



Uluslararası Beşeri Bilimler ve Sanat Dergisi e-ISSN:2757-6388
International Journal of Humanities and Art
<http://www.trkdergisi.com>
Kitap Değerlendirmesi/Book Review

trk dergisi
2021
2(1):123-130

Geliş Tarihi / Receive : 13.06. 2021
Kabul Tarihi / Accepted : 30.06 2021



KALKAN, Adnan (2021), Teknoloji Bağımlılığı ve Bilinçli Medya Kullanımı, Ensar Neşriyat, İstanbul, 1.Baskı,152 s.
ISBN:978-625-7320-19-1

KALKAN, Adnan (2021), Technology Addiction and Conscious Media Use, Ensar Publications, Istanbul, 1st Edition, 152 p. ISBN:978-625-7320-19-1

Kerim TUZCU**Dr. Öğr. Üyesi, Siirt Üniversitesi, Eğitim Fakültesi, Türkçe Eğitimi
Asst. Prof., Siirt University, Faculty of Education, Turkish Education****E-mail: kerimtuzcu@hotmail.com****Orcid ID: 0000-0001-8432-2602**

Sosyalliği Öldüren Sosyal Medya

“Bugün neslin; hissiz, duygusuz, hedefsiz, idealsiz, doyumsuz ve değerlerden uzak yetişmesinin en büyük sebeplerinden biri medya ve teknolojidir.” diyerek tanıtmaya başlıyor kitabını müellif Adnan KALKAN ve devamında “Teknoloji bağımlılığı son zamanlarda çokça dillendirilen ve hayatımıza yerleşen önemli kavram ve konulardandır. Öyleki yakın zamanda hastanelerde açılacak ve en yoğun çalışacak klinik, bağımlılık kliniği olacaktır.” şeklinde insanoğlu için çok acı bir tehdit ve hakikati dile getiriyor maalesef.

Günümüzde ‘ne onunla ne de onsuz’ yapılamayan, gün geçirilmeyen/geçirilemeyen bir gerçeklik ve vakıa oldu medya ve teknoloji. Bir müddet elektrik veya internet kesintisi olsa birçok insan ve hususan da gençler ve çocuklar, maalesef, güneşe karşı uçmaya çalışan yarasalar gibi ne yapacağını bilemeyecek hale gelmektedirler.

Medya ve teknoloji de tıpkı bir ateş gibi bıçak gibi kullanılış maksadına göre değerlendirilen veya değersizleşen bir alandır, bir güçtür artık fakat kontrol altına alınması ve zaptedilmesi bir hayli zor olan bir güç. Bazen uysal bir koyun gibi görünse de çoğu zaman koyun postuna bürünmüş bir kurt çıkmaktadır karşımıza.

Medya ve teknoloji ile ilgili belki de en ilginç olan durum şu: Bir tarafta medya ve teknolojiden zarar göreceğini veya zarar görme ihtimali olduğunu bildiği halde, bilerek veya bilmeyerek kendilerini bu tehlikenin içine atan yahut atmaktan çekinmeyen çocuklar ve gençler; diğer tarafta ise bu tehlike ve zararlardan nispeten uzak olan ama zararları fark edip çocuk ve gençleri korumaya çalışan yetişkinler.

Medya ve teknolojinin bütün bu girift ve içinden çıkılmaz hale gelen meselelerine çözüm yolları bulmak için sayısız çalışmalar yapıldı. 1990’lı yılların başlarında medyanın ve teknolojinin menfi neticelerine karşı çözüm bulabilmek için ‘medya okuryazarlığı’ alanında akademik çalışmalara hız verildi. Üniversitelerde medya okuryazarlığı dersleri açıldı. Millî Eğitim Bakanlığı, ilk ve ortaöğretim seviyesi sınıflarda müfredata bu dersi koydu.



“Beşeri Bilimler ve Sanat Dergisi”
“International Journal of Humanities and Art”
[trk dergisi/2021]

e-ISSN:2757-6388

Cilt/Volume:2

Sayı/Issue:1

Resmi ve özel birçok kurum ve kuruluş, medya ve teknolojinin tanıtılması ve zararlı yanlarına karşı nesilleri korumak ve şuurlandırmak amacıyla çalışmalar yürüttüler ve yürütmektedirler. Bütün bu çalışmalara rağmen medya ve teknolojiye karşı henüz bir üstünlük kurulabilmiş değildir. Çünkü kendisini sürekli yenileyen ve değişim geçiren virüsler gibi medya da her gün karşımıza yeni bir kılıkla çıkmaktadır. Ayrıca medya okuryazarlığı bir defa öğrenilen, sabit bilgilerden oluşan ve sonra da ömür boyu kullanılabilen bir meleke değildir. Bu alanda kendimizi sürekli yenilememiz şarttır. Medya ve teknoloji olmadan veya kendimizi ondan tecrit ederek yaşamak mümkün olmadığına göre onunla yaşamamızın çarelerini bulmak zorundayız.

