Editör
Doç. Dr. Çiğdem Dirik

EĞİTİM yayınevi

İletişim ve Medya

Alanında Uluslararası Araştırmalar XI

Kasım-Aralık
2022

Editör:
Doç. Dr. Çiğdem Dirik

İletişim ve Medya

Alanında Uluslararası Araştırmalar XI

EĞİTİM
yayınevi

İLETİŞİM VE MEDYA ALANINDA ULUSLARARASI ARAŞTIRMALAR XI

Editör: Doç. Dr. Çiğdem Dirik

Genel Yayın Yönetmeni: Yusuf Ziya Aydoğan (yza@egitimyayinevi.com)
Genel Yayın Koordinatörü: Yusuf Yavuz (yusufyavuz@egitimyayinevi.com)
Sayfa Tasarımı: Eğitim Yayınevi Grafik Birimi
Kapak Tasarımı: Eğitim Yayınevi Grafik Birimi

T.C. Kültür ve Turizm Bakanlığı
Yayıncı Sertifika No: 47830

ISBN: 978-625-6382-09-1
1. Baskı, Kasım-Aralık 2022

Baskı Cilt
Bulut Dijital Matbaa Sanayi Ticaret Limited Şirketi
Musalla Bağları Mah. İnciköy Sok. 1/A Selçuklu / KONYA
Matbaa Sertifika No: 48120

Kütüphane Kimlik Kartı

İLETİŞİM VE MEDYA ALANINDA ULUSLARARASI ARAŞTIRMALAR XI
Editör: Doç. Dr. Çiğdem Dirik
124 s., 165x240 mm
Kaynakça var, dizin yok.
ISBN: 978-625-6382-09-1

Copyright © Bu kitabın Türkiye'deki her türlü yayın hakkı Eğitim Yayınevi'ne aittir. Bütün hakları saklıdır. Kitabın tamamı veya bir kısmı 5846 sayılı yasanın hükümlerine göre kitabı yayımlayan firmanın ve yazarlarının önceden izni olmadan elektronik/mekanik yolla, fotokopi yoluyla ya da herhangi bir kayıt sistemi ile çoğaltılamaz, yayımlanamaz.

EĞİTİM
yayınevi
Yayınevi Türkiye Ofis: İstanbul: Eğitim Yayınevi Tic. Ltd. Şti., Atakent mah. Yasemen sok. No: 4/B, Ümraniye, İstanbul, Türkiye

Konya: Eğitim Yayınevi Tic. Ltd. Şti., Fevzi Çakmak Mah. 10721 Sok. B Blok, No: 16/B, Safakent, Karatay, Konya, Türkiye
+90 332 351 92 85, +90 533 151 50 42, 0 332 502 50 42
bilgi@egitimyayinevi.com

Yayınevi Amerika Ofis: New York: Egitim Publishing Group, Inc.
P.O. Box 768/Armonk, New York, 10504-0768, United States of America
americaoffice@egitimyayinevi.com

Lojistik ve Sevkiyat Merkezi: Kitapmatik Lojistik ve Sevkiyat Merkezi, Fevzi Çakmak Mah. 10721 Sok. B Blok, No: 16/B, Safakent, Karatay, Konya, Türkiye
sevkiyat@egitimyayinevi.com

Kitabevi Şubesi: Eğitim Kitabevi, Şükran mah. Rampalı 121, Meram, Konya, Türkiye
+90 332 499 90 00
bilgi@egitimkitabevi.com

İnternet Satış: www.kitapmatik.com.tr
+90 537 512 43 00
bilgi@kitapmatik.com.tr

İlk okuyan siz olun
kitapmatik
İnternetteki kitapçınız

İÇİNDEKİLER

ÖNSÖZ V

TÜRKİYE'NİN AVRUPA BİRLİĞİ'NE ÜYELİK SÜRECİNDE TÜSİAD'IN KIBRIS MESELESİNE YAKLAŞIMININ BASIN ÜZERİNDEN ANALİZİ (2002-2022) 7
Gülcan IŞIK, Ülkü Ayşe OĞUZHAN BÖREKCİ, Filiz ERDEMİR GÖZE

ÇATIŞMA BÖLGELERİNDE DEZENFORMASYON VE DOĞRULUK KONTROLÜ SÜREÇLERİ: GAZETECİ SHİREEN ABU AKLEH'İN ÖLDÜRÜLMESİ OLAYI ÖRNEĞİ 23
Selman Selim AKYÜZ, Yusuf GÖRGÜL

POST-TRUTH ve MEDYA 2020 ABD BAŞKANLIK SEÇİM HABERLERİ SÖYLEM ANALİZİ 49
Büşra ÜZALP, İsmail Ayşad GÜDEKLİ

İNTERNET BAĞIMLILIĞI VE TRAFİK KAZALARINA ETKİSİ 63
Derya Ölmez ARITÜRK, Ömer ASAL

GÖRSEL SANATLARDA BİREYİN VE GÖRÜNTÜNÜN DEĞİŞEN BİRİCİKLİĞİ 75
Özgür ÇALIŞKAN

BİREYLERİN SOSYAL MEDYA KULLANIM DÜZEYLERİ İLE HEDONİK (HAZCI) TÜKETİM EĞİLİMLERİ ARASINDAKİ İLİŞKİ 91
Suzan MOÇ

DÖNÜŞÜMÜN YÖNETMENİ YÜCEL ÇAKMAKLI'NIN KADINLARI: ZEHRA 111
Emre ERTÜRK

ÖNSÖZ

İletişimin, günümüzde birçok farklı alanla yolları kesişmektedir. Bu özelliği ile disiplinlerarası olan iletişim; ekonomiden siyasete, sanattan psikolojiye, sosyolojiden medya çalışmalarına kadar çeşitli alanlarla etkileşim halindedir. Hayatımızda her geçen gün önemi artan iletişim ve medyanın sürekli değişen ve gelişen yapısı nedeniyle farklı araştırma konuları gündeme gelmekte ve yeni çalışmalar ortaya konmaktadır. Bu çalışmalardan birisi de İletişim ve Medya Alanında Uluslararası Araştırmalar XI adlı bu kitaptır. Kitabın bir başvuru kaynağı olarak gelecekte yapılacak çalışmalara ışık tutmasını dilerim.

