor; şehrin her tarafında, muhtelif kesimlerinde interneti serbest yapıyor. Üç gün sonra o çocuklar bu sefer basketbol sahası araştırmayacak, o alanı araştırarak. Oysa onunla birlikte adım adım takip edildiğinin farkında değil.

BAŞKAN – Tuncay Ayas, buyurun.

DOÇ. DR. TUNCAY AYAS – Şimdi, bazen çocukların sosyalleşme aracı hâline geldi teknoloji, oyunlar özellikle. Çocuk okula gittiği zaman arkadaşları “A oyununun şu ‘level’ını atladım, şunu yaptım, bu şekilde yaptım...” Kişi, diğer çocuk o noktada bilinç, bilgi sahibi değilse gruptan dışlanmış oluyor. Dolayısıyla, bu şekilde olunca da çocuk eve geldiği zaman akşam anne veya babasına diyor ki: “Bana o oyunu alın.” Almak zorunda kalıyor aile. Böyle bir sorunumuz daha var yani artık oyunlar...

MUSTAFA HİLMİ DÜLGER (Kilis) – Fasit daireye girmiş bulunuyoruz.

DOÇ. DR. TUNCAY AYAS – Evet. Sosyalleşme aracı hâline gelebiliyor okullardaki arkadaşlar arasında. Özellikle, işte ergenlik döneminde, akran çok önem kazanmaya başladığı dönemde akran dışına itilmemek için bireyler, çocuklar maalesef bu yolları seçmek zorunda kalabiliyor.

BAŞKAN – Hocam, oyun bağımlılığının sebeplerini sayarken genetik faktörlerden bahsettik. Şimdi, biliyoruz ki meme kanserinde, akciğer kanserinde, lenfomalarda genler üzerinde birtakım kromozomlarda kırılmalar oluyor, DNA’da hasar oluyor ve kanser oluşumu meydana geliyor. Ben, bu

konuyu, ne kadar doğru ya da elinizde gerçekten genetik faktörlerle ilişkili bir geçiş var mı bu internet, teknoloji ve oyun bağımlılığıyla ilgili? Bunu teyit etmek isterim. Bana biraz bu sofistike geldi. Mesela, hangi kromozomdan geçiyor? Ya da bu cümleyi düzeltebilir miyiz?

DOÇ. DR. MEHMET BARIŞ HORZUM – Bununla ilgili bazı araştırmalar var. Doğrudan benim alanım tıp olmadığı için ben sadece etkileyen faktörler arasında... Mesela, ben şu anda genin numarasını hatırlayamadım ama bir genden bahsediyorlar. Bu genin hem madde bağımlılığı açısından hem de teknoloji bağımlılığı açısından önemli bir faktör olduğunu söylüyorlar ama bununla ilgili çok net kanıtımız yok. Orayı isterseniz düzeltebiliriz. Hani ben sadece genetik faktörlerin de etkili olduğunu vurgulayan çalışmaların olduğunu ifade etmek istedim.

BAŞKAN – Şimdi, tabii, kimyasal bağımlılık ile davranışsal bağımlılık birbirine sonuç olarak benziyor. Kimyasal bağımlılıkla, madde bağımlılığıyla ilgili hakikaten genetik faktörlerden söz ediliyor ama işte, ben, bu oyun bağımlılığı, internet ve teknoloji bağımlılığıyla ilgili aynı gen mi ya da işte hangi gen diye, kırılmalar, bozukluk varsa bir hekim olarak buna takıldım da onun için sordum.

Son cümlelerinizi almak üzere, bu konuyla ilgili paylaşımda bulunacaksa bitireceğiz Hocam.

Buyurun.

DOÇ. DR. MEHMET BARIŞ HORZUM – Ben özellikle bu süreçte ailevi faktörün çok önemli olduğunu söylüyorum. Derslerde de öğrencilerime hep şunu söylerim: Sağlıklı bir aile yapısı varsa -buradaki “sağlıklı”dan kastım fiziksel anlamdaki sağlık değil- sağlıklı bir aile ortamında yetişen çocuklarda herhangi bir sorun olmuyor. Ancak, işte, biraz önce de ifade ettiğim gibi, ayrı, boşanmış ailelerde veya işte şiddet içeren ailelerde, olumsuz yaşantıların olduğu ailelerde yaşayan çocukların daha çok risk faktörü altında olduğunu söyleyebilirim.

Teşekkür ediyorum.

DOÇ. DR. TUNCAY AYAS – Ben de sosyal ortam faktörünü bir kere daha, son olarak vurgulamak isterim. Spor ve sanat etkinliklerini artırmadığımız müddetçe bağımlılıkla baş etmekte zorluk yaşayacağımızı düşünüyorum.

Bu imkânı verdiğiniz için bir kere daha teşekkür ederim.

BAŞKAN – Ben de Sakarya Üniversitesi Eğitim Fakültesi öğretim üyeleri Doçent Doktor Mehmet Barış Horzum ve Doçent Doktor Tuncay Ayas hocalarımıza oyun bağımlılığıyla ilgili vermiş oldukları bu önemli bilgilerden dolayı Komisyonumuz adına teşekkür ediyorum, sağ olun.

Şimdi, değerli milletvekili arkadaşlarım, öğleden sonraki ikinci sunumunu yapmak üzere Sağlık Bilimleri Üniversitesi Bakırköy Prof. Dr. Mazhar Osman Ruh Sağlığı ve Sinir Hastalıkları Eğitim ve Araştırma Hastanesi Çocuk ve Ergen Psikiyatrisi Kliniği Sorumlusu Sayın Doçent Doktor Gül Karaçetin Hocamızı davet ediyorum. Bize özellikle internet ve teknoloji bağımlılığının önlenmesi ve tedavisiyle ilgili bilgi verecekler.

Hocam, hoş geldiniz.

3.- Doç. Dr. Gül Karaçetin’in, internet ve teknoloji bağımlılığının önlenmesi ve tedavisi hakkında sunumu

DOÇ. DR. GÜL KARAÇETİN – Merhaba Sayın Başkanımız ve değerli vekillerimiz. Çok teşekkür ederim bu davet için.

Gerçekten de bu problem nedeniyle çok sıkıntı yaşayan çocuklar ve aileler var. Bu konuya verdiğiniz önem için çok teşekkür ediyorum.

BAŞKAN – Biz de teşekkür ediyoruz geldiğiniz için, sağ olun.

DOÇ. DR. GÜL KARAÇETİN – Çok teşekkürler.

Şimdi, ben çok kısaca, aslında, bizim uyguladığımız tedaviden, bu tedavinin diğer, dünya çapında uygulanan tedavilerle örtüşen noktalarından ve çocuklar için neler yapabiliriz, onlardan bahsetmek istiyorum.

Bakırköy Ruh ve Sinir Hastalıkları Hastanesinde aslında erişkin psikiyatri bölümünde ilk açıldı internet bağımlılığı polikliniği. Daha sonrasında, o bölüm kapandıktan sonra biz Haziran 2016 yılında tekrar çocuk ve ergen psikiyatri bölümünde kurduk internet bağımlılığı polikliniğini ve bir yan dal polikliniği olarak hizmet veriyoruz. İlk önce bir genel psikiyatrik muayenesi yapılıyor çocuğun, eğer ki muayene eden hekim bir şüphe duyar ise bize yönlendiriyor.

Neden özellikle çocuk ve ergen psikiyatrisinde bu bölümü kurduk, onu kısaca vurgulamak isterim. Aslında, ergenler çok riskli bir popülasyon internet bağımlılığı için. Yapılan bilimsel çalışmalarda da en riskli dönemin 12 ila 20 yaş arası olduğu görülmüş çünkü ergenler kendi yaşları gereği birçok yeniliğe -teknoloji de dâhil olmak üzere- çok daha açıktır ve teknolojiyi daha fazla kullanıyorlar. Dürtü kontrolü tam olarak gelişmediği için yani fren mekanizmaları tam olarak gelişmediği için kendini durdurma konusunda bizim kadar, erişkinler kadar iyi değiller ne yazık ki ve internetin başında geçirdiği zamanı bu nedenle çok iyi kontrol edemeyebiliyorlar ve henüz yaşamla ilgili deneyim birikimi çok sınırlı olduğu için internetten gelebilecek olumsuz sonuçların ve tehlikelerin ne yazık ki farkında değiller. Aslında o anlamda ben çok önem veriyorum hem bu toplantıya hem de ailelerin bilinçlendirilmesine. Çok kısaca onlardan bahsedeceğim ilerleyen zamanda.

Şimdi, baktığımızda aslında Türkiye İstatistik Kurumunun verilerine, gerçekten de yıllar içerisinde internet kullanımı artmış. Bu, çocuklara da yansımış. En son Türkiye İstatistik Kurumunun çocuklarla ilgili verileri 2013 yılında ve 6-15 yaş grubu arasındaki çocukların toplamda ortalama yüzde 60,5'inin bilgisayar kullandığını ve bunların daha büyük oranda 11-15 yaş arası çocuklar olduğunu görüyoruz. Yani yüksek oranda bir bilgisayar, internet ve akıllı telefon kullanımı söz konusu.