Hâlihazırda medya ve teknolojinin zararlı taraflarını bilmeyen ve bundan da şikâyetçi olmayan pek kimse yoktur ama bu fikri kuvveden fiile çıkarma noktasında bir hareket ve faaliyet içine giren de az maalesef. İşte, Adnan KALKAN'ın elimizdeki *Teknoloji Bağımlılığı ve Bilinçli Medya Kullanımı* adlı eseri, medyayı ve teknolojiyi tanıyıp şuurlu olarak kullanabilme ve faydalanabilmenin yollarını gösteren yeni bir kitap. Kitabın diğer önemli bir yönü ise pedagojinin önemli ilkelerinden biri olan 'alternatif oluşturma' konusunda da çözüm sunmasıdır. Bize teknoloji ve medyayı tanıtırken, onu, ailemizin bir üyesi gibi beraber yaşamak zorunda olduğumuz bir yakınımız olarak görmemizi ve eğer iyi tanırsak hayrından razı, şerrinden de emin olacağımızı ortaya koyuyor.

Şair, yazar, eğitmen, psikoloji bilim uzmanı ve sosyal medya yöneticisi de olan Adnan KALKAN aynı zamanda aile eğitimi, çocuk eğitimi, genç eğitimi, yetişkin eğitimi, eğitici eğitimi alanlarında da sayısız faaliyetler ifa etmiş; ruhbilim (psikoloji), refleksbilim (refleksoloji), eğitimbilim ve toplumbilim (sosyoloji) bilimlerini mezcetmiştir. Denebilir ki İbn-i Sina'nın insana bütüncül yaklaşımını bu asra taşıyan bir rol üstlenmiş ve hâlen de çalışmalarını, kendi kurduğu "Adnan Kalkan Akademi" de sürdürmektedir. Yazar Kalkan, Batı'nın "insan bütüncül (biyopsikososyal) bir varlıktır," anlayışını yetersiz görüp, "insan aynı zamanda ruhsal ve duygusal bir varlıktır" diyerek mefkûresini kendi ifadesiyle "bir nesli ihya ve inşa; bugünü ihya, yarını inşa" şiarıyla dile getiriyor. Hâlihazırda aile, çocuk eğitimi, gençlik, başarı ve eğitim konularında telif ettiği birçok eseri mevcut. Elimizdeki eseri ise Ensar Neşriyat tarafından 2021 Mart ayında basılmış ve 152 sayfadan oluşmaktadır. Toplumun yediden yetmişe her kesimine hitap eden ve konu olarak çok güncel bir kitap.

Kapak tasarımı ile muhtevanın birbiriyle tam anlamıyla örtüştüğünü ve uyduğunu söylemek mümkün. Yazarın özgeçmişi, ilmî faaliyetleri ve eserleri hakkında malumat veren künyeden (4-5. s.) sonra İçindekiler (7-10. s.) ve müellifin kendi kaleminden Ön Söz (11-12. s.) yer almakta. Daha sonra kitabın ana gövdesini oluşturan ve 8 (sekiz) bölümlük (13-142. s) kısım bulunmakta. Ardından kitapla ilgili olarak alanlarında uzman farklı ilim



Kerim TUZCU

adamları tarafından serdedilen fikirler (143-145. s.) ve Kaynakça (147-152. s.) ile eser son buluyor.

Çağımızda her türlü gelişmenin ve ilerlemenin ne kadar faydası varsa bir o kadar da zararının olabileceği ihtimalini göz ardı etmememiz gerektiğini belirten yazar, aynı kaygının medya ve teknoloji konusunda ise daha fazla taşınmasının lüzumundan bahsederek başlıyor Ön Söz'e. Medya ve teknolojik içeriklere çok kolay ulaşabilmenin ve bu içerikleri bilinçsiz kullanmanın neticesinde maddî ve manevî çok ciddi zararlar görüldüğünü belirtiyor. Özellikle çocukların ve gençlerin içe kapandıklarını; sosyalleşme sürecinin tamamlanamadığını, bedenî, ruhî, cinsî yönlerden ciddi rahatsızlıklara duçar olduklarını; dinleme, anlama, akıl yürütme, mantikî muhakeme, iletişim kurma ve muhataplarıyla hemhal olabilme gibi en temel insanî özelliklerinin büyük zarar gördüğünü belirterek daha kötüsünün ise artık bu davranışların bağımlılık seviyesine çıktığını söylüyor. Mevzubahis sıkıntıları çözebilmenin yolunun ise medyadan ve teknolojiden uzaklaşmadan ama şuurlu ve ne yaptığını bilerek hareket edilmesi olduğunu ifade ediyor. Ayrıca, her bölümün sonunda verilen örnek vakalar ve bunların tahlilleri, meseleyi görünür ve anlaşılır kılmakta, daha müşahhas hale getirmektedir.