Doç. Dr. Çiğdem DİRİK

Aralık, 2022

İNTERNET BAĞIMLILIĞI VE TRAFİK KAZALARINA ETKİSİ

Derya Ölmez ARITÜRK[1], Ömer ASAL[2]

GİRİŞ

İnsanlar interneti iletişim, alışveriş, bankacılık ve eğlence gibi çeşitli nedenlerle kullanmaktadır. Çevrimiçi etkinlik, yaşamın birçok alanına giderek daha fazla entegre olmuştur. İnternet kullanımının sanal bir ortam üzerinden zamandan ve mekândan bağımsız olarak gerçekleşmesi, iletişim biçimlerinin değişmesine yol açmıştır. İnternet teknolojisinin bir uzantısı olan sosyal medya, insanlar arasındaki iletişim kanallarını değiştirmiştir.

İnternetin iletişim, alışveriş, eğlence ve hayatın sayısız diğer yönleri için giderek daha merkezi hale gelmesi nedeniyle, çevrimiçi olarak çok fazla zaman harcamanın normal olduğunu savunan uzmanlar olsa da çoğu araştırma çevrimiçi olarak büyük miktarda zaman harcayan birçok kişinin aslında bunu bağımlı olduğu için yaptığı konusunda hemfikirdir.

İnternet nispeten yeni bir teknolojidir ve internet bağımlılığı kavramı literatüre yeni girmiştir. Çok sayıda araştırma ve bilimsel yayın bunu ergenlerde ve genç yetişkinlerde incelemiştir, ancak bu tema profesyonel ortamda çok az çalışılmış durumdadır. Bu, bilimsel literatürde olduğu kadar basında da artan sayıda yayının kanıtladığı gibi, giderek daha fazla insanı ilgilendiren bir sorun olarak öne çıkmaktadır.

Toplum hala internet bağımlılığının var olup olmadığı, buna neyin sebep olduğu, insanları nasıl etkilediği ve tedavisine yönelik yapılabilecek bir şey olup olmadığı gibi konuları tartışmaktadır. İnternet bağımlılığını tam olarak neyin oluşturduğuna

1 Araştırmacı, Gazi Üniversitesi, Fen Bil. Enstitüsü, 0000-0001-6444-0994, deryaolmez@gazi.edu.tr
2 Doç. Dr., Gazi Üniversitesi, Teknoloji Fakültesi, 0000-0002-6339-9202, omerasal@gazi.edu.tr

ilişkin tanımlar büyük ölçüde farklılık göstermektedir. Ancak uzmanlar genellikle bağımlıların çevrimiçi ortamda çok fazla zaman harcadıkları ve İnternet kullanmanın hayatlarındaki en önemli şeylerden biri haline geldiği konusunda hemfikirdir.

İnternet ve sosyal medya bağımlılığı genellikle olumsuz etkilerle ilişkilendirilmektedir. İnternete aşırı bağlanma ile birlikte kişi bağımlı hale gelmektedir. Bu durum bir halk sağlığı sorunu olarak görülmektedir. Problemli internet kullanımı ruh sağlığı ve beslenme sorunları, uyku yoksunluğu ve akademik başarısızlık gibi çeşitli sorunlara yol açabilmektedir. Bununla birlikte, sürüş sırasında telefon kullanmanın, sürücülerin ve diğer yol kullanıcılarının sürüşü ve güvenliği üzerinde birçok sonucu vardır. Sürüş, gözlerini yoldan ayırmaması gereken sürücünün sürekli uyanık olmasını gerektirmektedir.

Sürüş sırasında cep telefonu kullanımının sürücü güvenliği için bir risk oluşturduğuna dair artan sayıda kanıtlar bulunmaktadır. Elde tutulan bir cep telefonu ile araç kullanmak yasa dışı olmasına rağmen gözlemsel araştırmalar, sürücülerin büyük kısmının bu davranışta bulunduğunu ortaya koymaktadır. Benzer şekilde yayalarında yürüyüş esnasında cep telefonu ile meşgul olmaları trafik kazalarına neden olan unsurlar arasında yer almaktadır. Yaya ve sürücünün davranışını motive eden etkenlerin başında internet bağımlılığı gelmektedir.

Bu çalışmada öncelikle internet bağımlılığı kapsamında akıllı telefon ve sosyal medya bağımlılığı konuları üzerinde durulacaktır. Sonrasında internet bağımlılığının ve sürüş sırasında cep telefonu kullanımının trafik kazaları üzerindeki etkisi ortaya konacaktır. Dikkati dağılmış sürüş sorununun araç içinde ve dışında birçok nedeni olabilirken, bu çalışma sürüş sırasında cep telefonu kullanımıyla ilişkili risklere odaklanmıştır.