Dünyaya baktığımızda, bu ne kadar ciddi bir problemdir ve bizim gibi bu anlamda zorluk çeken çocuklar var mıdır diye baktığımızda, aslında internet bağımlılığının gittikçe artan oranlarda bir problem olduğunu, daha fazla konuşulmaya başladığını görüyoruz. Burada 2018 yılında yapılan bir gözden geçirmede internet bağımlılığı oranı binde 7 ila yüzde 26,8 arasında bulunmuş ve bu vakaların da bir kısmı internet oyunu oynama bozukluğu, binde 3 ila yüzde 5,9 arasında bulunmuş gözden geçirmede. Burada ülkelere göre yapılan çalışmaları kısaca özetlemişler ve aslında ülkeler arasında en sık olarak internet bağımlılığının görüldüğü ülke Güney Kore, Çin ve Japonya. 2007'de, bu ilk gördüğümüz sütun, mavi sütunlar riskli kullanım. Bilmiyorum, bahsedildi mi ama birazdan kısaca ondan bahsedeceğim. Yani çocuğun hayatına birtakım anlamlarda zorluklar getirdiği internetin ve oyun kullanımının... Bu türuncular da bağımlılık düzeyinde kullanan çocuklar ve görüyoruz ki aslında Kore'de oldukça yüksek bir oranda, yüzde 29'a kadar varan oranlarda problemlili kullanım söz konusu. Bağımlı diyebileceğimiz çocuk oranı da yüzde 1,8. Almanya'da bu oranın biraz daha düştüğünü görüyoruz ve tüm ülkelerin yine gözden geçirilmesi sonucunda dünya çapında yapılan uluslararası bir çalışmada 2011 yılında problemlili kullanımın yüzde 8,9, bağımlılığın ise yüzde 3,1 olarak bildirildiğini görüyoruz. Bizim ülkemiz çok şükür ki biraz daha ortalarda aslında. Bizim ülkemizde de yapılan çalışmalar var fakat biraz önceki hocalarımıza da katılıyorum, gerçekten bu anlamda ülke çapında bir çalışmaya ihtiyaç vardır. Eğer ki bu anlamda vekillerimiz destek verebilirlerse çok iyi olacaktır. Mesela İstanbul'da yapılmış bir çalışma var 2009 yılında. Sonra İstanbul, Samsun, Ankara gibi 1'den fazla şehrin dâhil olduğu bir çalışma söz konusu. Mersin'de, Giresun'da yapılmış çalışmalar var ayrı ayrı ve en son Ankara'da yapılan bir çalışmada yüzde 16,2 oranında riskli kullanım, yüzde 1,6 oranında da bağımlı kullanım söz konusu.

Peki bu kadar yüksek oranda bildirilen ve gittikçe artan problem bilimsel olarak ne kadar yansıyor bize? Bilim dünyası bunu ne ölçüde adlandırıyor? Şimdi, artık, şu an geline nokta da o kadar çaresiz değiliz çünkü bilim de artık dedi ki “Evet, bunu biz tanımak zorundayız.” ve 2013 yılında Amerikan Psikiyatri Akademisinin yayınladığı “DSM-5” olarak adlandırdığımız “Psikiyatrik Bozuklukların Diagnostik ve İstatistik Sınıflandırması” isimli kitabımızda artık “internet oyunu oynama bozukluğu” adında bir tanı söz konusu ve bu tanı içinde ileri araştırma gereken konular olarak bu tanı öyle bir kategori altında sınıflandırılıyor. Neden? Çünkü özellikle bu tanıyla ilgili Güney Kore’de, Çin’de ve Japonya’da çok fazla çalışma olmakla birlikte diğer ülkelerde, diğer toplumlarda epidemiyolojik parametrelerin bu tanı üzerinde ne kadar etkili olduğuna dair net bir bilgi yok elimizde.

En son da Dünya Sağlık Örgütü dedi ki: “Bizim bunu tanımamız gerekiyor.” Ve yine ICD dediğimiz bir tanımlama sistemi var hastalıkların tanımlama sisteminin 11’incisinde. Artık davranışsal bağımlılıklar olarak bir tanı kategorisi tanımlandı. Burada da iki tane bozukluk tanımlandı: Oyun oynama bozukluğu ve kumar oynama bozukluğu. ICD ile DSM arasında şöyle bir fark oldu: Dünya Sağlık Örgütü tarafından yayınlanan ICD dedi ki: “İnternetle veya değil, oyun oynama eğer kişinin hayatını etkileyecek düzeydeyse biz bunu bağımlılık olarak adlandırabiliriz.” Burada dediğim gibi Ocak 2018 ayı itibarıyla artık Dünya Sağlık Örgütü bunun bir halk sağlığı problemi olduğunu ve bir isim koyulması gerektiğini kabul etti.

Peki, bizim ülkemize gelmeden önce, tedaviye bakacak olursak eğer, yurt dışında bu tedaviler nasıl uygulanıyor? Güney Kore ve Japonya’da artık bir halk sağlığı problemi olarak addediliyor. Ve Güney Kore’de bu çocuklar yatırılarak tedavi ediliyor, birtakım tedavi merkezleri var. Buradaki tedavide şöyle bir yol benimseniyor: Tamamen çocuğun hayatından internetin kaldırılması. Tedaviyle ilgili zaten şu an henüz bir konsensüs yok; tamamen hayatından kaldırılmalı mı, yoksa bilinçli kullanım mı yapılmalı? Bizim benimsediğimiz yol ve kendi kliniğimizde uyguladığımız yol bilinçli teknoloji kullanımının sürdürülmesi gerektiği çünkü hayatı boyunca teknolojiden uzak kalamayacak çocuk. Fakat Güney Kore’de ve Japonya’da bu tür kamplar var, İngiltere’de de yeni bir internet bağımlılığı kliniği kuruldu çocuklar için.

Biz nasıl yaklaşıyoruz? Gelen çocukları ilk önce çok ayrıntılı bir şekilde değerlendiriyoruz ve daha sonraki basamakları ayrıntılı bir şekilde anlatacağım tekrar.

Değerlendirmede biraz önce bir vekilimiz sormuştu zannediyorum yani bir çocuk satıcı mıdır –madde kullanımını yine düşünecek olursak- yoksa kullanıcı mıdır? Aslında teknolojinin her türlü kullanımı bağımlılık olarak kabul edilmiyor, aşamalar hâlinde ilerliyor. Çocuklar ilk önce zorunluluk için başvuruyorlar; ödev için ya da herhangi bir ihtiyaç için teknolojiye başvuruyor. İkinci aşama, sık ve düzenli kullanım yani zorunluluk dışında, arkadaşlarıyla iletişim kurmak için ya da birtakım eğlence ve boş zamanlarını geçirmek için kullanıyor. Bu ilk iki aşama aslında sağlıklı ve bilinçli kullanım olarak kabul ediliyor. Ne zaman ki çocuğun hayatına artık teknoloji kullanımı birtakım sorunlar getirmeye başladı, artık ne zaman ki çocuğun hayatına faydadan çok zarar getirmeye başladı; o zaman artık problemli teknoloji kullanımından, problemli internet kullanımından bahsedebiliriz. Bizim ilk değerlendirmede yaptığımız şey, aslında bize gelen çocuğun gerçekten bağımlı olup olmadığı. Çünkü bazen aileler getiriyorlar, diyorlar ki: Bu, bağımlıdır. Fakat çocuk gerçekten bağımlı değil, sadece aile tarafından yeterince iyi yönlendirilmemiş ya da henüz problemli internet kullanımı aşamasında. Bu anlamda gerçekten de bağımlılık tanısını bilimsel olarak hakikaten hak eden çocuklara koymak ve o anlamda tanımlamayı iyi yapmak gerekiyor.

Peki, biz ne üzerinden gidiyoruz, bağımlılık tanısını nasıl yapıyoruz? Aslında gerçekten de -sabahtan da konuşuldu, daha önceden de konuşulmuş- madde kullanımının yaptığı gibi beyindeki ödüllendirme merkezinin artık belli bir aşamadan sonra sürekli oyunlarla veya teknolojiyle ödüllendiriliyor olması ve başka bir şeyle aktive edilemiyor olması söz konusu. Yani madde kullanan bir kişi nasıl beyindeki ödül sistemini sadece maddeye bağlı olarak harekete geçirebiliyorsa, sadece kendisini bu şekilde mutlu hissedebiliyorsa artık teknoloji bağımlısı olan bir çocuk da sadece teknoloji başındayken kendisini mutlu hissedebiliyor. Burada gördüğümüz bizim ödüllendirme merkezimiz.

Ödüllendirme merkezimiz aslında nasıl çalışıyor? Mesela bir çocuk senelerce okuyabilir, fakülte kazanabilir veya bir spor aktivitesi için kondisyon kazanabilir ama bunun için çok ciddi çaba sarf etmesi gerekir. Oyunlardaki durum ise ne oluyor? Çok hızlı bir “level” atlama, çok hızlı bir şekilde ilerleme söz konusu olduğu için ödül merkezinin ne yazık ki sadece bir oyuna bağlı olduğunu görmüş oluyoruz. Bir çocuk bağımlı mıdır, değil midir diye değerlendirirken asıl baktığımız şey aslında hayatındaki asıl zihinsel meşguliyetin tamamen teknolojiyle, tamamen internet oyunları ile dolmuş olması yani bir çocuğun eğer akli sürekli internet oyunundaysa, akli sürekli teknolojiydeyse o zaman diyoruz ki: Bu bizim için, bağımlılık için önemli bir kriter ve tüm önceliği buna verdiği için hayatındaki diğer öncelik alanlarını ihmal etmiş oluyor çocuklar.

Yine, ödüllendirme merkezinin sürekli teknoloji üzerinden ve oyunlar üzerinden aktive olmasına bağlı olarak da daha fazla ödül mekanizmasını aktive etmek için bu çocuklar her gün, her geçen gün daha fazla, giderek artan miktarda internet oyunları ile vakit geçiriyorlar. İlk günlerde yarım saat, bir saatken sonrasında üç saat, dört saat gibi çok ciddi miktarda oyun başında geçiriyorlar vakitlerini.

Yine, bizim için önemli belirtilerden bir tanesi çekilme belirtileri. Ne yazık ki bu çocuklar o mutluluk hissiyatını oyunlara bağladıkları için oyunun dışındaki zamanlarda kendilerini huzursuz, mutsuz hissedebiliyorlar, keyifsiz hissedebiliyorlar ve kaygılı hissedebiliyorlar. Ve birtakım olumsuz sonuçlara rağmen devam ediyorlar; diyelim ki ders başarısı düştü yine devam ediyor, aileyle ilişkisi bozuldu yine devam ediyor, arkadaş ilişkileri bozuldu yine devam devam ediyor. Ve bu internet oyunları nedeniyle çocuğun okul başarısı, arkadaş ilişkileri ya da aile ilişkilerinin bozulmuş olması bizim için yine bağımlılık açısından önemli bir kriter.