1. Bölüm-Bağımlılık (13-24.s.)

Bağımlılığın; psikolojik, fizyolojik ve toplumsal olarak hayatımızda sıkça kullandığımız bir kavram olduğu; ferdin bedensel, ruhsal ve sosyal hayatını derinden sarsan bir sendrom olduğu belirtiliyor.

Aşırı istek uyanmasının, kullanım süresinin artmasının ve bağımlı olduğu unsura karşı her geçen gün isteğinin daha da artmasının bağımlılığa giden yollar olduğunu belirten yazar, bağımlılık teşhisinin uzmanlarca konabileceğini de ifade ederek şu 7(yedi) ölçünün bağımlılık tanısında kullanıldığını ve bunlardan en az 3(üç) tanesinin bu tanı için kâfi olduğunu da ekliyor:

a-Kullanılan maddeye karşı daha yumuşak ve hoşgörülü yaklaşılmaya başlama

b-Madde azaldığında veya kesildiğinde yoksunluk belirtilerinin ortaya çıkması

c-Madde kullanımını denetlemek veya bırakmak için yapılan çabaların boşa çıkması

d-Maddeyi sağlamak, bırakmak veya bırakmak için büyük zaman harcama

e-Madde kullanma sebebi ile sosyal, ferdi ve mesleki etkinliklerin olumsuz etkilenmesi

f-Maddelerin daha uzun ve yüksek miktarda alınması

g-Fiziksel veya ruhsal sorunların ortaya çıkmasına ya da artmasına rağmen madde kullanımını sürdürmek

Bağımlılığın fizyolojik ve psikolojik olmak üzere iki şekilde tezahür ettiğini belirten yazar, ferdin kendini sosyal hayattan tecrit etmesi, daha çok



medyada zaman geçirmesi ve sürekli yalan davranışlar sergilemesi şeklindeki davranışların bağımlılık göstergesi olacağını ifade ediyor.

2. Bölüm-Sosyal Medya Bağımlılığı (25-36.s.)

Medyanın eski(geleneksel) ve yeni medya olmak üzere ikiye ayrıldığı belirtiliyor: Basılı ve görsel temele dayanan eski tip medya ile internet tabanlı yeni tip medya. Türkiye’de yaklaşık 60 milyon kişinin sosyal medyayı kullandığı, bu kişilerin iç dünyalarında boşluk hissetmeleri, medyada kendilerini daha rahat ifade edebilme imkânı bulabilmeleri gibi sebeplerle sosyal medyaya yöneldikleri ve bu fertlerin işlevsellik, duygusallık ve sosyal ilişkiler gibi yönlerden hasar gördükleri ifade edilmektedir.

3. Bölüm-Teknoloji Bağımlılığı (37-46.s.)

Medya ve teknoloji kavramlarının birbiriyle aynı gibi görünse de aslında farklı manalar içerdiği belirtilmiştir başta. Teknolojinin; toplumun ve ferdin ihtiyaçlarını karşılamak üzere üretilen araç gereç ve süreçler olduğu ifade edilerek, bunun yerli yerinde ve doğru olarak kullanılmadığında ise tam tersi neticeler verdiğini ve şifa yerinde zehir tesiri göstereceğini beyan ediyor yazar. Yerli yerinde kullanılmadığında özellikle gençlerin ve çocukların; arkadaşlarıyla iletişim ve sosyal bağ kuramayan, kendini ifade edemeyen, yalnızlığa gömülen, dışlanmışlık hissi yaşayan, ailesine aidiyet hissi zayıflayan, her şeyi eğlence ve oyun olarak gören amaçsız kuru kalabalıklara dönüşme tehlikesi teferruatıyla ele alınmıştır.

