



T.C.
NECMETTİN ERBAKAN ÜNİVERSİTESİ
SAĞLIK BİLİMLERİ ENSTİTÜSÜ



Sosyal Hizmet Anabilim Dalı
Sosyal Hizmet

Yüksek Lisans Tezi

**OKUL ÖNCESİ DÖNEM ÇOCUKLARINDA DİJİTAL TEKNOLOJİ
BAĞIMLILIĞI İLE ANNE ÇOCUK İHMALİ ARASINDAKİ İLİŞKİDE
AİLE RUTİNLERİNİN ARACI ROLÜ**

Enes IŞIK
ORCID: 0009-0003-7025-2406

Danışman
Prof. Dr. Neslihan DURMUŞOĞLU SALTALI
ORCID: 0000-0002-6912-7080

İkinci Danışman
Doç. Dr. Nesibe GÜNAY MOLU
ORCID: 0000-0002-2452-6205

Konya – 2026



ÖN SÖZ VE TEŞEKKÜR

Tez çalışmam süresince desteğini hiç esirgemeyen, motivasyonumu her daim yüksek tutan, akademik bilgi ve birikimleriyle çalışmama katkı sunan değerli danışman hocalarım Sayın Prof. Dr. Neslihan DURMUŞOĞLU SALTALI ve Sayın Doç. Dr. Nesibe GÜNAY MOLU'ya en içten şükranlarımı sunarım.

Araştırmamın veri toplama aşamasında gerekli kurum izinlerinin alınması sürecinde bana yol gösteren ve süreçlerin hızlı tamamlanmasına katkı sağlayan dönemin Kahramankazan İlçe Milli Eğitim Müdürü Sayın Kemal YILDIRIM'a nezaketi ve destekleri için teşekkürlerimi sunarım.

Son olarak, hayatım boyunca desteklerini daima hissettiğim ve bugünlere gelmemde en büyük pay sahibi olan kıymetli aileme sonsuz teşekkürlerimi sunarım.

Enes IŞIK
Şubat 2026

İÇİNDEKİLER

ÖN SÖZ VE TEŞEKKÜR	iii
İÇİNDEKİLER.....	iv
TEZ ONAY SAYFASI	vi
TEZ ÇALIŞMASI ORJİNALLİK RAPORU	vii
BİLİMSEL ETİK BEYANNAMESİ	viii
KISALTMALAR	ix
TABLolar LİSTESİ	x
ŞEKİLLER LİSTESİ.....	xi
ÖZET	xii
ABSTRACT	xiii
1. GİRİŞ VE AMAÇ	1
2. GENEL BİLGİLER	5
2.1. Çocuk Kavramı	5
2.1.1. Okul öncesi dönemde çocuk	5
2.1.2. Okul öncesi dönemdeki çocuğun gelişim özellikleri	5
2.2. Bağımlılık Kavramı.....	8
2.2.1. Bağımlılığın türleri	8
2.2.2. Dijital bağımlılık	11
2.2.3. Dijital bağımlılığın tarihçesi.....	13
2.2.4. Türkiye’de ve dünyada dijital teknoloji kullanımı	14
2.2.5. Dijital bağımlılık türleri	16
2.2.6. Dijital bağımlılığa etki eden etmenler	25
2.2.7. Dijital bağımlılığın sebep olduğu sorunlar	27
2.2.8. Dijital bağımlılığın tanı kriterleri	30
2.2.9. Okul öncesi çocuklarda dijital bağımlılık	32
2.3. Anne Çocuk İhmali.....	40
2.3.1. Çocuk ihmalinin türleri	40
2.3.2. Çocuk ihmalinin sonuçları	41
2.3.3. İhmalin okul öncesi çocuklara etkisi	42
2.4. Aile Rutinleri	42
2.4.1. Aile kavramı	42
2.4.2. Rutin kavramı	43
2.4.3. Aile rutinleri	43
2.4.4. Aile rutinlerinin faydaları	44
2.4.5. Okul öncesi dönemde aile rutinlerinin önemi	45

