



Türkiye'de insanların, günde ortalama 4 saat televizyon başında zaman geçirdiği ve Türk insanının yüzde 10'unun televizyon bağımlısı olduğu ortaya çıktı.

Fırat Üniversitesi İletişim Fakültesi Öğretim Üyesi Yrd. Doç. Dr. Vedat Çakır ve Yrd. Doç. Dr. Vesile Çakır tarafından, 556 kişi üzerinde yapılan araştırmaya göre, Türk insanının yüzde 10'u televizyon bağımlısı ve günlük ortalama 4 saatini televizyon başında geçiriyor. Televizyonda izlenen program türlerinde ise 1. sırayı haber bültenleri, 2. sırayı diziler ve 3. sırayı ise dini programlar alıyor.

Çakır, araştırmanın, Türk insanların televizyon bağımlılığı konusunda Avrupalı ve Amerikalı halkla benzerlik gösterdiğini söyledi. Çakır, 'Televizyon izleme süresi arttıkça bağımlılık düzeyi de artıyor. Bağımlılık ile yalnızlık düzeyi arasında doğrusal bir ilişki var. Amerikan Psikiyatri Birliği'nin madde bağımlılığı ölçeğini kullanarak araştırmamızı gerçekleştirdik. Deneklerimiz üzerinde yaptığımız araştırmaya göre, günde 14 saat televizyon izleyen bireyler dahi bulunmakta.' dedi.

### **'TELEVİZYON BAĞIMLILIĞI MADDE BAĞIMLILIĞINA BENZİYOR'**

Televizyon bağımlılığını madde bağımlılığına benzeten Çakır, 'Kimlere televizyon bağımlısı denilebilir. Bir kişinin televizyon bağımlısı olarak tanımlanabilmesi için ne tür belirtiler göstermesi gerekir. Pek çoğumuzun aklına çok fazla televizyon izleyen insanlar bağımlıdır şeklinde bir cevap gelebilir. Ancak alkolizm üzerine yapılan araştırmalar, diğer belirtiler görülmediği sürece sadece çok içmenin alkol bağımlısı teşhisi için yeterli olmadığını göstermektedir. Konuya açıklık getirmek amacıyla televizyon izleme deneyimi gibi davranışsal bağımlılıklar artık madde bağımlılığı gibi kimyasal bağımlılıklar için geliştirilen ölçütler ile karşılaştırılarak söz konusu sorulara yanıtlar aranmaktadır.' ifadelerini kullandı.

Televizyon bağımlılığının sebeplerini herhangi bir kimyasal maddeye bağımlılığının psikolojik sebeplerine benzediğinin altını çizen Çakır, 'Televizyon bağımlılığı televizyonun özellikle kimi zaman baş edilmeyen sorunlardan, rahatsız edici olumsuz düşüncelerden ve uzaklaşmak

istenen ortamdaki kaçışı sağlayan bir araç, kimi zaman da kaçış yeri olma özelliği ile madde bağımlılığına son derece benziyor.' diye konuştu.

Araştırmadaki diğer sonuçlar ise şöyle- Kadınlar, erkeklerden daha fazla televizyon seyrediyor. Araştırmaya katılanların neredeyse yarısı toplum içerisinde kendisini yalnız hissediyor. Yaş ve yalnızlık duygusu arttıkça televizyon izleme süresi de artıyor. Gelir ve eğitim düzeyi arttıkça ise televizyon izleme süresi azalıyor. Araştırmaya katılanların yüzde 65'i, televizyonun bağımlılık yaptığına inanıyor ama kendini televizyon bağımlısı olarak değerlendirmiyor. Literatürk Yayınevi'nden çıkan 'Televizyon Bağımlılığı' isimli kitapta konuyla ilgili geniş bilgilere ulaşılabilir.