Yine, artık bağımlılık aşamasına geldikten sonra kontrol altına almaya yönelik girişimlerin başarısız olması, bununla ilgili yalan söylemesi çocuğun; mesela doktora geldiğinde diyebilir ki: “Yarım saat oturuyorum başında.” ama aslında saatlerce oturuyordur başında. Onun için mutlaka aileden ayrıntılı bilgi alıyoruz; ne kadar süre oturuyor, ne yapıyor?

Olumsuz duygu durumunu hafifletmek için... Yani ilaç gibi gerçekten de. Kendisini kötü hissettiğinde onun başına oturarak kendisini iyi hissetmeye çalışıyor ama bu aslında yalancı bir iyilik hâli oluyor.

Ve değerlendirme aşamasında ayrıntılı bir şekilde “Çocuk neler yapıyor, internette nasıl vakit geçiriyor?” bunları değerlendiriyoruz. Bu aslında hem siber zorbalık açısından önemli hem de çocukların istismarı açısından önemli çünkü internet biliyorsunuz ki çocukların istismar edilebildiği bir alan. Bu anlamda aileye de mutlaka diyoruz ki: Lütfen, siz de farkında olun, çocuğunuzun istismarını önlemek adına bilgi sahibi olun. Oyunlarla ilgili ailenin -ve bizim- bilgi sahibi olmasını istiyoruz.

Bir önceki sunumdan da kalan birkaç nokta oldu, onlara değinmek istiyorum. Şimdi, bu internet bağımlılığı aslında multifaktöriyel bir durum yani sadece aileye bağlamak bilimsel olarak çok doğru olmayabilir, ayrıca aileleri de incitir yani bu anlamda çok çaba sarf eden, gerçekten de hiç parçalanmamış, boşanmamış birçok aile var. Neden? Çünkü birden fazla faktör sonucu geliyor. Risk altındaki bir çocukta geliyor. Eğer ki bir çocuk zaten bağımlılık için birtakım riskler taşıyor ise, sosyal kaygısı

varsa ancak ve ancak internet ortamında kendisini rahat ifade edebiliyor ise, eğer depresyonda ise, eğer dikkat eksikliği, hiperaktivite bozukluğu varsa, eğer aile içi birtakım problemler varsa, aile sınır koymakta zorluk çekiyorsa, her istediği gerçekleştirilen bir çocuksa, aile içi bağlar zayıfsa bunların hepsi risk oluşturuyor ve ne oluyor? Birtakım pekiştireçler olduğunda yani çocuk internet başında kendisini iyi hissettiğinde, oyunlarda kazandığında diyor ki: “Ha, evet, burası iyi bir alan, kendimi ifade edebildiğim bir alan.” Ve o zaman kendisiyle ilgili birtakım olumsuz düşüncelere kapılıyor, diyor ki: “Ben sadece internet başında iyiyim, internet dışında kimse beni sevmiyor, kabullenmiyor ve sadece internete girmek sıkıntımı azaltıyor.” Ne oluyor? Bu şekilde internet bağımlılığı geliyor ve internet bağımlılığı geliştikten sonra, sosyal kaygısı olan başlangıçtaki çocuk internetin başında sürekli oturduğu için kilo alıyor, kilo aldığı için daha fazla sosyal kaygı duyuyor, kendisine olan güveni azalıyor, daha az dışarı çıkıyor, daha az dışarı çıktıkça daha fazla sosyal kaygısı artıyor ve böyle çok ciddi bir kısır döngüye giriyor aslında bu çocuklarımız. Bizim yaptığımız araştırmada da, bizim kliniğimizdeki bir test çalışmasında, Doktor Melike Hanım’ın yaptığı bir test çalışmasında, yine kontrol grubuyla karşılaştırıldığında dikkat eksikliği, hiperaktivite bozukluğu, sosyal anksiyete bozukluk, karşı olma-karşı gelme bozukluğu ve depresif bozuklukların çok daha yüksek oranda görüldüğünü bulduk.

Yine, yalnızlık önemli bir faktör. Mutlaka ailenin internetle meşguliyetini, teknolojiyi nasıl kullandığını değerlendiriyoruz. Çocukla karşılıklı iletişimleri nasıldır, göz göze iletişim kurarlar mı yoksa herkes sürekli teknolojiyle mi birlikte dir? Mutlaka bunları sorguluyoruz.

Dediğim gibi çok ayrıntılı değerlendiriyoruz ki risk faktörlerini düzeltmediğimiz müddetçe, onlara müdahale etmediğimiz müddetçe bunlar hastalığın sürdürücü faktörleri olacaktır yani sosyal kaygısı olan bir çocuğun kaygısına müdahale etmediğiniz müddetçe o çocuk evden çıkmayacaktır ne kadar güzel spor salonu vesaire yaparsanız yapın. O anlamda çok önemli bu değerlendirmelerin yapılması.

Yine “dikkat eksikliği”, “hiperaktivite bozukluğu” dediğimiz durum bir risk faktördür. Bu açıdan eğer böyle bir şüphe varsa mutlaka değerlendirilmelidir.

Aile içi ilişkilerin gözden geçirilmesi çok çok önemlidir. Neden? Çünkü, eğer ki bir çocuk aile içerisinde kendisini çok yalnız hissediyorsa, değersiz hissediyorsa, bir şekilde kendisiyle ilgili sıkıntıları ailesine açamayacak kadar ailesini uzak hissediyorsa o zaman teknolojiye yönelme ihtimali daha yüksektir. Biz de bunu yaptığımız çalışmaların bir tanesinde bulduk. Çocuğa sınır koyulmasının daha az olduğu, bir çok alanda çocuğa “Evet.” denildiği... Hâlbuki, aslında çocuklara sınır koyulması lazım. “Yetkin ebeveynlik” dediğimiz bir ebeveynlik stili vardır. Burada iki tane faktör önemlidir. Çocuğa gerekli alanlarda, kendi sağlığını ve güvenliğini etkileyecek alanlarda sınır koyulur, aile der ki: “Hayır, çok geç saatte gelemezsin. Hayır, saatlerce bilgisayarın başında oturamazsın.” Yine ikinci bir alan da aile ile çocuk arasındaki sıcaklık ilişkisidir. Çocuk bilir ki: “Ben hata da yapsam, birisi bana uygunsuz mesaj atsa da ben bunu ailemle paylaşırsam ailem bunu kabul eder, asla beni ötekileştirmez, asla beni dışlamaz.” O anlamda sınırlarını öğreniyoruz ailenin; anneyle aktivitesini, babayla aktivitesini öğreniyoruz. Yine bu yaptığımız araştırmada biraz daha aileyle az vakit geçirdiğini çocuklar ifade etmişlerdi.

İnternet dışındaki alanlarını değerlendiriyoruz. Eğer ki aile her alanda izin verir ama sadece internete sınır koymaya çalışırsa bu da çocuk tarafından kabul edilebilir bir durum olmuyor.

Yine çocukların davranışlardan öğrendiğini unutmamak gerekiyor, aileye bunları söylüyoruz. Hem bu konuda eğitim veriyoruz hem de ailenin mevcut durumunu analiz ediyoruz. Eğer ki aile diyor ki: “Çok fazla internet başında vakit geçiremezsin.” Kendisi sürekli internet başındaysa o zaman sözün hiçbir anlamı kalmayacaktır çünkü davranış itibarıyla çocuğa kötü örnek olmuş olacaktır.

İkinci aşama: Bütün bu bilgileri aldıktan sonra çocukta bir farkındalığı artırmak için görüşme yapıyoruz yani değişim için motivasyon oluşturuyoruz. Öyle hastalarımız var ki sekiz saat, on saat bilgisayarın başında, bilgisayar nedeniyle, internet nedeniyle saatlerce aç kalan çocuklar var. Bir şekilde onlarla karşılıklı oturuyoruz, bir motivasyonel görüşmeyle anlatmaya çalışıyoruz, kendilerinin gerçekten de değişim için bir motivasyon oluşturmalarını sağlamaya çalışıyoruz ve burada daha çok onların söylemesini istiyoruz nasıl artıları var, nasıl eksileri var. Yine, biz kendimiz hekim olarak bilgisayar oyunlarının hiçbir zaman için çocuklar arasında oynanan oyunların, karşılıklı oyunun yerini tutmayacağını anlatıyoruz, bilgisayar oyunu asla ve asla... Bazı ailelerin kafasında çünkü şöyle şeyler var: “Bilgisayar oyunu aklını geliştirir, daha fazla arkadaşlık kurmasını sağlar.” Hayır, böyle bir şey yok, tam tersine tek taraflı bir iletişim olduğu için çocuğun herhangi bir şekilde zihinsel gelişimine katkıda bulunmaz, bunu hem aileye söylüyoruz hem çocuğa. Fiziksel açıdan olumsuz etkilerini dile getiriyoruz, sosyalleşme üzerindeki etkilerini dile getiriyoruz ve psikiyatrik bozuklukların sıklığında artış olduğunu biliyoruz, onlardan bahsediyoruz.

Burada çok önemli şeylerden bir tanesi, yine literatürde de hep vurgulanan, çocuğa dışarıdan bir şeyi verdiğinizde kendi motivasyonu olmadığı müddetçe bunu gerçekleştirmeyecektir. Onun için çocuğun gerçekten neden internet başında geçirdiği zamanı azaltması gerektiğini, o rasyoneli, o sebebi anlaması çok çok önemli. Bu konuda çocuğa saygı gösteriyoruz ve bir şekilde onun anlayıp anlamadığı konusunda ondan geri bildirim alıyoruz ve anlamadığı noktalar varsa sorması için zaman tanıyoruz. Anne babaya da şunu söylüyoruz: Evet, birtakım sağlıklı süreler vardır ama sekiz on saatten hemen bu süreye inmeyebilir, tedrici bir geçiş yapılabilir. Bu anlamda çocuğa zaman tanımlarını istiyoruz.