İNTERNET BAĞIMLILIĞI

Pek çok insan internet kullanımını kontrol etmede sorunlar yaşasa ve bağımlı olduklarından söz etse de internet bağımlılığının gerçek bir tıbbi bozukluk olup olmadığı konusunda yaygın bir anlaşmazlık vardır.

İnternet Bağımlılığı Bozukluğu (Internet Addiction Disorder: IAD), Amerika Birleşik Devletleri›nde resmi bir bozukluk olarak sınıflandırılmamıştır. Resmi olarak tanınan bağımlılıklar, Amerikan Psikoloji Derneği›nin (American Psychological Association: APA) bir yayını olan Ruhsal Bozuklukların Tanısal ve İstatistiksel El Kitabında (Diagnostic and Statistical Manual of Mental Disorders: DSM) listelenmiştir. Şu anda DSM›de sınıflandırılan bağımlılıkların neredeyse tamamı alkol ve uyuşturucu gibi maddelerin kötüye kullanılmasından kaynaklanmaktadır. Kumar, APA›nın tanıdığı tek davranışsal bağımlılıktır. IAD›nin kılavuza eklenmesi gerekip gerekmediği konusunda kapsamlı bir anlaşmazlık vardır. Birçok uzman, İnternet bağımlılığının tıpkı kumar oynama veya alkolizm gibi ciddi bir tıbbi durum olduğu ve bu şekilde kabul edilmesi gerektiği konusunda ısrar etmektedir. Bununla birlikte, bazı uzmanlar da, internet›in aşırı kullanımının gerçek bir bağımlılık

olmadığını, yalnızca diğer sorunların bir belirtisi veya öz kontrol eksikliği olduğunu savunmaktadır (Nakaya, 2015: 11).

İnternet bağımlılığının bireyler üzerindeki etkileri genel olarak şu şekilde sıralanabilir (Baltacı ve Bacanlı, 2020: 663): (a) hem aile hem de arkadaşlarla ilişkilerde bozulma veya kopmalar, (b) okul performansında ve akademik başarıda olumsuz deneyimler, (c) Kötü beslenme alışkanlıkları, hareketsizlik vb. nedeniyle fiziksel sağlık sorunları, (d) Zihinsel çöküntü ve tolerans kaybı olasılığı, (e) Depresyon düzeylerinin artması gibi psikolojik sorunlar, (f) Sosyalleşme sürecindeki sorunlar, (g) uykusuzluk veya düzensiz uyku alışkanlıkları, (h) internet alanı dışındaki diğer faaliyetlere karşı isteksizlik.

İnternet Bağımlılığının Nedenleri

Bazı işletmeler, insanların çevrimiçi olma ilgisinden yararlanmak için çok çalışmaktadır. Sosyal ağ siteleri, oyunlar ve diğer çeşitli çevrimiçi etkinlikler oluşturan şirketler, insanları web sitelerine çekerek ve onları mümkün olduğunca uzun süre orada tutarak büyük miktarlarda kazanç sağlamaktadır. Bağımlılık bu şirketlerin çıkarına sonuçlar vermektedir. Sonuç olarak bu şirketler, sitelerini nasıl daha çekici hale getireceklerini anlamak için zaman harcamakta ve büyük yatırımlar yapmaktadır (Nakaya, 2015: 18).

Dopamin ve Bağımlılık

Dopamin, beyin tarafından üretilen bir nörotransmiterdir ve bağımlılıkta önemli bir rol oynamaktadır. Araştırmacılar, internet kullanımı da dahil olmak üzere belirli davranışların dopamin salınımını uyardığını ve bu salınımın bir zevk hissi yarattığını tespit etmiştir. Bir kişi, dopamin salınımına neden olan şeye bağımlı hale gelebilmekte ve zevkli duyguyu yeniden yaşamak için bu davranışa tekrar tekrar girişebilmektedir. Alkolizm ve uyuşturucu bağımlılığı da dahil olmak üzere çok sayıda bağımlılık dopamin salınımı ile ilgilidir. Bazı insanlar için dopamine'den hissettiği yüksekliğe duyulan arzu o kadar güçlüdür ki, buna karşı bir özlem geliştirmekte ve elde edemedikleri zaman endişeli ve mutsuz olmaktadırlar. Bu nedenle, bağımlılığın nesnesi, bağımlılar için hayatlarındaki her şeyden daha önemli hale gelmektedir (Nakaya, 2015: 11).

İnternet Bağımlılığının Belirtileri

İnternet bağımlılığını tam olarak neyin oluşturduğuna ilişkin tanımlar büyük ölçüde farklılık göstermektedir. Bağımlıların çevrimiçi ortamda çok fazla zaman harcadıkları ve İnternet kullanmanın hayatlarındaki en önemli şeylerden biri haline geldiği konusunda uzmanlar hemfikirdir. Bağımlılık belirtileri arasında, internette daha fazla zaman geçirme ihtiyacı, internet kullanımını azaltmaya yönelik başarısız çabalar, problemlerden veya mutsuzluktan kaçmak için interneti kullanmak, kişinin İnternet kullanımının kapsamını ve internette geçirilen zamanı azaltmaya çalışırken kendini huzursuz, huysuz ve sinirli hissetmek gelmektedir (Nakaya, 2015: 11).

İnternet bağımlılığı hem fiziksel hem de duygusal belirtilerle kendini göstermektedir. Ancak, bu özellikler her kişi için değişebilmektedir. Bunlar temel olarak bir bağımlılığın gelişmekte olabileceğine dair uyarı sinyalleridir.