4. Bölüm-İnternet Bağımlılığı (47-60.s.)

İnternet olmadığında ruhsal ve zihinsel çöküntü şeklinde psikolojik belirtileri görülen bir durumdur, diyor yazar, internet bağımlılığı için. Hususan çevrimiçi oyunlarla söz konusu bağımlılığın başladığı ve arttığı belirtiliyor. Çocukların, ergenlik çağına geldiklerinde eğer kendilerini ifade etmede, ailelerinden yeterli destek almada ve çevrelerinde kabul görmede bir sıkıntı yaşarsalar bu bağımlılığa bir kapı açılmış olacağı özellikle ifade ediliyor. Söz konusu bağımlılık neticesinde karşı cinsle iletişim kuracağım derken bunun başka yıkıcı sonuçları olduğu, beslenme sorunları çıktığı, bedensel olarak ağrı ve sancılar ortaya çıktığı, uyku bozukluğu ve ruhsal meseleler görüldüğü açık bir şekilde anlatılıyor.

5. Bölüm-Akıllı Telefon Bağımlılığı (61-72 s.)



Kerim TUZCU

Akıllı telefonların artık neredeyse tüm cihazları bünyesinde barındıran özellikler taşıdığını ve dolayısıyla elden bırakmanın ve onlardan vazgeçmenin imkânsız bir hal aldığını ifade eden yazar, bu cihazla çocukların ne kadar geç tanışırsa o kadar faydalarına ve sağlıkları için yararlarına olacağını önemle belirtiyor. Her türlü sanal (dijital) oyun da oynanabilen bu cihazlarla fazla vakit geçirenlerde unutkanlık, hareketlerini kontrol edememe, aşırı hareketlilik (hiperaktivite), dikkat bozukluğu, odaklanamama, ruhi buhran, uyku bozukluğu, kaygı ve öfke başta olmak üzere çocuklar ve gençler olmak üzere bütün insanlar için zararlı ne varsa - maalesef- görüldüğünü ifade etmektedir.

6. Bölüm-Televizyon Bağımlılığı (73-82.s.)

Televizyonun, insanoğlunun karşısına çıkan ilk renkli kutu olduğunu söyleyen yazar, televizyonun yıllarca iletişim ve eğlencenin en büyük aracı olarak kullanıldığını ifade ediyor. İnternetin çıkmasıyla etki alanı daralsa da günümüzde her köşeye kadar ulaşabilen en yaygın araç olarak varlığını sürdürdüğünü de ekliyor. Çok yaygın olarak bulunması sebebiyle özellikle çocuklar için, çizgi filmler aracılığıyla, şuuraltı ve örtük iletilerle bir hayli zararlı olabilmekte olduğunu ifade eden yazar, televizyon dizilerinin çocuk ve gençleri yalancı bir dünyaya çektiğini ve gerçeklikten kopardığını beyan ediyor.

7. Bölüm-Dijital Oyun Bağımlılığı (83-106.s.)

Oyunların ve oyun vasıtasıyla yapılan eğitimlerin tesir ve faydalarının zikredilerek başlandığı bölümde dijital oyunun tanımı ve dijital oyun bağımlılığının sebepleri üzerinde durulmaktadır. Bilgisayar, akıllı telefon, tablet gibi dijital ekranlarda oynanan oyunlara dijital oyun denildiğini ifade ettikten sonra bu oyunları oynamanın sebepleri olarak stres atma, eğlenme, haz alma, gerçeklikten kaçma, zaman geçirme, rekabet etme, güç gösterisi, kendini ispat etme gibi gerekçe ve amilleri saymaktadır. Daha sonra ise oyun bağımlısı fertlerin şu tehlike ve hatarlarla karşılaşabileceklerini sıralamaktadır: İçeriği uygun olmayan görüntülere maruz kalma, zararlı alışkanlıklara meyiletme, okul başarısının düşmesi, sosyal faaliyet ve işlevselliğinin azalması, siber dolandırıcılıkla karşılaşma ihtimali, beslenme düzeninin bozulması ve şişmanlık tehlikesi, ailesine maddi açıdan zarar verme ihtimali. Akabinde de bu oyunların tamamının ve tamamen zararlı olmadığını söyleyerek şu faydalarından bahsediyor: Fertler üzerinde sakinleştirici ve kontrol edici tesiri, özgüveni artırma ve düzenlilik kazandırma, eğlenerek eğitime, zekâ gelişimi ve yabancı dil öğretimine müspet tesiri, matematiksel hesaplama ve problem çözme becerisi kazandırma gibi. Bu faydaları sağlayabilecek oyunların ise yapboz, rol oynama, macera, strateji, bilgi ve matematik yarışmaları, kart oyunları, öğretiler (simülasyon) vb. (<https://www.guvenliweb.org.tr>).