Yine, biraz önce bir milletvekilimiz sormuştu. Bu konu bence çok çok önemli. Birtakım konsensüsler var Amerikan Pediatri Akademisinin sitesinde bulabileceğiniz, Yeşilayın sitesinde bulabileceğiniz. Mesela, 2 yaşın altındaki bir çocuğun asla ve asla teknolojiye maruz kalmaması gerekiyor, teknolojinin herhangi bir dalına; bu bir bilgisayar olabilir, bu bir telefon olabilir, bir televizyon olabilir. Herhangi bir şekilde zihinsel gelişimine asla bir katkısı olmadığını biliyoruz. 2-6 yaş arasında toplam otuz dakikadan kısa...

Yani biraz önceki şeyi de düzeltmek istiyorum; 6 yaşındaki bir çocuğun bir saatlik ya da iki saatlik bir teknolojik eğitime maruz kalması uygun değil, ben bir hekim olarak bunu uygun görmüyorum. Otuz dakikadan daha fazla 6 yaşındaki bir çocuk... Lütfen yani çünkü o çok önemli. 2-6 yaşında otuz dakikadan kısa olması gerekir, mutlaka ebeveyn eşliğinde olması gerekir. Bahsedilen o eğitimler daha sonraki yaşta da çocuklara verilebilir, asla bir kayıpları olmaz ama fazla teknoloji maruziyeti nedeniyle otizm şüphesiyle gelen, konuşma gecikmesi olan, zihinsel gelişimi açısından yaşıtlarına göre daha geriden gelen bir sürü çocuk var uyaran eksikliği yaşadıkları için. Onun için, eğer yazılı notlara geçecekse, lütfen 6 yaşındaki çocuklara bir saat eğitim... Lütfen o düzeltilsin yani o konu benim için çok önemli. Yani çocuk ruh sağlığı açısından asla katılmıyorum. Mesut Bey, lütfen yazılı notlarda o bir saatlik düzeltmeyi yapalım, oldu mu? Çünkü 6 yaşındaki çocuğun bir saat boyunca teknolojik becerisini artırması için kalması benim asla katıldığım bir ifade değil.

Mutlaka ebeveynle olması gerekiyor. Çünkü neden? 6 yaşından önceki çocukların soyutlama kapasitesi, sembolik düşünme kapasitesi çok azdır ve iki boyutlu o ekranı anlamayabilirler, çok iyi bir şekilde kafalarında anlamlandıramayabilirler ve çok istismara açıktır bu çocuklar. Mutlaka ebeveynin yanında olması, çocuğun ne yaptığını görmesi gerekiyor, ona anlatması gerekiyor. 6-10 yaş arası yine kırk beş dakikadan kısa, 10-14 yaş arası bir saatten kısa, 14 yaş üstü iki saatten kısa gibi... Hem Amerikan Pediatri Akademisinin hem bizim Yeşilayın önerdiği süreler.

Süre kısıtlamasına yine çocukla bir arada karar veriyoruz, çocuğun kabul edebileceği ölçüde karar veriyoruz. Günlük kısıtlama olabilir, haftalık kısıtlama olabilir ama asıl amacımız, çocuğun yaş grubuna göre biraz önce gösterdiğim saatlere uygun sağlıklı sınıra çekmek ve bunu da çocuğa söylüyoruz. Aslında çocukların anlama kapasitesi ve uyum kapasitesi çok yüksek oluyor. Bir şekilde gerçekten de zaman içerisinde uyum sağlıyorlar, ilk başta kabul etmeseler bile kendi sağlıkları için iyi olmadığını anladıktan sonra... Ama yeter ki ona anlatın, yoksa bir şeyi anlatmadan onu zorlamaya çalışmak dirence yol açıyor, tam tersine çocuk bu sefer hiçbir şekilde yapmıyor.

Yine, yeni yaşam kurallarının belirlenmesi önemli. Genel olarak iletişimle ilgili eğer ki biz yaptığımız muayenede aile içi iletişim, etkileşimle ilgili bir sıkıntı olduğunu düşünürsek bu konuda aileye birtakım geri bildirimler veriyoruz. İnternet dışında da birtakım yaşam alanlarında kurallar konulmasını istiyoruz. Aileye diyoruz ki genel olarak: Lütfen, sadece internetle sınırlandırmayın, kendi sağlığıyla ilgili, güvenliğiyle ilgili de bazı şeyleri yapamayacağını bilsin. Çünkü bazı birtakım yanlış bilgilendirmeler sonucu aileler zannediyorlar ki çocuğa kural koymak çocuğu travmatize eder. Böyle bir şey yoktur, tam tersine çocuklar her zaman her istediğinin olamayacağını gördükten sonra ancak kendilerine ileriye dönük hedefler belirleyebilirler, yoksa her istediği yapılan çocuk mutsuz, doyumsuz olacaktır. O anlamda -dediğim gibi- mutlaka kuralların olması gerekir, bunların, rasyonelin anlatılması gerekir, bir ceza gibi algılamaması gerekir çocuğun.

Birlikte alınan kararları biz kendi polikliniğimizde mutlaka yazılı bir anlaşma hâline getiriyoruz çünkü somut bir materyal olması lazım. Anne çocuk tarafından bir şiddete maruz kaldığında, çocuk bağırdığında, “Öyle miydi, böyle miydi?” dediğinde annenin doktor hanımla, doktor beyle konuştuğunda “Bak, böyleydi, seninle birlikte yazdık.” diye hatırlatabilmesi açısından aileye de destek olmamız gerekiyor. Hem ebeveyn hem çocuk yazıyor, gerekirse üstünde tartışılabilir. Çocuğun da mutlaka kabul ettiği şartlardan oluşması gerekiyor. Ben bizim örneklerden getirdim birkaç tane. Burada sadece çocuğun katkısı değil, anne babanın da katkısının olmasını istiyoruz çünkü anne babanın da katkı sağladığını gördüğümüz çocuk da çok motive oluyor. Burada ortak kullanım alanı önemli.

Biraz önce şey denildi, işte portatif telefonlar vesaire var. Evet, onlarla ilgili birtakım ek önlemler alınabilir ama bu internette oyun oynama bozukluğu olan çocuklar en çok kendi bilgisayarlarının başında oynuyorlar bunu. Yani kendilerinin ifade ettiği kadarıyla, kapsamlı bir bilgisayar gerektiğini ve mutlaka evdeki masaüstü bilgisayarda oynamak istediklerini söylüyorlar. Onun için ortak bir kullanım alanında olması çocuğun siber zorbalığa maruz kalmaması açısından, istismara maruz kalmaması açısından önemli. Yine sürenin kontrol edilmesi, filtrelerin kullanılması... Bilgi Teknolojileri Kurumu, daha önce bizim Sağlık Bakanlığında yaptığımız toplantılarda güvenli “web” uygulamalarından bahsetti. Ailelere mutlaka onu söylüyoruz: “Güvenli ‘web’ uygulamaları var, bunları lütfen kendi şeyinize indirin.” Ücretsiz olarak indiriyor aileler ve bu güvenli “web” uygulamasını aktarınca artık çocuk istese bile o siteye giremiyor.

Yine, anlaşmada şöyle bir şey diyoruz: Aileler mutlaka birtakım sosyal medya mecralarında arkadaş olacak çocuğa ve o mecralarda çocuğun ne yaptığını görmüş olacak ve e-mail adresini ve şifrelerini bilecek. Yine biraz önceki maddeleri tek tek yazıyorlar.

Burada çocuğun kendi gizliliğini koruması çok önemli, asla kendisiyle ilgili bir fotoğrafı paylaşmaması, tanımadığı insanlarla kendisiyle ilgili bilgileri paylaşmaması, kendi mahremiyetini gizli saklı tutması çok çok önemli.

Zannediyorum, zamanım az kaldı, çok kısaca toparlayayım.

En son yaptığımız şey de tekrar baştan risk faktörlerini ve koruyucu etmenleri gözden geçirmek, risk faktörlerine müdahale etmek ve koruyucu etmenleri artırmak. Yani yalnızlık, aile içi bağıların zayıf olması, olumsuz arkadaş çevresi, aile içi çatışmalar,  şlik eden ruhsal bozukluklara müdahale ediyoruz ki risk faktörlerini en aza indirgemiş olalım. Pozitif aile bağıları, çocuğın bilgilendirilmesi gibi birtakım alanları da güçlendirmeye çalışıyoruz.

Bunlara zamanım kalmadı anladığım kadarıyla.

şunu söylemek istiyorum: Belki şimdiye kadar hep, evet, birtakım sınıflandırmayla ilgili ve isimlerle ilgili problem oldu ama gerçekten biz kendi polikliniğimize okulu erken bırakan, disiplin cezası alan birçok  ocuk görüyoruz. Bu, gerçekten bir problem ve inanın aileler de çocuklar da çok ciddi bir çaresizlik hâline gelmiş durumdalar. İsmi ne olursa olsun isterse “internet oyun oynama bozukluğ ” isterse “teknoloji bağımlılığı olsun, bir şekilde bu çocukların gerçekten de kimyasal bağımlılık yapıcı maddeler gibi beyinlerini simüle eden, beyinlerini etkileyen ve hayatlarını etkileyen bir bağımlılığı tutuldukları kesin.  nemli olan burada teknolojiyi tamamen hayatlarından kaldırmak değı sağılıklı bir şeye getirmek.

Herh lde bitti zamanım, bir iki dakikada son bir şey söyleyeyim Başkanım.

Yeşilayın çalışmalarından zaten eminim sabahleyin bahsetmiştir Mehmet Bey. Fakat Yeşilayın özellikle aileler tarafından da bilinmesi önemli oluyor, rahatlıkla her zaman hekime ulaşamadıklarında buraya ulaşabiliyorlar. Biliyorsunuz Teknoloji Bağımlılığı Kongresi yapıldı. Bizim tezlerimizi inşallah destekleyecekler, biz de bu konuda klinik olarak elimizden geleni yapmaya çalışıyoruz.

Bunlar da benim birlikte çalıştığım asistanlarım.

Çok teşekkür ederim sabrınız için. Biraz hızlı oldu ama zaman kısıtlı olduğı için hızlı anlatmak durumunda kaldım.

BAşKAN – Hocam, çok teşekkür ediyoruz sunum için.

DOÇ. DR. GÜL KARA ET N – Ben teşekkür ederim.