Bağımlılık oranlarını belirlemek zordur ve tahminler, incelenen ülkeye ve araştırmacıların bağımlılığı tanımlama biçimine bağlı olarak büyük ölçüde değişmektedir. Bazı uzman kişiler oranların son derece yüksek olduğuna inanmaktadır. Örneğin, İnternet Bağımlılığı Merkezi (Center for Internet Addiction), 8 Amerikalıdan 1'inin (veya yüzde 12,5'inin) sorunlu internet kullanımı yaşadığını tahmin etmektedir (Nakaya, 2015: 11).

Akıllı Telefon Bağımlılığı

Birçok araştırma, akıllı telefonların sosyal ağlara ve diğer web sitelerine sürekli ve kolay bir bağlantı sağlaması nedeniyle internet bağımlılığının cep telefonları tarafından daha da kötüleştirildiğini ortaya koymaktadır. Birçok insan telefonlarına bağımlılık belirtileri göstermekte, telefonlarını sık sık kontrol etmekte ve uzun süre telefonsuz olamayacaklarını düşünmektedir.

Cep telefonlarının ve akıllı telefonların coğrafi kısıtlama olmaksızın kalıcı olarak erişilebilir ve kullanılabilir olması bu araçları bağımlılık unsuru haline getirmektedir. Akıllı telefon bağımlılığının İnternet bağımlılığına benzer birçok yönü bulunmaktadır. Bu bozukluk, kişinin telefonundan ayrılmanın panik korkusu olarak tanımlanmaktadır (Shah, 2013).

Akıllı telefon, kullanıcılar için sadece bir arama cihazı ve oyun konsolu değil, aynı zamanda onlara eğlence getiren, yorgunluklarını ve endişelerini gideren ve kendilerini güvende hissettiren bir arkadaştır. Akıllı telefon kullanıcıları için akıllı telefon dünyası, Twitter veya Facebook gibi bir sosyal ağ hizmeti sitesi tarafından oluşturulan küçültülmüş gerçek bir topluluk veya toplumdur. "Aşırı kullanım", kişinin akıllı telefonunu kontrolsüz bir şekilde kullanması, başkalarından yardım istemek yerine akıllı telefonuyla arama yapmayı tercih etmesi, sürekli şarj çantasını hazırlaması ve kullanmayı bıraktıktan hemen sonra akıllı telefonunu tekrar kullanma isteği duyması anlamına gelmektedir (Kwon vd., 2013: 7).

Akıllı telefonlar, telefon ve mesajlaşma hizmetlerine ek olarak, kullanıcıların gerçek zamanlı yayınlar yapmasına, e-posta gönderip almasına, küresel konumlandırma sistemi (GPS) hizmetlerinden yararlanmasına ve oyun oynamasına olanak tanımaktadır. Ayrıca akıllı telefonlar, çevrimiçi hizmetlerle sürekli etkileşime izin veren güçlü bir teknolojiye sahiptir. Böylece kullanıcıların, çok çeşitli içeriklere ulaşmaları ve uygulamaları kullanmaları kolaylaşmaktadır. Bu çekici işlevler/uygulamalar ve kolay erişim sayesinde, akıllı telefon kullanıcıları bu tür cihazlara bağımlı hale gelmiş veya bilinçli bir öz denetim olmaksızın telefonlarını aşırı derecede kontrol etme alışkanlığı edinmiştir (Kim vd., 2017: 699).

Örneğin otobüs duraklarında bekleyen yolcular, ölü zamanlarını değerlendirmek ve akıllı telefonlar tarafından sağlanan imkanlardan yararlanmak için bu tür cihazları hemen kullanma eğilimindedirler. Bu nedenle, akıllı telefon kullanımından alınan hazlar, bu cihazların tekrar tekrar veya aşırı kullanımına yol açarak nihayetinde akıllı telefon bağımlılığına neden olabilmektedir (Kim vd., 2017: 699).

Akıllı Telefon Bağımlılığının Olumsuz Etkileri

Gece akıllı telefon kullanımının veya akıllı telefonun aşırı kullanımının uyku miktarını ve kalitesini etkilediği ve ertesi günün verimliliğini azalttığı çok sayıda akademik araştırma tarafından ortaya konulmuştur. Ebeveynler ve çocukları arasındaki aile iletişimi veya sosyal katılım alanı da akıllı telefonların veya mobil cihazların aşırı kullanımından etkilenmektedir (Kim vd., 2017: 700).

Sosyal Medya Bağımlılığı

Sosyal medya, popülaritesini artırmaya devam eden ve artan internet bağımlılığı oranlarına katkıda bulunan belirli bir internet kullanımı türüdür. Sosyal medya, "insanlar arasında sanal topluluklar ve ağlarda bilgi ve fikir oluşturdukları, paylaştıkları veya alışverişinde bulundukları sosyal etkileşimi" kolaylaştıran teknolojik bir platform olarak tanımlanmaktadır. Sosyal medya bağımlılığı ise, sosyal ağ sitelerine gerektiğinden daha fazla önem atfetmek veya bu tarzdan ağlara giriş yapmak için güçlü bir motivasyonla yönlendirilmek ve böylece normal sosyal aktiviteleri ve/veya psikolojik sağlığı ve esenliği bozmak olarak tanımlanmaktadır (Alaika vd., 2020: 4).