2.5. İlgili Yurt İçi ve Yurt Dışı Çalışmalar.....	45
2.5.1. Dijital bağımlılıkla ilgili yurt içi ve yurt dışı çalışmalar	45
2.5.2. Anne çocuk ihmaliyle ilgili yurt içi ve yurt dışı çalışmalar	48
2.5.3. Aile rutinleriyle ilgili yurt içi ve yurt dışı çalışmalar	49
3. GEREÇ VE YÖNTEM	51
3.1. Araştırmanın Deseni	51
3.2. Araştırmanın Yeri ve Zamanı	51
3.3. Evren ve Örneklem.....	51
3.3.1. Dahil edilme kriterleri	53
3.3.2. Dışlama kriterleri.....	53
3.4. Veri Toplama Araçları.....	54
3.4.1. Sosyo-demografik bilgi formu	54
3.4.2. 2-5 Yaş teknoloji bağımlılığı ölçeği (TAS)	54
3.4.3. Anne çocuk ihmal ölçeği	55
3.4.4. Aile rutinleri ölçeği.....	55
3.5. Verilerin Toplanması ve Analizi	57
3.6. Sınırlılıklar	58
3.7. Araştırmanın Etik Boyutu.....	58
4. BULGULAR	61
5. TARTIŞMA.....	69
6. SONUÇ VE ÖNERİLER.....	79
6.1. Sonuç.....	79
6.2. Öneriler.....	80
7. KAYNAKLAR.....	83
8. EKLER.....	99
8.1. EK 1 Etik kurul kararı	99
8.1. EK 2 Sosyo-demografik bilgi formu	100
8.1. EK 3 2-5 Yaş teknoloji bağımlılığı ölçeği	101
8.1. EK 4 Anne çocuk ihmal ölçeği.....	102
8.1. EK 5 Aile rutinleri ölçeği	103
8.1. EK 6 Ölçek izin yazışmaları.....	104
8.1. EK 7 Araştırma uygulama izin belgesi.....	105

TEZ ONAY SAYFASI

Necmettin Erbakan Üniversitesi Sağlık Bilimleri Enstitüsü Sosyal Hizmet Anabilim Dalı Yüksek Lisans Öğrencisi **ENES IŞIK**'ın “**Okul Öncesi Dönem Çocuklarında Dijital Teknoloji Bağımlılığı ile Anne Çocuk İhmali Arasındaki İlişkide Aile Rutinlerinin Aracı Rolü**” başlıklı tezi tarafımızdan incelenmiş; amaç, kapsam ve kalite yönünden Yüksek Lisans Tezi olarak kabul edilmiştir.

Konya / 30.03.2026

Tez Danışmanı	Prof. Dr. Neslihan DURMUŞOĞLU SALTALI Necmettin Erbakan Üniversitesi
Jüri Üyesi	Prof. Dr. Kübra KÜÇÜKŞEN Necmettin Erbakan Üniversitesi
Jüri Üyesi	Prof. Dr. Özlem KARAKUŞ Selçuk Üniversitesi

Yukarıdaki tez, Necmettin Erbakan Üniversitesi Sağlık Bilimleri Enstitüsü Yönetim Kurulunun 08/04/2026 tarih ve 07/16 sayılı kararı ile onaylanmıştır.

Prof. Dr. Hasibe VURAL

Enstitü Müdürü

TEZ ÇALIŞMASI ORJİNALLİK RAPORU

Okul Öncesi Dönem Çocuklarında Dijital Teknoloji Bağımlılığı ile Anne Çocuk İhmali Arasındaki İlişkide Aile Rutinlerinin Aracı Rolü başlıklı tez çalışmamın toplam **85** sayfalık kısmına ilişkin, 08.04.2026 tarihinde tez danışmanım tarafından **Turnitin** adlı intihal tespit programından aşağıda belirtilen filtrelemeler uygulanarak alınmış olan orijinallik raporuna göre, tezimin benzerlik oranı **%8** olarak belirlenmiştir.