BAşKAN - Sunumları da bize verirseniz, milletvekili arkadaşlarımıza dağıtabiliriz.

DOÇ. DR. GÜL KARA ET N – Tabii, tabii, bıraktım.

BAşKAN - şimdi, bizde karar yeter sayısı istediler, bir on dakika ara verelim, diğ r vekil arkadaşlarımız da gelsin, sorulara öyle geçelim.

On dakika ara veriyorum.

Kapanma Saati: 16.02



       OTURUM**Açılma Saati: 16.18****BAŞKAN: Yılmaz TEZCAN (Mersin)****BAŞKAN VEKİLİ: Kerem Ali SÜREKLİ (İzmir)****SÖZCÜ: Gökcen ÖZDOĞAN EN  (Antalya)****KÂTİP: Lütfiye İlksen CERİTOĞLU KURT (Çorum)**

BAŞKAN – Oturumu açıyorum.

Hocam, buyurun.

DOÇ. DR. GÜL KARAÇETİN – Sayın Başkanım, ben bir de şuna değinmek istiyorum, onu atlamışım: Aslında, Sağlık Bakanlığımızın da bu konuda çok güzel çalışmaları var, izniniz olursa onu çok kısaca, hemen hızlıca söyleyeyim. Sağlık Bakanlığı da Türkiye Halk Sağlığı Kurumu Başkanlığı olarak Davranışsal Bağımlılıklar Eylem Planı oluşturdu, ben de o eylem planı içerisinde katkıda bulunmaya çalışıyorum. Burada özellikle, en çok üstünde durulan -bütün bu bilimsel tartışmaların da tekrar üstünden geçtik- teknolojinin bilinçli kullanımı yani yaş aralıklarına göre birtakım planlar yapıldı, eğer ki  ocuk 2 yaşından küçükse anne rutin kontrole getirdiğinde oradaki hekimin bilgi vermesi veya oradaki psikoloğun,  ocuk gelişimcinin bilgi vermesi gibi. O anlamda da çok güzel çalışmalar var. Ben ayrıca, size teşekkür ediyorum bu konuya değindiğiniz için. Biz de gerçekten çok zorluk çeken çocuklar olduğunu biliyoruz, görüyoruz. O anlamda, benim belki şöyle bir şeyim olabilir çocuklar adına, biraz önce denildi ki: “Zaten herkesin elinde var.” Toplum bazında aslında sağlıklı ve bilinçli teknoloji kullanımı konusunda eğer toplum bilin lendirilirse belki çok daha hızlı bir ilerleme kaydedilebilir.

Bir de sadece sağlıklı teknoloji değil, aslında bazen ebeveyn tutumlarıyla ilgili, ebeveynlerin sınır koyma becerisiyle ilgili sorunlar yaşıyoruz. Yani mesela ge elerde şöyle bir durum oldu: 3 yaşında çocuğu olan bir anne, teknoloji bağımlısı diye çocuğunu getirdi. Hâlbuki 3 yaşında bir çocuğa sınır koyulabilir. Anne diyor ki: “Aman ağlamasın.” Ağlamasın diye tableti veriyor ve vermesi gerektiğini düşünüyor çünkü kafasında öyle bir şey var, onun doğru olduğunu zannediyor anne. Hâlbuki anneye anlatıldığında, “‘Hayır.’ diyebilirsiniz, ağlasa da belli bir zaman sonra susacaktır.” bu eğitim verildiğinde anne bunu anlayıp “Ha, tamam. O zaman, bu, teknoloji bağımlılığı değilmiş, demek ki ben bu çocuğa sınır koymakta zorluk çekmişim.” deyip ona göre kendi davranışlarını yönlendirebiliyor. Yani bu anlamda bence bilgilendirme çalışmalarına çok büyük ihtiyaç var.

Bir de ben, kendim, internette istismara uğrayıp gerçekten çok zor durumda kalan çocuklar biliyorum. Bu istismarın önlenmesi için... Yani  ocuk yaştaki kişi giriyor internete, öbür tarafta da erişkin kişi ama kendisini genç gibi tanıtıyor, hiçbir özelliğini  ocuk anlayamıyor, sanki genç yaşta ve yaştı bir akrasıyla konuşur gibi zannediyor. Onunla ilgili acaba birtakım önlemler alınabilir mi? Bir de o istismarın ve siber zorbalığın önlenmesiyle ilgili öneride bulunacaktım na ızane, eğer mümkünse.

BAŞKAN – Hocam, şimdi, özellikle anneler -dediğiniz gibi- çok küçük yaşta çocukların beslenmeleri sırasında tabletlerle, bilgisayarla, cep telefonlarıyla hem oyalayıp hem de yemek yemelerini teşvik ediyorlar, sağlıyorlar. Burada ailelerden özellikle annelere çok önemli görev düşüyor.

DOÇ. DR. GÜL KARAÇETİN –  ok, çok.

Bir de Hocam, şöyle: Son otuz yılda teknoloji o kadar hızlı gelişti ki zavallı anneler gerçekten bilmiyorlar. Mesela bazısı “Ya, Doktor Hanım, ben geliştirdiğini zannediyorum, zihin açtığını zannediyorum.” diyor. “Hâlbuki 2 yaşından önce hiç maruz bırakmayacaksın.” dediğimizde gerçekten anneler bunu uyguluyor ve anlıyor, sonrasında da bir zorluk yaşanmıyor ama yeter ki siz o annelere ulaşabilin, söyleyebilin. O anlamda bir toplum bilinçlendirme çalışması olursa çok çok iyi olur diye düşünüyorum.

BAŞKAN – Bir de az önce de sordum arkadaşlara, genetik faktör var mı burada?

DOÇ. DR. GÜL KARAÇETİN – Genetik olarak kanıtlanmış bilimsel bir kanıt yok, bir kromozom yok.

BAŞKAN – Ben de hekim olunca yani biraz takıldım buraya.

DOÇ. DR. GÜL KARAÇETİN – Şöyle: Bu durum aslında şu an için birçok psikiyatrik bozukluk gibi multifaktöriyel. Daha çok, risk altındaki çocukların teknolojiye fazlaca maruz kalması ve bilinçli kullanım dışına çıkılması sonucu gelişen bir durum. Birtakım teknoloji bağımlısı olan, özellikle internet oyunu oynama bozukluğu olan çocukların ailelerinde de teknoloji kullanımının bilinçsiz olduğuna dair veriler var. Fakat bir kromozom üzerinde kanıtlanmış bir bilimsel kanıt yok şu an.

BAŞKAN – Doçent Doktor Gül Karaçetin Hocamıza -Sağlık Bilimleri Üniversitesi Bakırköy Profesör Doktor Mazhar Osman Ruh Sağlığı ve Sinir Hastalıkları Eğitim ve Araştırma Hastanesi Çocuk ve Ergen Psikiyatrisi Kliniği Sorumlusu- internet ve teknoloji bağımlılığının önlenmesi ve tedavisiyle ilgili bize vermiş oldukları bu değerli sunumdan dolayı teşekkür ediyorum.

DOÇ. DR. GÜL KARAÇETİN – Ben teşekkür ederim, benim için çok büyük bir gururdur, çok teşekkür ederim.

BAŞKAN – Sağ olun Hocam.

Son sunumu yapmak üzere, Bilgi Teknolojileri ve İletişim Kurumu Başkanlığı (BTK) adına sunumlarını yapmak üzere Sayın Levent Gönenç -İnternet Dairesi Bilişim Uzmanı, Güvenli İnternet Merkezi Koordinatörü- ve Sayın Muhammed Fatih Kafadar -avukat- geldiler. Hoş geldiniz diyorum kendilerine.

BİLGİ TEKNOLOJİLERİ VE İLETİŞİM KURUMU İNTERNET DAİRESİ BİLİŞİM UZMANI
LEVENT GÖNENÇ – Hoş bulduk Sayın Başkanım.

BAŞKAN – Tabii, öğleden önce sunumunu yapan hocalarımızca internet ve teknoloji bağımlılığıyla ilgili bilgiler verildi. Bugünkü konumuzun ağırlığı internet ve teknoloji bağımlılığı; bunların önlenmesi, tedavisi, güvenli internet. Siz de özellikle güvenli internet konusunda bilgi vereceksiniz.

Levent Bey, buyurun.

4.- Bilgi Teknolojileri ve İletişim Kurumu İnternet Dairesi Bilişim Uzmanı Levent Gönenç’in, internetin güvenli ve bilinçli kullanımı konularında kurumun yürüttüğü faaliyetler hakkında sunumu

BİLGİ TEKNOLOJİLERİ VE İLETİŞİM KURUMU İNTERNET DAİRESİ BİLİŞİM UZMANI
LEVENT GÖNENÇ – Başkanım, bizler de teşekkür ediyoruz davetiniz için.

Bugün sizlere kurumumuzun kanunla verilen görevleri kapsamında, internet ve teknoloji bağımlılığı, internetin güvenli ve bilinçli kullanımı konularında yürüttüğü faaliyetlerle ilgili bir sunum gerçekleştireceğiz.

Kurumumuz aslen haberleşme sektörünü düzenleyen ve denetleyen bir kurum olmakla beraber 5651 sayılı Kanun çerçevesinde de faaliyetler yürütmekte. 5651 sayılı Kanun'un 8'inci maddesinde internet ortamında erişimi engelleme kararı uygulanacak suçlar yer almaktadır. Burada, uyuşturucu ve uyarıcı madde kullanılmasını kolaylaştırma bu suçlardan birisidir, Komisyonunuzun ismiyle ilgili olması hasebiyle onu da yazdık.

Kullanıcılar, vatandaşlar, kamu kurumları ihbarlarını, 5651 sayılı Kanun'un 8'inci maddesindeki ihbarlarını BTK'nin İnternet Bilgi İhbar Merkezi üzerinden kurumumuza yapabilmekte. Kurumumuz bu ihbarları değerlendirmekte, delillendirmekte ve erişimi engelleme kararı verilenler internet servis sağlayıcılarına uygulanmak üzere gönderilmektedir. İnternet Bilgi İhbar Merkezimiz "ihbarweb.org.tr" adresi altında 23 Kasım 2007'den beri yayındadır ve uyuşturucu ve uyarıcı madde kullanılmasını kolaylaştırma da bu 8 katalog suçlardan biri olarak yer almaktadır.