Bağımlılık yapan sosyal medya kullanımı, diğer herhangi bir madde kullanım bozukluğuna çok benzemektedir. Sosyal medya kullanımı kısıtlandığında veya durdurulduğunda hoş olmayan fiziksel ve duygusal semptomlar ortaya çıkmaktadır. Facebook, Snapchat ve Instagram gibi sosyal medya platformları, tüketicilerin ürünlerini mümkün olduğunca kullanmalarını sağlamak için sürekli yeni yöntemler ve uygulamalar geliştirmektedir. Araştırmalar, bu sitelerden gelen sürekli retweet, beğeni ve paylaşım akışının, beynin ödül alanının kokain gibi ilaçlarla görülen aynı tür kimyasal reaksiyonu tetiklemesine neden olduğunu göstermiştir (Hilliard, 2022).

İNTERNET BAĞIMLILIĞI VE TRAFİK KAZALARI

Motorlu araç kazaları, yaralanma kaynaklı ölümlerin ilk iki nedeni arasında yer almaktadır. Ayrıca işle ilgili ölümlerin de bir numaralı nedenidir. Araç kazaları, araçların içinde ve dışında bulunan kişilerin yanı sıra motosikletliler, bisikletliler ve araçların çarptığı yayaları da kapsamaktadır. Binlerce ölüme ek olarak, çok daha fazla insan motorlu taşıt kazalarında hayatını değiştiren ciddi yaralanmalara maruz kalmaktadır (National Safety Council, 2012: 3).

Zihinsel iş yükünden kaynaklanan trafikteki insan hataları ve güvenlik kurallarının ve trafik kurallarının ihlali, karayolu kazalarında çok önemli bir faktör olarak öne çıkmaktadır. Trafik kazalarına yol açan başlıca insan hataları arasında, öncelikle

sürüş sırasındaki çoklu görev faaliyetleri nedeniyle sürücünün dikkatinin dağılması önemli bir rol oynamaktadır. Kendi başına sürüş, karar verme süreçlerini de içeren birkaç basit ve daha karmaşık görevi içerir; ancak, multimedya sistemlerinin mevcudiyeti ve aracın dışındaki diğer dikkat dağıtıcı unsurlar da dahil olmak üzere, sürüş zorlu bir "çoklu görev ortamı" haline gelmektedir (Fraschetti vd., 2021:2).

Sürüş sırasında ortak bir çoklu görev kesinlikle cep telefonlarının kullanılmasıdır (örneğin, elde taşınır veya eller serbest mesajlaşma) ve bunun sonucunda bireyin performansı üzerinde olumsuz etkiler meydana gelmektedir. Sürücüler gibi yayalar da her zaman elde taşınan cihazları kullanmak, müzik dinlemek, atıştırmak veya yürürken dikkatlerini çeken kitap okumak gibi çoklu görevlerle meşgul olmuşlardır. Dikkati dağılmış yürüyüşün etkileri, dikkati dağılmış sürüşte yaşananlara benzemektedir. Yürürken cep telefonu kullanmak yayaların çevrelerindeki nesneleri görsel olarak algılama ve ayrıntıları toplama becerisi üzerinde olumsuz etki meydana getirmektedir (Mwakalonge vd., 2015: 327).

Akıllı telefonların aşırı kullanımının neden olduğu olumsuz sonuçlar günümüz toplumunda kolaylıkla görülebilmektedir. Karşıdan karşıya geçerken trafik sinyalini kontrol etmeden akıllı telefon videolarını izleyen yayalar arabaların çarpması tehlikesiyle karşı karşıyadır. Araba kullanırken akıllı telefonuyla uğraşmak araba kazalarına yol açmaktadır (Kwon vd., 2013: 1). Sonuç olarak, sürüş ya da yürüyüş esnasında cep telefonu kullanıcılarının olağandışı etkinlik fark etmedeki başarısızlığı kaza riskini oluşturan en önemli unsurlardandır.

Trafikte Akıllı Telefonla Meşgul Olmak

Cep telefonu sahipliği dünya çapında hızla artarken, cep telefonlarının araçlarda kullanımı da giderek yaygınlaşmaktadır. Elde taşınan cep telefonlarının artan kullanımının yanı sıra, Bluetooth teknolojisi ile donatılan yeni araçlar, sesli aktivasyonu ve eller serbest telefon kullanımını kolaylaştırmaktadır (WHO, 2011: 15).

Yürüyüş esnasında veya araç kullanırken cep telefonuyla meşgul olmanın nedenleri, arama yapmak veya çağrıyı cevaplamak, kısa mesaj göndermek veya web içeriği okumaktır. Bu tür cep telefonu kullanımına yönelik davranışsal karar, sürücülerin bu faaliyetlerin riskine ilişkin algılarıyla ilgilidir (Zhou vd., 2016:2).

Cep telefonu kullanmanın pratik, sosyal ve psikolojik faydaları göz önüne alındığında, cep telefonu kullanıcılarının genel olarak faydaların risklerinden daha fazla olduğunu düşünmektedir. Bu nedenle, sürücüler araç kullanırken cep telefonu kullanımına yönelik olumlu tutum takınmakta ve riske girmekte sakınca görmemektedir (Walsh vd., 2008: 1893). Akıllı telefonlara yoğun bir şekilde bağımlı olan sürücüler ise araba kullanırken, çarpışma risklerini düşünmeden ve bilinçsizce telefonlarını kullanmaktadır (Yeo ve Park, 2021: 12).

Sürücüler cep telefonlarını kullanırken kaza yapma riski dört kat daha fazladır. Aslında, sürüş sırasında cep telefonunun kullanılması bir tür dikkatsiz körlüğe neden olmaktadır. Bu da sürücülerin kendi görüş alanlarındaki bilgileri fark edememeleri anlamına gelmektedir (Fraschetti vd., 2021:2).