Uygulanan filtrelemeler:

1. Tez kabul sayfası hariç
2. Tez çalışması orijinallik raporu sayfası hariç
3. Bilimsel etik beyannamesi sayfası hariç
4. Önsöz hariç
5. İçindekiler hariç
6. Simgeler ve kısaltmalar hariç
7. Materyal ve metot hariç
8. Kaynaklar hariç
9. Alıntılar dahil
10. 7 kelimedenden daha az örtüşme içeren metin kısımları hariç

Necmettin Erbakan Üniversitesi Tez Çalışması Orijinallik Raporu Uygulama Esaslarını inceledim ve tez çalışmamın, bu uygulama esaslarında belirtilen azami benzerlik oranının (%30) altında olduğunu ve intihal içermediğini; aksinin tespit edileceği muhtemel durumda doğabilecek her türlü hukuki sorumluluğu kabul ettiğimi ve yukarıda vermiş olduğum bilgilerin doğru olduğunu beyan ederim.

03.03.2026

Enes IŞIK

Prof. Dr. Neslihan DURMUŞOĞLU SALTALI

BİLİMSEL ETİK BEYANNAMESİ

Bu tezin tamamının kendi çalışmam olduğunu, planlanmasından yazımına kadar tüm aşamalarında bilimsel etiğe ve akademik kurallara özenle riayet edildiğini, tez içindeki bütün bilgilerin etik davranış ve akademik kurallar çerçevesinde elde edilerek sunulduğunu, ayrıca tez hazırlama kurallarına uygun olarak hazırlanan bu çalışmada başkalarının eserlerinden yararlanılması durumunda bilimsel kurallara uygun olarak atıf yapıldığını ve bu kaynakların kaynaklar listesine eklendiğini beyan ederim.

30.03.2026

Enes IŞIK

KISALTMALAR

TAS: Teknoloji Bağımlılığı Ölçeği

DSM: Ruhsal Bozuklukların Tanısal ve İstatistiksel El Kitabı

TÜİK: Türkiye İstatistik Kurumu

MOBİSAD: Mobil İletişim Araçları ve Bilgi Teknolojileri İş Adamları Derneği

SPSS: Sosyal Bilimler İçin İstatistik Programı



TABLULAR LİSTESİ

Tablo No	Sayfa No
Tablo 1. Katılımcıların sosyo-demografik özellikleri (n=675).....	53
Tablo 2. Ölçeklere ilişkin ortalama dağılımı (n=675).....	56
Tablo 3. Duygusal ihmal puanının dijital teknoloji bağımlılığı üzerindeki etkisinde aile rutinlerinin aracı rolü.....	61
Tablo 4. Duygusal ihmalin dijital teknoloji bağımlılığı üzerindeki etkilerinin özeti.....	62
Tablo 5. Eğitimsel ihmal puanının dijital teknoloji bağımlılığı üzerindeki etkisinde aile rutinlerinin aracı rolü.....	63
Tablo 6. Eğitimsel ihmalin dijital teknoloji bağımlılığı üzerindeki etkilerinin özeti.....	64
Tablo 7. Otorite ve denetim ihmali puanının dijital teknoloji bağımlılığı üzerindeki etkisinde aile rutinlerinin aracı rolü.....	65
Tablo 8. Otorite ve denetim ihmalinin dijital teknoloji bağımlılığı üzerindeki etkilerinin özeti.....	66
Tablo 9. Fiziksel ihmal puanının dijital teknoloji bağımlılığı üzerindeki etkisinde aile rutinlerinin aracı rolü.....	67
Tablo 10. Fiziksel ihmalin dijital teknoloji bağımlılığı üzerindeki etkilerinin özeti.....	67

ŞEKİLLER LİSTESİ

Şekil No

Sayfa No

Şekil 1. Duygusal ihmalin dijital teknoloji bağımlılığı üzerindeki etkisinde aile rutinlerinin aracı rolüne ilişkin araştırma modeli (Hayes Process Macro Model 4).....61