AV. MUHAMMED FATİH KAFADAR – Aslında burada şöyle bir şey söylememiz gerekiyor: 8'inci madde kapsamında sayılan suçlar kanuna öyle sıradan konulmuş suçlar değil, Türk Ceza Kanunu'nda bunlar katalog suçlar olarak tanımlanmış zaten. Uyuşturucu ve uyarıcı madde kullanımını kolaylaştırma da Türk Ceza Kanunu'nun 190'ıncı maddesinde düzenlenmiş. Dolayısıyla bu suçun işlendiği konusunda kuvvetli şüphe bulunduğu durumda aslında 8'inci madde kapsamında soruşturma evresinde hâkim, kovuşturma evresinde de mahkeme bu kararı veriyor; gecikmesinde sakınca bulunan hâllerde de cumhuriyet savcısı bu kararı veriyor yirmi dört saat içerisinde hâkim onayına sunmak kaydıyla. Ancak bazı suçlarda -ki uyuşturucu bunlardan birisi değil- yurt içi ya da yurt dışı ayrımı var; yer sağlayıcısı yurt dışında olduğu zaman uyuşturucu suçunun, Kurum Başkanı resen karar verebiliyor bu durumda ama diğer durumlarda mahkeme, hâkim ya da cumhuriyet savcılığı yani adli mercilerce bu işlemler gerçekleştiriliyor.

BİLGİ TEKNOLOJİLERİ VE İLETİŞİM KURUMU İNTERNET DAİRESİ BİLİŞİM UZMANI LEVENT GÖNENÇ – Evet Başkanım, 5651 sayılı Kanun'un "idari görevler" başlıklı 10'uncu maddesinde kurumumuza internetin güvenli kullanımını sağlama ve bilişim şuurunu geliştirmeye yönelik çalışmalar yapma görevi verilmiştir. Önceki sunumlarda hocalarımızın hep belirttiği, internetin güvenli, bilinçli, etkin kullanımına yönelik, ebeveynlere, öğretmenlere, öğrencilere yönelik bilinçlendirme ve farkındalık faaliyetlerinin önemine vurgu yapılmıştı. Bizim de kanunla verilen böyle bir görevimiz olmakla beraber ayrıca diğer kamu kurum ve kuruluşlarının, bakanlıklarımızın strateji ve eylem planlarında da kurumumuza bu görevler, bu sorumluluklar veriliyor. En son, Yüksek Planlama Kurulunun 2017-2020 yılları arasını kapsayan Ulusal Genişbant Stratejisi ve Eylem Planı'nda -Eylem 13- kurumumuzun sorumluluğu da belirlenmiş internete ilişkin kullanıcı güvenliğinin artırılması.

Bu madde kapsamında, kurumumuza internetin bilinçli ve güvenli kullanımı konusunda eğitim materyalleri hazırlanması, bunların sosyal medyadan, web siteleri üzerinden vatandaşlarımızla paylaşılması, ilgili kamu kurum ve kuruluşları, sivil toplum kuruluşlarıyla iş birliği içerisinde gene internetin bilinçli ve güvenli kullanımı konusunda projeler, faaliyetler gerçekleştirilmesi sorumlulukları verildi. Ayrıca, gene son dönemde Gençlik ve Spor Bakanlığının hazırlanma aşamasında olan Ulusal Gençlik ve Spor Politikası'nda, Aile ve Sosyal Politikalar Bakanlığının keza hazırlanma aşamasında olan Ulusal Çocuk Stratejisi Belgesi ve Eylem Planı'nda da kurumumuza bu görevler verilmekte.

Bu görevleri yapmak amacıyla Bilinçlendirme Merkezi, İnternet Yardım Merkezi ve Bilgi ve İhbar Merkezi... Hâlihazırda kurumumuzda bulunan bu 3 merkezi birleştirerek daha etkin, daha verimli çalışılması amacıyla "Güvenli İnternet Merkezi" çatısı altında topladık 2017 yılında. Tabii, burada şunu belirtmek lazım Sayın Başkanım: İnternet ve teknoloji bağımlılığı çok geniş bir konu. Biz kurum olarak internet ve teknolojiyi çocuklarda engelleyelim, yasaklayalım noktasında değiliz. İnternet ve

olduğu illerde okullara giderek eğitimler, seminerler vermeye devam edecek ve sayıyı artırmış olacağız. Burada şunu da vurgulamak lazım: Bilinçli ve güvenli kullanım eğitimleri süreklilik arz ediyor. Bu eğitimleri 1 kere verdik, 2 kere verdik, bitti diyemeyiz, sürekli yenilememiz gerekiyor, sürekli devam etmemiz gerekiyor. Bu eğitimlerin böyle de bir zorluğu ayrıca bulunmakta.

Sayın Komisyonunuzun hazırlayacağı raporda faydalı olabilecek bir konu daha: 9-11 Ekim 2017 tarihlerinde “Dijital Oyunlar” temalı Uluslararası Çocuk ve Bilgi Güvenliği Etkinliklerini gerçekleştirmiştik. Bu etkinliklerde “E-spor”, “Eğitimde Dijital Oyunlar”, “Dijital Oyunlar Sektörü ve Gelişimi” gibi çalıştaylar gerçekleştirildi. Önemli bir tanesi, Aile ve Sosyal Politikalar Bakanlığı sorumluluğunda gerçekleştirilen Dijital Oyunlar İçin Çocuk ve Aile Rehberliği Çalıştayıdır. Burada da oyun bağımlılığı konusunu detaylı olarak incelemiştik. PEGI, ESRB oyun derecelendirme sistemleri hakkında bilgiler de mevcut. www.guvenliweb.org.tr adresimizde tüm vatandaşlarımızla bu çalıştay sonuçlarını paylaşıyoruz. Sizlere de bugün çıktı olarak sunmuş bulunuyoruz bu çalıştay sonucunu incelemeniz ve değerlendirmeniz amacıyla.

Keza, yine bu dijital oyunlar konusundaki çalışmalarımızın devamı niteliğinde olarak 11-13 Nisan 2018 tarihlerinde kurumumuz ev sahipliğinde Aile ve Sosyal Politikalar Bakanlığı, Millî Eğitim Bakanlığı, Ankara Üniversitesi iş birliğiyle “Dijital Oyunlar” temalı Uluslararası Çocuk ve Bilgi Güvenliği Kongresi düzenleyeceğiz. Bu kongre de çok kapsamlı bir kongre olacak. Dijital oyunların çocukların gelişimi üzerinde olumlu ve olumsuz etkileri, dijital oyunun eğitimde kullanılması, ulusal ve uluslararası düzenleme ve politikalar, dijital oyun endüstrisi gibi birçok konuyu tartışacağız ve yine dijital oyunların bağımlılık ve çocuklar üzerindeki olumlu ve olumsuz etkileri de konuşulmuş, tartışılmış ve öneriler sunulmuş olacaktır diye ümit ediyoruz.

Kamu kurum ve kuruluşlarımızla, bakanlıklarımızla yaptığımız iş birliğine güzel bir örnek daha: 2017 yılında Aile ve Sosyal Politikalar Bakanlığı ve UNICEF Türkiye iş birliğiyle Ankara’da düzenlenen 18’inci Ulusal Çocuk Forumu’nda yine kurumumuz uzmanları tarafından katkı sağlandı. Gelen öğrencilere internetin bilinçli ve güvenli kullanımı eğitimleri, öğrencilerin ebeveynlerine keza internetin bilinçli ve güvenli kullanımı eğitimleri verildi. Öğrencilerin grup çalışmalarında koordinasyon sağlandı ve yine bu grup çalışmalarının sonunda oluşturulan sonuç bildirgesine katkıda bulunuldu. Çocuklarımızın bu Ulusal Çocuk Forumu’nda oluşturdukları ve yüce Meclisimize sundukları sonuç bildirgesinde de yine farkındalık ve bilinçlendirme faaliyetlerinin önemine vurgu yapılmakta ve sonuç bildirgesinin en sonunda -benim gözüme çarpan önemli bir konu- teknolojinin bilinçli kullanımına yönelik çalışmalar için bütçenin artırılması şeklinde daha somut bir öneri sunmuşlar kendileri; güzel bir öneri bizce de.

Sayın Komisyonunuzun çalışmalarında hazırlayacağı raporda faydalı olabileceğini düşündüğümüz iki çalışmadan daha bahsetmek istiyoruz. İlk toplantısı 19-20 Aralık 2017 tarihlerinde yapıldı; Kalkınma Bakanlığının hazırladığı On Birinci Kalkınma Planı. Biz de Ulaştırma Bakanlığı bünyesinde üyesi olduğumuz Sağlıklı Yaşam ve Bağımlılıkla Mücadele Çalışma Grubu toplantısına katılım ve katkı sağladık. Taslak raporu hazırlandı ve kurumlarla paylaşıyor diye biliyorum.

Keza, yine Sağlık Bakanlığı Halk Sağlığı Genel Müdürlüğü’nün teknoloji ve internetin aşırı ve bilinçsiz kullanımında ortaya çıkabilecek sorunların ve çözüm önerilerinin değerlendirilmesi ile alınacak önlemlerin planlanması amacıyla ilk toplantısını 7 Aralık 2017 tarihinde düzenlediği “Davranışsal Bağımlılıklar Eylem Planı 2018-2023” çalışmalarında görev alındı. Bunun da taslak raporu hazırlandı ve kurumlarla görüş amacıyla paylaşıyor.

Komisyunun çalışmalarında ve hazırlayacağı raporda faydalanabileceğini düşündüğümüz yaptığımız bir diğer çalışma daha: Ocak 2014 tarihinde sivil toplum kuruluşlarıyla yaptığımız iş birlikleri çerçevesinde Türkiye Yeşilay Cemiyetiyle beraber İnternetin Bilinçli Kullanımı ve Teknoloji Bağımlılığı Çalıştayı düzenlemiştik. Bu çalıştayı da sonuç raporunu kitap hâline getirmiştik ve bu kitabımızı da sizlere bugün sunum ekimizde sunmuş oluyoruz.