Cep telefonlarıyla arama ve mesajlaşma, dikkat dağınıklığının önde gelen nedenleridir. Sürüş sırasında araç telefonu konuşmaları sürücülerin zihinsel iş yükünü ve stres seviyelerini arttırmakta ve tepki sürelerini yavaşlatarak sürüş performanslarını bozmaktadır (Allsopp, 2001: 13). Konuşmaya dikkat etmekten, dinlemeden ve bedensiz bir sese yanıt vermekten kaynaklanan bilişsel dikkat dağınıklığı, çok sayıda sürüş bozukluğuna katkıda bulunmaktadır (National Safety Council, 2012: 4).

İnsan beyninin dikkat için sınırlı kapasitesi vardır. Çok fazla bilgi olduğunda, beyin kodlama için hangi bilgilerin seçileceğine karar vermelidir. Bazı karar süreçleri bilinçlidir ve kişinin kontrolü altındadır. Ancak çoğu kararlar bilinçsizdir ve kişi çoğu zaman bunların farkında olmaz. Bu nedenle, insanlar beynin hangi bilgileri işlediğini ve hangi bilgileri filtrelediğini kontrol edemezler. Araba sürerken cep telefonuyla konuşan bir kişinin beyni, bölünmüş dikkat ile uğraşmaktadır. Beyin, gelen tüm bilgiler tarafından aşırı yüklenmiştir. Bu aşırı yükün üstesinden gelmek için, sürücünün beyni tüm bilgileri kodlamaz ve saklamaz. Bazı bilgiler dikkat ve olası eylem için önceliklendirilirken, bazıları filtrelenmektedir. Sürücü, hangi kritik karayolu bilgilerinin filtrelendiğinin bilinçli olarak farkında olmaz. Filtrelenen bilgiler kısa süreli belleğe kodlanmadığında performans bozulmaktadır. Beyin kritik bilgileri işlemez ve sürücüyü potansiyel olarak tehlikeli durumlara karşı uyarmaz. Bu nedenle, insanlar sürüş sırasında cep telefonu konuşmaları yaparken kritik navigasyon ve güvenlik tehlikeleri uyarılarını kaçırırlar (National Safety Council, 2012: 4). Elde tutulan cep telefonları önemli ölçüde dikkat dağınıklığına neden olmaktadır. Bu etki eller serbest telefonlarla azaltılabilmektedir. Ancak telefon görüşmesinin zihinsel çabasının neden olduğu bazı bilişsel dikkat dağınıklığı hala devam etmektedir (Allsopp, 2001: 13). Araştırmalar, cep telefonu kullanan sürücülerin bir kazaya karışma olasılığının, bir sürücünün telefon kullanmayan bir sürücüye göre yaklaşık dört kat daha fazla olduğunu ortaya koymaktadır. Ayrıca, eller serbest telefon görüşmesinin elde telefon görüşmesinden daha güvenli olduğunu gösteren kesin bir kanıt yoktur (WHO, 2011: 3).

Ölümcül ve ciddi yaralanmalı kazalarda sürücünün dikkati dağılması, alkol ve hıza eşlik etmektedir. Ulusal Güvenlik Konseyi, 2010›daki ABD'deki tüm kazaların yüzde 21›inin cep telefonlarıyla konuşmayı içerdiğini ve kazaların en az yüzde üçünün mesajlaşmaktan kaynaklandığını tahmin etmektedir (National Safety Council, 2012: 3).

Bazı araştırmalar, cep telefonu kullanımıyla ilişkili sürüş davranışındaki bozuklukların alkollü araç kullanmayla ilişkili olanlar kadar derin olduğunu

bulmuştur. Gerçekten de Birleşik Krallık'ta yapılan bir araştırma, kandaki alkol seviyesinin Birleşik Krallık'ın yasal sınırında (80 mg/100 ml) olmasından çok, bir telefon görüşmesi sırasında araç kullanma davranışının daha tehlikeli olduğu sonucuna varmıştır. Bununla birlikte, cep telefonu kullanımından kaynaklanan sürüş bozuklukları geçicidir ve dikkatin sürüş görevinden geçici olarak dağılmasına neden olurken, alkolün etkisinin çok daha uzun süre devam ettiği unutulmamalıdır (WHO, 2011: 21).

Zihinsel (bilişsel) görevler aynı anda yapıldığında her iki görevin performansı da olduğundan daha kötüdür. Bir sürücü sürüş sırasında cep telefonu kullandığında bilişsel süreçler birbiriyle rekabet etmektedir. Sürücü dikkatinin bir kısmını telefona bir kısmını da yola ayırmaktadır. değişen yol ve trafik koşullarını takip etmek ve telefon işlemini sürdürmek arasında bölünen bilişsel görevlerin birbiriyle rekabeti aracı güvenli bir şekilde sürmeyi imkansız hale getirmektedir (Allsopp, 2001: 1).

Cep telefonu kullanımı, kahve içmek veya sandviç yemek gibi diğer daha "geleneksel" dikkat dağıtma kaynaklarından daha fazla etkileşim gerektirmektedir (WHO, 2011: 44). Bunun nedeni, sürücülerin aynı anda hem telefon ederek hem de araç kullanarak yalnızca fiziksel olarak dikkatlerinin dağılması değil, aynı zamanda dikkatlerini dahil oldukları konuşma ve sürüşle ilgili görevler arasında bölmek zorunda kaldıkları için bilişsel olarak da dikkatlerinin dağılmış olmasıdır.