Şekil 2. Eğitimsel ihmalin dijital teknoloji bağımlılığı üzerindeki etkisinde aile rutinlerinin aracı rolüne ilişkin araştırma modeli (Hayes Process Macro Model 4).....63

Şekil 3. Otorite ve denetim ihmalinin dijital teknoloji bağımlılığı üzerindeki etkisinde aile rutinlerinin aracı rolüne ilişkin araştırma modeli (Hayes Process Macro Model 4).....65

Şekil 4. Fiziksel ihmalin dijital teknoloji bağımlılığı üzerindeki etkisinde aile rutinlerinin aracı rolüne ilişkin araştırma modeli (Hayes Process Macro Model 4).....67

ÖZET

Necmettin Erbakan Üniversitesi, Sağlık Bilimleri Enstitüsü
Sosyal Hizmet Anabilim Dalı
Sosyal Hizmet
Yüksek Lisans Tezi

OKUL ÖNCESİ DÖNEM ÇOCUKLARINDA DİJİTAL TEKNOLOJİ BAĞIMLILIĞI İLE ANNE ÇOCUK İHMALİ ARASINDAKİ İLİŞKİDE AİLE RUTİNLERİNİN ARACI ROLÜ

Enes IŞIK

Konya-2026

Son yıllarda dünya çapında dijital teknolojilerde meydana gelen hızlı gelişmeler, her yaşta bireyin hayatında köklü değişimler yaratmıştır. Özellikle teknoloji çağının içine doğan okul öncesi dönem çocukları bu etkiyi daha çok hissetmektedir. Dijital teknolojilerin doğru kullanımı hakkında yeterli düzeyde bilgiye sahip olmayan ebeveynler, çocuklarının dijital teknoloji bağımlısı olmasını önlemekte ve dijital teknolojinin zararlarından çocuklarını korumakta güçlük çekmektedir. Türk aile yapısı açısından bakıldığında ebeveynlik rol dağılımı bakımından özellikle okul öncesi dönemde çocukla daha çok vakit geçiren ebeveynin anne olması sebebiyle bu çalışmada dijital teknoloji bağımlılığının anne çocuk ihmali ile ilişkisi araştırılmıştır. Çocuğun dijital teknoloji bağımlılığının hem aile içi rutinler açısından olumsuz değişimler yaratabilecek, hem de ailenin çocuğu ihmal etmesi sürecinde rol alabilecek önemli bir risk faktörü olabileceği düşünülerek dijital teknoloji bağımlılığı ile anne çocuk ihmali arasındaki ilişkide aile rutinlerinin aracı rolünün incelenmesine karar verilmiştir. Aile içerisinde birlikte yemek yemek, eğlenceli vakit geçirmek ve hafta sonu aktiviteleri düzenlemek gibi aile rutinlerinin olması ebeveynlerin çocukları ile daha çok etkileşime geçmesini ve iletişim kurmasını sağlamaktadır. Dolayısıyla aile içi rutinlerin varlığının aile çocuk ihmali açısından koruyucu bir faktör, yokluğunun da bir risk faktörü olabileceği düşünülmektedir. Buradan hareketle çalışmada dijital teknoloji bağımlılığı ile anne çocuk ihmali arasındaki ilişkide aile rutinlerinin aracı rolünün araştırılmasına karar verilmiştir. Çalışmadan elde edilecek sonuçların aile çocuk ilişkileri ve dijital teknoloji bağımlılığı alanında literatüre katkı sağlaması umulmaktadır. Bu noktalardan yola çıkılarak kesitsel ve açıklayıcı desende tasarlanan bu çalışmada okul öncesi dönem çocuklarında dijital teknoloji bağımlılığı ile anne çocuk ihmali arasındaki ilişkide aile rutinlerinin aracı rolü incelenmiştir. Araştırmanın evrenini Ankara ilinde yaşayan okul öncesi eğitime devam eden 48-72 aylık çocuklar ve anneleri oluşturmaktadır. Örneklem büyüklüğü belirlenirken, modelin hassasiyetini en üst düzeyde tutmak amacıyla G*Power (3.1.9.7) programı ile analiz öncesi (a-priori) hesaplaması yapılmıştır. Araştırmaya katılım sağlayan 675 çocuk ve annesinden Sosyo-Demografik Bilgi Formu, 2-5 Yaş Teknoloji Bağımlılığı Ölçeği (TAS), Anne Çocuk İhmal Ölçeği ve Aile Rutinleri Ölçeği kullanılarak veri toplanmıştır. Katılımcılardan elde edilen verilerin analizi için SPSS 22.0 ve SPSS PROCESS MACRO programları kullanılmıştır. Yapılan analizler neticesinde; ihmalin alt boyutlarından olan duygusal ihmali ile dijital teknoloji bağımlılığı arasındaki ilişkide aile rutinlerinin kısmi aracı role sahip olduğu, eğitimsel ihmali ile dijital teknoloji bağımlılığı arasındaki ilişkide aile rutinlerinin tam aracı role sahip olduğu, otorite ve denetim ihmali ile dijital teknoloji bağımlılığı arasındaki ilişkide aile rutinlerinin kısmi aracı role sahip olduğu ve son olarak fiziksel ihmali ile dijital teknoloji bağımlılığı arasındaki ilişkide aile rutinlerinin kısmi aracı role sahip olduğu bulgulanmıştır. Elde edilen bu bulgular, dijital teknoloji bağımlılığı ile anne çocuk ihmali arasındaki ilişkide aile rutinlerinin aracı role sahip olduğunu ortaya koymakta ve sağlam temeller üzerine inşa edilen yapılandırılmış aile rutinlerinin dijital teknoloji bağımlılığı ve anne çocuk ihmali konularında etkili bir başa çıkma mekanizması olabileceğine işaret etmektedir.