Yazar, bölümün sonunda ise çok farklı ve ehemmiyetli bir mevzuya sözü getirmiştir. Bazı dijital oyunlarda [Guitar Hero-3, Devil May Cry 3/Dante's Awakening, Resident Evil, Call Of Duty, Hitman, Counter Strike, Serious Sam, Clive Barkers Undying, Zack&Wiki, Ayo Dance, Muslim Massacre, Bomb Gazze, Minarett Attack, Pacman vb. (<https://www.aa.com.tr>)] alenen yahut örtük biçimde, İslam karşıtlığını ifade eden unsurlar yerleştirildiğini ifade ederek körpe zihinlerin dinimize ve manevi değerlerimize karşı nefret aşılama ihtimalinin asla göz ardı edilmemesi gerektiğini belirtmektedir.

8. Bölüm-Medya ve Teknoloji Bağımlılığına Çözüm Önerileri (107-142.s.)

Müellif, bu başlık altında bilinçli medya kullanımı ve medya okuryazarlığı ile alakalı malumatlar veriyor evvela. İlk olarak medya ihtiyacının belirlenmesi, kullanıcının yaşına göre medya belirleme, zamanı sınırlama, RTÜK akıllı işaretler sınıflandırma sistemi uyarılarına dikkat etme, sosyal ağlara dikkat etme ve kontrol sağlama, sosyal medya mahremiyetine dikkat etme, reklamlara aldanmama, devletin kontrol etmesi, okullarda bilinçli medya kullanımı hususunda öğretim verilmesi, sivil toplum kuruluşlarının halk genel anlamda medya konusunda bilgilendirmesi ve eğitmesi gibi başlıklar altında bilinçli medya kullanımı hakkında malumatlar serdetmektedir. Daha sonra medya okuryazarlığı hakkında kısa ve öz bilgiler verdikten sonra ise internet bağımlılığını önleme yollarını sıralamaktadır: Bilgilendirme, eğitme, sosyal ve kültürel faaliyetlerle meşgul etme, fizikî ve sosyal çevrenin düzenlenmesi, topyekûn toplumsal mücadele gibi vasıtalar. Devamında da internet, oyun ve teknoloji bağımlılığının çözümüne yönelik çare ve tedbirler sıralanmakta ve güvenli internet kullanımına yönelik tavsiyeler yer almaktadır. Bu tavsiye ve ikazların içinde belki en dikkat çeken reklamlardaki aldatıcı ama örtük olarak verilen bilinçaltı iletilerdir.

Bölümün sonunda ise özellikle çocuklar ve gençler için çeşitli oyun ve faaliyet seçenekleri sunulmaktadır: İzcilik, zekâ oyunları, okçuluk vb. Ayrıca bu oyunları faydalı ve güzel yanlarından da ayrıntılı olarak bahsedilmiştir.

Kitap Hakkında Kim, Ne Dedi?

Kitapla ilgili olarak akademi ve eğitim muhitinden birbirinden kıymetli ilim adamları (Prof. Dr. A. Halim ULAŞ, Prof. Dr. Âdem TATLI, Eğitimci Yazar Duran ÇETİN, Doç. Dr. Bayram Özer, Prof. Dr. Aykut GÜL, Prof. Dr. Osman ÇAKMAK) fikir ve görüşlerini belirterek böyle hassas ve ehemmiyetli bir konunun yeterince ele alınmadığını ve dolayısıyla bu eserin söz konusu boşluğu doldurmada önemli bir vazifeyi ifa ettiğini beyan etmişlerdir.



Sonuç

Dünyanın yaklaşık son iki yıldır mücadele ettiği salgın döneminde daha da artan ve kullanıcılar için gittikçe tehlikeli hale gelen medya ve teknoloji kullanımı, her zaman olduğundan daha tehditkâr ve zararlı bir hale gelmiştir. Söz konusu eserde, internetin ve teknolojinin sadece zararlarının ne olduğu sayılmamış; herkesin zararını bildiği halde bile isteye yahut mecburiyetten içine düştüğü zarar ve tehlikeler canlı örneklerle beslenerek kullanıcılara hissettirilmeye çalışılmıştır. Binaenaleyh, Adnan KALKAN'ın bu eseri, başta çocuklar ve gençler olmak üzere her yaşta ferdi bilinçlendirmek; ailelere rehber olmak, mezkûr zarar ve tehlikeleri savuşturarak karşı tedbir alabilmek için bir başucu kitabı olması cihetiyle herkesin faydalanabileceği kıymetli bir eser mesabesinde denebilir.