Sürüş sırasında cep telefonu kullanımı çoğu ülkede ciddi bir trafik suçudur. Araba kullanırken cep telefonuna daha fazla zaman ve dikkat verme olasılığı internet erişiminden yararlanıldığında daha yüksektir. Bir mesajı okumak veya cevaplamak, cep telefonuyla konuşmaya göre daha fazla dikkat ve uyanıklık gerektirirken, internette sörf yapmak daha fazla fiziksel ve bilişsel yetenek ve çaba gerektirmektedir. Bu davranış kalıbı, sürüş performansını olumsuz etkilemekte ve yol ihlaline katkıda bulunmaktadır. Yollarda meydana gelen trafik kazalarının büyük bir kısmı sürücülerin sürüş esnasında cep telefonuna odaklanmalarından kaynaklanmaktadır (Masuri vd., 2019: 3).

Akıllı Telefon Bağımlılığı ve Kazalar

Bazı davranışlar için sosyal ve yasal düzenlemeler olmasına rağmen, sürücüler kaza riskinin yüksek olduğu durumlarda bile cep telefonu kullanımına ilişkin bu yasaklayıcı düzenlemeleri dikkate almamaktadır. Risklere ve kullanım yasağına rağmen insanların araba kullanırken cep telefonu kullanımıyla ilgili davranışsal problem, sonucunun farkında olmalarına rağmen bu davranışa devam etmeleridir. Bağımlılık kelimesi, özellikle bağımlılığın psikolojik yordayıcıları, araç kullanırken cep telefonu kullanımına bağlı davranış problemlerindeki artışın nedenini açıklamak için kullanılmaktadır (Shokri vd., 2017: 98).

Bağımlı kişiler, bazı davranışların doğasında bulunan yasadışı davranışlara ve durdurma taleplerine rağmen ilgili davranış içerisinde etkileşime devam etmektedir. Sürüş sırasında cep telefonu kullanımı yasal olmasa da, bağımlı insanlar hem

mesajlaşma hem de arama için eller serbest aksesuarları olmadan cep telefonu kullanmaya devam etmektedir.

Son yıllarda internete kablosuz erişim sağlayan ve bir bilgisayarın birçok işlevini yerine getirebilen akıllı telefonlar, sadece arama ve mesajlaşma ile sınırlı olan geleneksel cep telefonlarının yerini almıştır. Akıllı telefonlar her zamankinden daha yaygın hale geldikçe, trafik güvenliği üzerindeki etkileri konusundaki endişeler de artış göstermiştir. Bunun nedeni yalnızca akıllı telefonların genişletilmiş işlevlerinin sürücülerin arama ve mesajlaşmadan daha fazla dikkatini dağıtması değil, aynı zamanda akıllı telefonların bağımlı kullanım kalıplarını tetiklemesidir (Yeo ve Park, 2021: 1).

Kaza riskleri özellikle akıllı telefonların aşırı kullanımı için geçerlidir. Akıllı telefon bağımlısı kullanıcılar, diğer görevleri yerine getirirken telefon içerikleriyle oldukça meşgul olmaktadır. İkili veya çoklu görev (örneğin, aynı anda iki veya daha fazla görevi gerçekleştirmek), hareket halindeki insanlar arasında bile, genellikle çok fazla dikkat gerektirmektedir. Bu da performansın düşmesine ve açık havada olduğu kadar iç mekanlarda da kazaların artmasına neden olmaktadır (Kim vd., 2017: 700).

SONUÇ

Cep telefonlarının artan kullanımı, dünya çapında bilgi ve iletişim teknolojisinin daha geniş entegrasyonunun bir parçası olup, anında ve sürekli bilgi akışına ve sosyal ağlara olanak tanımaktadır. Mobil ve akıllı telefonlar, MP3 çalarlar, i-Pod'lar ve Facebook ve Twitter gibi uygulamalar gibi giderek yaygınlaşan elde taşınan cihazlar, birçok toplumda kullanıcıları her zamankinden daha derin bir etkileşime çekmektedir. Bu eğilim özellikle gençler arasında yaygındır. Ancak bu tür cihazların sürekli kullanımıyla ilişkili dikkat dağınıklığı, bu aşırı kullanımın bu tür cihazların aşırı kullanımı olup olmadığı konusunda tartışmalara yol açmaktadır.

Sosyal medya kullanımı günlük hayatın ayrılmaz bir parçası haline gelmiştir. Facebook, Twitter, Instagram gibi sosyal ağ sitelerinin kullanımı, kullanıcıların aidiyet duygusu yaratmalarına ve varlık biçimlerini yeniden tanımlamalarına olanak tanıdığı için modern iletişim ve bağlantı kurma yollarının başında gelmektedir.

Sağlıklı ve bağımlı internet veya telefon kullanımı arasında ince bir çizgi vardır. Bir cihaza çok fazla bağlı olmak, mobil bağımlılığa yol açabilmektedir. İnsanların akıllı telefonlarına bağımlı hale gelebileceğini kabul eden artan sayıda akıl sağlığı uzmanı vardır. İnternet ve/veya akıllı telefon bağımlılığı nispeten yeni bir kavramdır. Ancak dünya çapında birçok tıp uzmanı ve araştırmacı tarafından davranışsal bir bağımlılık olarak kabul edilmektedir. Uzmanlar, internetin çoğu insanın hayatının ayrılmaz bir parçası olduğu için herkesin risk altında olduğu konusunda endişelenmektedir.