Anahtar Kelimeler: Aile rutinleri, Anne çocuk ihmali, Dijital teknoloji bağımlılığı, Okul öncesi dönem.

ABSTRACT

Necmettin Erbakan University, Graduate School of Health Sciences
Department of Social Work
Social Work
Master Thesis

THE MEDIATING ROLE OF FAMILY ROUTINES IN THE RELATIONSHIP BETWEEN DIGITAL TECHNOLOGY ADDICTION AND MATERNAL-CHILD NEGLECT IN PRESCHOOL CHILDREN

Enes İŞİK

Konya-2026

In recent years, the rapid developments in digital technologies worldwide have brought about profound changes in the lives of individuals of all ages. Preschool children, who are born into the age of technology, feel this impact even more strongly. Parents who do not have sufficient knowledge about the proper use of digital technologies struggle to prevent their children from becoming addicted to digital technology and to protect them from its harms. From the perspective of the Turkish family structure, in terms of parental role distribution, it is usually the mother who spends more time with the child during the preschool period. Therefore, this study investigates the relationship between digital technology addiction and maternal child neglect. Considering that a child's digital technology addiction may create negative changes in family routines and play a role in the process of parental neglect, it was decided to examine the mediating role of family routines in the relationship between digital technology addiction and maternal child neglect. Family routines such as eating meals together, spending enjoyable time, and organizing weekend activities enable parents to interact and communicate more with their children. Thus, the presence of family routines is thought to be a protective factor against child neglect, while their absence may be a risk factor. Based on this, the study aimed to investigate the mediating role of family routines in the relationship between digital technology addiction and maternal child neglect. The results obtained from this study are expected to contribute to the literature on family-child relationships and digital technology addiction. Guided by these points, this cross-sectional and explanatory study examined the mediating role of family routines in the relationship between digital technology addiction and maternal child neglect in preschool children. The population of the study consisted of preschool children aged 48–72 months and their mothers living in Ankara. To maximize the sensitivity of the model, the sample size was determined through an a-priori calculation using the G*Power (3.1.9.7) program. Data were collected from 675 children and their mothers using the Socio-Demographic Information Form, the Technology Addiction Scale for ages 2–5 (TAS), the Maternal Child Neglect Scale, and the Family Routines Inventory. For data analysis, SPSS 22.0 and SPSS PROCESS MACRO programs were used. The analyses revealed that family routines had a partial mediating role in the relationship between emotional neglect and digital technology addiction, a full mediating role in the relationship between educational neglect and digital technology addiction, a partial mediating role in the relationship between authority and supervision neglect and digital technology addiction, and finally, a partial mediating role in the relationship between physical neglect and digital technology addiction. These findings demonstrate that family routines play a mediating role in the relationship between digital technology addiction and maternal child neglect, and they indicate that well-structured family routines built on solid foundations may serve as an effective coping mechanism in addressing issues related to digital technology addiction and maternal child neglect.