Kurumlarla, bakanlıklarımızla yaptığımız iş birliği çerçevesinde Aile ve Sosyal Politikalar Bakanlığıyla bir iş birliği protokolümüz var. İnternetin bilinçli, güvenli ve etkin kullanımı konusunda ortak yapacağımız faaliyetlerin kapsamını belirleyen bir protokol imzaladık. Gençlik ve Spor Bakanlığı ve Millî Eğitim Bakanlığıyla da protokollerimiz hazır ve imza aşamasındadır.

Talep ve önerilerimizce gelecek olursak... Hocalarımızın da bahsettiği gibi, ulusal-uluslararası birçok çalıştayda, kongrede, sonuç raporlarında bahsedildiği gibi önerimiz şu oluyor: İnternet ve teknoloji bağımlılığının önlenmesinde en önemli önlem eğitim, eğitim ve seminerler ve bunu tüm kamu kurumlarının, kuruluşlarının kendisiyle ilgili, görev alanlarıyla ilgili bakış açısıyla ele alarak düzenli şekilde yapması; birinci önerimiz bu. İkinci önerimiz: Yurt dışı örneklerine baktığımız zaman, sivil toplum kuruluşlarının hep ön planda olduğunu, kamu kurumlarının arkada destek amacıyla bulunduğunu görüyoruz ama ülkemizde -yine bizim gördüğümüz- kamu kurum, kuruluşları ön planda olup sivil toplum kuruluşları bu tarz sosyal faaliyetlerde, sosyal bilinçlendirme ve farkındalık faaliyetlerinde daha geri planda kalıyor. Bu kapsamda, sivil toplum kuruluşlarının, üniversitelerin, ulusal, yerel medyanın teşvik edilmesinin faydalı olacağını değerlendiriyoruz.

Yine, hocalarımızın da önceki sunumlarda bahsettiği üzere, interneti ve teknolojiyi yasaklamak, engellemek değil ama bağımlılığı önlemek ve kötüye kullanımını önlemek için çocuklarımıza, gençlerimize, özellikle çocuklarımıza, gençlerimize alternatif öneriler sunmamız lazım. Sportif, sanatsal, sosyal, kültürel faaliyetleri, okul sonrasında özellikle, sınıftan çıktıkları zaman bu faaliyetleri mümkün olduğunca tüm sosyoekonomik düzeydeki vatandaşlarımıza sunmamız önem arz ediyor.

Yine, daha önceki çalıştaylarda sonuç raporlarında sürekli bahsedilen internetin ve bilişim teknolojilerinin problemlili kullanımının önlenmesi amacıyla internet ve bilişimin, teknolojinin bilinçli kullanımına ilişkin müfredat oluşturularak Millî Eğitim Bakanlığı eğitim müfredatına dâhil edilmesi öneri olarak sunulmuştu, biz de tekrar bunu Komisyonumuza aktarıyoruz.

Millî Eğitim Bakanlığımızın “EBA” portalı üzerinden (Eğitim Bilişim Ağı), eğitim içeriklerinin paylaşıldığı bir platform olan EBA portalı üzerinden Millî Eğitim Bakanlığı Yenilik ve Eğitim Teknoloji Genel Müdürlüğüyle zaman zaman iş birliği içerisinde hazırladığımız materyalleri paylaşmaktayız. Yine, diğer kamu kurum, kuruluşlarımız, bakanlıklarımız kendileriyle ilgili, görev alanlarıyla ilgili kendi bakış açılarıyla hazırladıkları dokümanları, eğitim materyallerini bu platformdan paylaşarak EBA’nın tanıtımını ve içeriğinin zenginleştirilmesine katkı sunabilirler diye düşünmekteyiz. Belki de en somut önerilerimizden biri olan okul ortamında teknolojik cihazların kullanımının sınırlandırılması için kriterler belirlenmesi ve bu kriterlerin tüm okullarımızda -özel okul olsun, devlet okulu olsun- aynı şekilde uygulanmasının sağlanması, bunun kontrolü internet ve teknoloji bağımlılığının önlenmesinde faydalı olacaktır diye düşünmekteyiz. İki üç ay önce Avrupa’da Fransa’da Fransa Devlet Başkanı ve Millî Eğitim Bakanının okullarda telefon, tablet, teknolojik aletlerin yasaklanacağı, yasaklamaya niyetli oldukları, çocukları ve gençleri teknoloji ve internet bağımlılığından ancak bu şekilde kurtarabilecekleri şeklinde beyanları vardı. Yine, sivil toplum kuruluşlarından da buna cevap olarak “Mümkün olabilir mi, olamaz mı?” “Bütün çocukların cep telefonlarını alıp girişte birer kutuya nasıl koyarız, çıkışta kutudan telefonlarını, tabletlerini alırken sıra olur mu?” veya “Gün içinde aile onları aradığı zaman nasıl ulaşacak?” şeklinde bir tartışma içerisindeydiler ama çocuklarımızın, gençlerimizin en fazla

vakit geçirdiği ortam olan okul ortamında en azından şahsi tablet, cep telefonu ve benzeri teknolojik cihazlarını onlardan uzaklaştırabilirsek büyük bir önlem olabilecektir ancak tabii, detaylı ve güzel bir şekilde incelenmesi, araştırılması gereken bir husus olduğunu değerlendirmekteyiz Sayın Başkanım.

Bizim sunumumuz bu kadar. Çok teşekkür ediyoruz.

BAŞKAN – Teşekkür ediyoruz.

III.- OTURUM BAŞKANLARININ KONUŞMALARI

1.- Komisyon Başkanı Yılmaz Tezcan'ın, Komisyona üst düzey bürokratların davet edildiğine, BTK'den de en azından başkan veya başkan yardımcısı gelmesi gerektiğine ilişkin açıklaması

BAŞKAN - Tabii, kurulan bu Meclis Araştırması Komisyonu Mecliste grubu bulunan 4 partinin milletvekillerinden oluşan ortak bir kararla kuruldu. Öncelikle buraya genel müdür seviyesinde, müsteşar ve başkan seviyesinde bürokratları davet ediyoruz ama bu konuda BTK'den bu Komisyona en azından bir başkan ve başkan yardımcısının gelmesi gerekiyordu. Bunu da kayıtlara girmesi açısından söylemem gerekiyor.

II.- SUNUMLAR (Devam)

4.- Bilgi Teknolojileri ve İletişim Kurumu İnternet Dairesi Bilişim Uzmanı Levent Gönenç'in, internetin güvenli ve bilinçli kullanımı konularında kurumun yürüttüğü faaliyetler hakkında sunumu (Devam)

BAŞKAN - Şimdi, güvenli internetle ilgili oldukça önemli şeyler söylediniz ama -milletvekili arkadaşlarımızdan da mutlaka sorular gelecektir- mesela “90 bin öğrenciye, veliye ulaştık.” diyorsunuz. Sonuç olarak ne oldu? Sonuçta bunların geri dönüşümünü sağladık mı? Hakikaten bu eğitimin faydası oldu mu? Bir. Bir de şimdi Bilgi Teknolojileri ve İletişim Kurumu Başkanlığı hakikaten bu işin başındaki şalter değil mi? Yani Türkiye’ye güvenli interneti sunacak en tepedeki bir kurum, bir Başkanlık. O noktada şu ana kadar neler yapıldı -yani eğitim, seminer, programlar, kampanyalar, kriterlerin belirlenmesi vesaire, bunlar tabii ki yapılması gereken şeyler ama- ben BTK’nin çok da fazla bir şey yaptığını göremedim. Eğer varsa sunumdan başka ileteceğiniz bir şeyler onları da almak isteriz.

BİLGİ TEKNOLOJİLERİ VE İLETİŞİM KURUMU İNTERNET DAİRESİ BİLİŞİM UZMANI
LEVENT GÖNENÇ – Tabii, Sayın Başkanım.

Öncelikle en son bahsettiğiniz konudan başlayalım, internet bağlantısı herhâlde varmış. Tabii, biz genelde bağımlılığı -Komisyonumuzun ismiyle beraber yazımızda da Meclisin resmî yazısında da- “Bağımlılığı önlemeye yönelik neler yapıyorsunuz?” şeklinde aldığımız için bu tarzda önerilerimizi ve sunumumuzu, dokümanlarımızı hazırladık. İnternetin güvenli kullanımı kapsamında çok ciddi çalışmalarımız var. Özellikle güvenli internet hizmeti -şu anda ben bağlanıyorum ama tabii yansıtmam mümkün değil- güvenli internet hizmetimiz var, 2010 yılından beri faaliyette olan “guveninet.org” adresimizden erişebiliriz. Bir önceki ilk sunumda hocalarımızın bahsettiği “Aile profili, çocuk profili lazım.” dediği uygulama şu anda hayatta. Bir SMS’le şu anda internet hizmeti aldığımız erişim sağlayıcıya ulaşarak aile profiline veya çocuk profiline geçebiliyorsunuz.

Yine, on-line işlem merkezinden abonelik merkezine giderek, başvurarak bu şekilde de güvenli internet hizmetini alıyorsunuz. Nedir güvenli internet hizmeti? Güvenli internet hizmetinde internetteki “web” sitelerini kurumumuz BTK milyonlarca “web” sitesini kategorize ediyor, “müstehten” “istismar” “kumar” “sosyal medya” “oyun” diye kategorize ediyor, içerikleri Bilgi Teknoloji ve İletişim Kurumu belirliyor ama uygulayan internet servisi sağlayıcıları; bu listeleri internet servis sağlayıcılarına

gönderiyoruz, çocuklar için uygun olan listeler bunlar. Aile profilinde ise de şu listelere erişilemez: “Müstehten” “fuhuş” “çocukların cinsel istismarı” “kumar” tarzındaki sitelere erişilemez. Çocuk profiline geçerseniz, sadece çocuklar için uygun olan içeriklere

BAŞKAN - Ne kadar doğru bu söyledikleriniz? Hepimiz pratikte biliyoruz. Güvenlikle alakalı aile profiline giriyorsunuz ama VPN’den ya da başka sayfalardan dediğiniz bu sakıncalı sitelere çocuklar çok rahatlıkla girebiliyor maalesef.