Sürüş esnasında cep telefonu kullanımı sürücülerin gözlerini yoldan, ellerini direksiyondan ve akıllarını yoldan ve çevreden ayırmalarına neden olmaktadır. Trafik kazaları üzerinde en büyük etkiye sahip olan, bilişsel dikkat dağınıklığı olarak bilinen bu son dikkat dağınıklığı türüdür. İnsanlar, aynı anda iki dikkat gerektiren görevi yerine getirmeye çalışırken aynı performansı gösterememektedir. Araştırmalar, yayaların bile cep telefonuyla konuşurken çevrelerini güvenlik açısından etkin bir şekilde izlemediğini göstermektedir. Bir araç kullanmanın yürümekten daha karmaşık bir dizi görevi içerdiği açıktır. Araştırmalar, sürücülerin ikincil bir görevdeyken güvenli bir şekilde araç sürmek için gerekli olan birincil görevleri yerine getirmelerinin zor olduğunu göstermektedir. Sonuç, sürüş performanslarının çeşitli şekillerde bozulmasıdır.

Akıllı telefonların yaygınlığı ve kullanım alışkanlıklarındaki değişikliklerle birlikte sürüş sırasında akıllı telefon kullanımı trafik güvenliği için ciddi bir tehdit olarak görülmektedir. Bununla birlikte, sürüş sırasında akıllı telefon kullanımı davranışına bağımlılık kalıplarının eklenmesi trafik kazası gibi sonuçları daha da artırmaktadır.

Sürücüler araç kullanırken cep telefonu kullanmanın risklerinin farkında gibi görünseler de bu risklerin hafife alınması, sürücülerin güvenli olmayan sürüş uygulamalarına girme olasılığının daha yüksek olmasına neden olmaktadır. Ayrıca sürüş sırasında cep telefonu kullanan sürücülerin oranının eller serbest cep telefonlarının kullanımıyla daha da arttığı görülmektedir.

Araba kullanırken cep telefonu kullanmanın tehlikeleri yaygın olarak bilinmektedir. Ancak bağımlı kullanıcılar bir telefonun sağladığı küçük bir bağlantı sarsıntısının peşindeyken riski görmezden gelmektedir. Sürüş sırasında trafik yaptırımları ve güvenlik kampanyaları gibi önlemlerin akıllı telefon bağımlılığı ile mücadelede etkili olması beklenmektedir.

KAYNAKÇA

Alaika, O., Doghmi, N. and Cherti, M. (2020). Social media addiction among Moroccan university students: a cross sectional survey. PAMJ - One Health, 1(4) 1-12.

Allsopp, L. M. (2001). The risk of using a mobile phone while driving, RoSPA Research Report, RoSPA, UK.

Baltacı, Ö. ve Bacanlı, F. (2020). Psychosocial factors that predict ınternet addiction. Turkish Psychological Counseling and Guidance Journal, 10(59), 661-679.

Fraschetti, A., Cordellieri, P., Lausi, G., Mari, E., Paoli, E., Burrai, J., Quaglieri, A., Baldi, M., Pizzo, A. and Giannini, A.M. (2021). Mobile phone use "on the road": A self-report study on young drivers. Frontiers Psychology, 12:620653. doi: 10.3389/fpsyg.2021.620653

Hilliard, J. (2022). Social media addiction. Web: https://www.addictioncenter.com/drugs/social-media-addiction/ adresinden 8 Haziran 2022'de alınmıştır.

Kim, H., Min, J., Kim, H. and Min, K. (2017). Accident risk associated with smartphone addiction: A study on university students in Korea. Journal of Behavioral Addictions, 6(4), 699-707.

Kwon, M., Lee, J. Y., Won, W.Y., Park, J. W., Min, J. A., Hahn, C., Gu, X., Choi, J. and Kim, D. (2013). Development and Validation of a Smartphone Addiction Scale (SAS). PLoS ONE. 8(2): e56936. doi:10.1371/journal.pone.0056936

Masuri, M. G., Samad, N. A. A., Dahlan, A. and Isa, K. A. M. (2019). Attitude towards safe driving and ınternet addiction among young adult in Malaysia. Journal of Asİan Behavioural Studies, 4(14), 1-15.

Mwakalonge, J., Siuhi, S. and White, J. (2015). Distracted walking: Examining the extent to pedestrian safety problems. Journal of Traffic and Transportation Engineering, 2(5), 327-337.

Nakaya, A. C. (2015). Internet and Social Media Addiction. United States: ReferencePoint Press, Inc.

National Safety Council (2012). Understanding the distracted brain why driving while using hands-free cell phones is risky behavior. White Paper, USA: National Safety Council.

Sedaghati, B. S., Davoodi, S.R., Azimmohseni, M. and Khoshfar G. (2018). Drivers' Addiction toward cell phone use while driving. Health in Emergencies and Disasters Quarterly. 3(2), 97-104.

Shah, N. (2013). The 10-step stress solution: live more, relax more, reenergize. New York: Penguin.

Walsh, S. P., White, K. M., Hyde, M. K. and Watson, B. (2008). Dialling and driving: Factors influencing intentions to use a mobile phone while driving. Accident Analysis & Prevention, 40(6), 1893-1900.

WHO (2011). Mobile phone use: a growingproblem of driver distraction. Belgium: World Health Organization Press.

Yeo, J. and Park, S. H. (2021). Effect of smartphone dependency on smartphone use while driving. Sustainability, 13, 5604. https://doi.org/10.3390/su13105604

Zhou, R., Yu, M., and Wang, X. (2016). Why do drivers use mobile phones while driving? the contribution of compensatory beliefs. PLoS ONE, 11 (8): e0160288. doi:10.1371/journal.pone.0160288