Keywords: Digital technology addiction, Family routines, Maternal child neglect, Preschool period.



1. GİRİŞ VE AMAÇ

Okul öncesi dönem; çocuğun davranışlarının ve kişiliğinin şekillendiği, içerisinde kritik gelişimsel evreleri barındıran hayati bir süreçtir. Bu dönemde çocuğun içerisinde yetiştiği çevre ve aile ortamı çocuğun sağlıklı bir şekilde gelişimi üzerinde önemli etkilere sahiptir. Son yıllarda dijital teknolojilerde yaşanan hızlı gelişmeler ve çocukların doğduğu andan itibaren dijital araçlarla donatılmış bir çevrede yaşamaları dijital teknolojiler konusunu çocuğun gelişimi açısından güncel ve önemli bir konu haline getirmektedir. Bu gelişmeler ışığında dijital teknolojilerin çocuklar üzerindeki etkileri, çocuk alanında çalışan bütün bilim insanları tarafından farklı boyutları ile (sağlık, eğitim, davranış vs.) ele alınmaktadır. Bu çalışma kapsamında da dijital teknolojilerdeki ilerlemelere paralel olarak okul öncesi dönemdeki çocuğun gelişiminde önemli bir risk faktörü haline gelen dijital bağımlılık konusu ele alınacaktır.

Dijital teknolojilerdeki gelişmelere paralel olarak günümüzde bireyler eğitim, sağlık, alışveriş, iletişim gibi hayatın her alanında dijital araçları etkin bir biçimde kullanmaktadır. Bu dijital ortamda dünyaya gelen çocuklar doğdukları andan itibaren dijital teknolojilerle tanışmaktadır. Özellikle gelişimsel açıdan birçok kritik dönemi içerisinde barındırması, yetişkinlik davranışlarının temelini atıldığı dönem olması, edinilen alışkanlıkların ileriki yaşamda kalıcı etkiler bırakma potansiyeli taşıması bakımından okul öncesi dönem dijital teknolojilerin kullanımına ilişkin doğru davranışlar geliştirilmesi ve varsa dijital teknoloji bağımlılığı gibi risklerin erken dönemde tanınması bakımından önem arz etmektedir. Dijital cihazların uygun olmayan kullanımı, okul öncesi dönem çocuklarında sosyal, duygusal, bilişsel ve fiziksel gelişimi olumsuz etkileme potansiyeline sahip önemli bir risk faktörüdür. Aynı zamanda uygun olmayan dijital teknoloji kullanımları dijital bağımlılık riskini de beraberinde getirir. Ergenlerde ve yetişkinlerde dijital teknoloji bağımlılığı bilim dünyası tarafından sıklıkla ele alınan konular olmasına rağmen davranışların temellerinin atıldığı okul öncesi dönemde dijital teknoloji bağımlılığı konusu ile ilgili çalışmalar diğer yaş gruplarına göre görece azdır. Oysa dijital bağımlılık, yalnızca erişkinleri değil, çocukları da etkileyen günümüzün önemli psikososyal sorunlarından biridir. Özellikle beyin gelişiminin hızla devam ettiği erken çocukluk döneminde, çocukların ekran karşısında geçirdiği sürenin artması; dikkat dağınıklığı, uyku problemleri, sosyal izolasyon ve öğrenme güçlükleri gibi pek çok sorunu tetikleyebilmektedir (Neamat ve ark., 2022). Dolayısıyla okul öncesi dönem çocuklarında dijital teknoloji bağımlılığının yaygınlığı, sebepleri ve ilişkili olduğu faktörler gibi çalışmalar ileriki dönem çalışmaları için temel oluşturulması ve erken müdahale çalışmaları planlanması açısından önem