BİLGİ TEKNOLOJİLERİ VE İLETİŞİM KURUMU İNTERNET DAİRESİ BİLİŞİM UZMANI LEVENT GÖNENÇ – Evet, Başkanım, tabii, internet çok dinamik bir ortam yani internette bütün teknolojileri engellemek çok da mümkün değil. VPN’lerle de ilgili çalışmalarımız oluyor kurumumuzun erişimi engellemeye yönelik, orada Fatih Bey biraz bilgi verebilir sizlere.

AV. MUHAMMED FATİH KAFADAR - Öncelikle, ben BTK’nin çalışmadığına ilişkin ya da bir şeyler yapmadığına ilişkin eleştiriyi çok kabul edemeyeceğimi söyleyeyim. BTK, en başında bir regülasyon kurumu, internet ortamında işlenen belirli suçlarla mücadele etmek için ve bu mücadeleyi de içerik, yer ve erişim sağlayıcılar ve toplu kullanıcılar, kullanım sağlayıcılar aracılığıyla yapmakla görevlendirilmiş bir kurum. Şimdi, güvenli internet profilini -Levent Bey’in anlattığı gibi- kurumumuz tesis ediyor ancak bunu uygulayacak olan internet servis sağlayıcılar ve bu servis sağlayıcılar da bildiğimiz -reklam olmaması için söylemiyorum ismen ama- operatörler diyebiliriz.

Şimdi, burada belli başlı suçlar belirlenmiş ve onunla ihbarlar neticesinde biz, bize verilen görevler çerçevesinde mücadele ediyoruz. Onun dışında, şunu da belirtmek isterim: Toplumda -buradaki hazırunu tenzih ederim- şöyle bir algı var: BTK’de bir musluk var ve BTK bu musluğu kapattığı zaman kimse suça bulaşamıyor ama bu böyle değil. Yani internet ortamı -Levent Bey de ifade etti- öyle dinamik bir ortam ki engellemek mümkün değil. İnternette alakalı konuşulan konularla ilgili düşünürken şöyle bir ön kabulümüz olmalı: Ne yaparsak yapalım tamamen önüne geçmemiz mümkün değil. Bunu çok net bir şekilde ifade etmek istiyorum ben. Çünkü burada yani size bir tane siteyi kapatırsınız bir tane site ertesi gün ya ertesi güne bile gerek yok on saniye sonrasında açılabilir yani bu örnek belki çok şey değil de bir bıçak var, bu bıçakla ekmek de doğrarsınız adam da öldürebilirsiniz dolayısıyla biz o bıçağı kullanımdan kaldıramayız tamamen. Ya, bu sosyal medyada da bize çok geliyor, işte, Twitter’da terör propagandası yapılıyor, Facebook’ta şu yapılıyor. Biz orada aksiyon alırken Twitter’ı tamamen kapatamayız, çünkü haberleşme hürriyeti Facebook’u tamamen kapatamayız, haberleşme hürriyetine giriyor. Yani bu noktada yapılırken “BTK hiçbir şey yapmıyor.”dan ziyade BTK gerçekten çok ciddi çalışmalar yapıyor ancak burada öncelikle ailelere çok fazla görev düşüyor.

Burada sabahdan beri akademisyenlerimizi de dinliyorum, çok iyi niyetliler, kabul ediyoruz ama işte “Çocuklarımıza bunu yapalım, çocuklarımıza bunu yapalım.” Sürekli “çocuklar, çocuklar” ama çocuk zaten bu teknoloji içerisine doğuyor yani ben bir ebeveyn olarak sürekli elimde telefon varsa, çocuğun eline sıkıldığı zaman telefon veriyorsam o çocuğa ben çok fazla bir şey yapamam. Önce -hocam da ifade etti, bir önceki doktor hanım- o “dijital göçmenler” dediğimiz belli bir seviyenin, yaşın üzerinde olan kitleyi eğitmemiz lazım ki, onların farkındalığını artırmamız lazım ki çocuklarımızı biraz daha kontrol edebilelim. Ek olarak, siber zorbalıkla alakalı, şurada oturan bir milletvekilimiz vardı, ismini hatırlayamıyorum af buyursun, yani “Çocuklarımızı işte küçük yaştan itibaren internetle buluşturuyoruz siber zorba oluyorlar.” yani böyle bir ifade geldi, ben çok şaşırdım bu kadar şey olmasına. Biz Samsung Electronics Türkiye ile BTK olarak bir kampanya düzenledik “Siber zorba olma, farkına var.” Kasım 2017’de yanlış hatırlamıyorsam, bir kampanya düzenledik biz burada, bu kampanyada aslında siber zorbalığın ne olduğunu, bununla nasıl mücadele edebileceğimizi anlattık.

Yani aslında siber zorbalık şu: Birine internet ortamında yaptığınız bir hareketle, tehditle, hakaretle, küfürle, rahatsız etmek. Ben bunu gerçek hayatta da yapabiliyorum. Dolayısıyla, gerçek hayatta çocuk çocuğa küfretmesin diye sokağa salmamazlık etmiyoruz, okula göndermememiz etmiyoruz.

BAŞKAN – Şimdi, Muhammed Bey, mesela... Sözüünüzü kestim...

AV. MUHAMMED FATİH KAFADAR – Estağfurullah.

BAŞKAN – Bu 90 bin öğrenci velisine ulaştınız, eğitim verdiniz. Bunlarla ilgili geri dönüşüm nasıl oldu, faydası oldu mu bu eğitimin?

BİLGİ TEKNOLOJİLERİ VE İLETİŞİM KURUMU İNTERNET DAİRESİ BİLİŞİM UZMANI LEVENT GÖNENÇ – Sayın Başkanım, orada genelde öğretmenlerden geri dönüş alıyoruz, şu şekilde: Bir kez daha eğitim istiyorlar, ebeveynleri toplayarak ebeveynlere eğitim istiyorlar. Geri dönüşümü çok olumlu oluyor. Tabii ki de burada bunu ölçmenin bir yöntemi yok. Bir kelime bile paylaşırsak, bir kelime bile versek faydadır diye düşünmekteyiz, bunu bir sosyal sorumluluk olarak yapıyoruz. Güvenli internet hizmetinde şunu da es geçtim: Kurul kararıyla, BTK'nin kurul kararıyla bu hizmet yürürlüğe girdi ve ücretsiz. Ücretsiz seçimler, istediğiniz zaman giriyorsunuz istediniz zaman çıkabiliyorsunuz ama Fatih Bey'in de bahsettiği gibi internet çok dinamik, çok geniş bir yapısı var, mümkün olduğunca buna da ayak uyduruyoruz elimizden geldiğince ve çok da başarılı olduğumuzu şöyle düşünüyoruz: Avrupa'da ve dünyada da benzer bir örnek yok güvenli internet hizmetine yani çok somut bir örnek ve üye sayısı 5 milyonu herhâlde tahminim geçmiş durumda, bayağı da kullanılan bir hizmet, onla ilgili de olumlu görüşler, olumlu geri dönüşler vatandaşlarımızdan almaktayız Sayın Başkanım.

BAŞKAN – Şimdi, Muhammed Fatih Bey “Çok başarılıyız.” diyor da benim hâlâ başarı konusunda şüphelerim var, bildiğim şeyler var. Onun için şu sorulara lütfen cevap verin: Ne kadar internet kullanıcısı var Türkiye’de? Bir. Bunların ne kadarı aile profiline geçmiş? Bunların ne kadarı çocuk profiline geçmiş? Bu güvenli internet meselesi özellikle BTK'nin sorumluluğunda olan bir kurum olduğunu düşünüyorum. Bunlara lütfen cevap verin.

BİLGİ TEKNOLOJİLERİ VE İLETİŞİM KURUMU İNTERNET DAİRESİ BİLİŞİM UZMANI LEVENT GÖNENÇ – Başkanım, tabii, bu konularla ilgili gelirken bir bilgi alarak gelmedik. Şöyle ki: Teknoloji bağımlılığı, internet bağımlılığı konusunda sunumumuzu gerçekleştireceğimiz için farklı bir birimin ilgi alanındaydı ama hızlı bir şekilde geri döndüğümüzde ilgili sorumlu arkadaşlardan bu bilgileri alıp tarafımıza gönderebiliriz.

AV. MUHAMMED FATİH KAFADAR – Bir şey ekleyebilir miyim ben burada?

BAŞKAN – Buyurun.

AV. MUHAMMED FATİH KAFADAR – Yine, aynı şekilde ifade edeyim: Güvenli interneti kurum tamamen kurul kararıyla kendisi proaktif bir yöntemle hayata geçirdi ve bunun uygulanması için internet servis sağlayıcılarıyla sürekli iş birliği hâlinde ama yine aynı noktaya geliyoruz: Bu vatandaşın sorumluluğunda ben bir baba olarak ya da anne olarak güvenli internetin farkında olmazsam çocuğuma ya da ailemde, evimde onu kullanamam. Yani ben bütün evlere “Güvenli interneti kullanın.” diye baskı yapamam; bu, neticede vatandaşın sorumluluğunda. Ben bu hizmeti sağlıyorum, daha doğrusu hizmeti servis sağlayıcılar sağlıyor, ben de bu hizmetin sağlanması için...

BAŞKAN – Bu hizmette aksaklıklar var mı? Varsa da nasıl çözülür? Yani sonuçta biz bunları raporlarımıza dercedeceğiz.

AV. MUHAMMED FATİH KAFADAR – Bu hizmette Levent Bey'in de ekleyeceği vardır eminim, güvenli internet hizmetinde siteler belli başlı kriterlere göre kategorize ediliyor ve bu deniliyor ki: “Şu siteler çocuklara uygun değil.” Dolayısıyla bu internet servis sağlayıcılara bildiriliyor, onlar da bu