arz etmektedir. Bu düşüncelerden yola çıkılarak çalışmamızda okul öncesi dönem çocuklarında dijital teknoloji bağımlılığı konusu ve ilişkili olabileceği düşünülen değişkenler (anne çocuk ihmali ve aile rutinleri) konu olarak seçilmiştir.

Araştırmacı tarafından yapılan literatür taramasında dijital bağımlılığın; yalnızlık düzeyi (Üzgül ve ark., 2023), iletişim (Karabulut ve Gökler, 2023), şiddete eğilim (Arslan, 2020), saldırganlık (Güvendi ve ark., 2019), sosyal duygusal iyi oluş ve psikolojik sağlamlık (Yılmaz ve Arslan, 2024), yaratıcılık düzeyi (Tutumlu, 2024), yaşam doyumu (Altınok, 2021), problem davranışlar (Kanter, 2020), fiziksel sağlık (Aziz ve ark., 2021), yalnızlık, anksiyete ve depresyon (Peper ve Harvey, 2018), uyku alışkanlıkları (Neamat ve ark., 2022), akademik başarı (Tülübaş ve ark., 2023), akran zorbalığı (Bağcı Çetin, 2023) ve öz-düzenleme becerileri (Bağcı Çetin, 2024) gibi değişkenlerle arasındaki ilişkiyi inceleyen çalışmalara ulaşılmıştır. Ancak literatürde aile rutinlerinin, okul öncesi dönem çocuklarının dijital bağımlılık düzeyleri ile anne çocuk ihmali arasındaki ilişkideki aracı rolünü inceleyen bir çalışmaya rastlanmamıştır. Araştırmada annelerin çocuklarına yönelik ihmalkâr davranışlarının çocukların dijital teknolojileri kontrolsüz bir biçimde kullanmasına neden olabileceği düşünülerek okul öncesi dönem çocuklarının dijital teknoloji bağımlılığı ile ilişkisi incelenecek değişken olarak anne çocuk ihmali seçilmiştir. Ailenin belirli rutinlerinin olmasının bu ilişki üzerinde etki edebileceği düşünülerek de aile rutinlerinin çocukların dijital teknoloji bağımlılıkları ile anne çocuk ihmali arasındaki ilişkideki aracı rolünün incelenmesi araştırmanın problem durumu olarak belirlenmiştir.

Bu araştırmada okul öncesi dönem çocuğu olan ailelerin aile rutinlerinin çocukların dijital teknoloji bağımlılıkları ile anne çocuk ihmali arasındaki ilişkide aracı rolünün incelenmesi amaçlanmaktadır. Literatürde aile rutinlerinin, okul öncesi dönem çocuklarının dijital bağımlılık düzeyleri ile anne çocuk ihmali arasındaki ilişkide aracı rolünü inceleyen bir çalışma bulunmaması yönünden araştırmanın alanyazına katkı sağlayacağı düşünülmektedir. Çalışma amaçları kapsamında geliştirilen hipotezler aşağıda sunulmuştur.

- **H1:** Duygusal ihmal ile dijital teknoloji bağımlılığı arasındaki ilişkide aile rutinlerinin aracı rolüne ilişkin kurulan model anlamlıdır.
 - H1.1: Duygusal ihmal, aile rutinlerini negatif yönde ve anlamlı olarak yordamaktadır.
 - H1.2: Aile rutinleri, dijital teknoloji bağımlılığını negatif yönde ve anlamlı olarak yordamaktadır.
 - H1.3: Duygusal ihmal, dijital teknoloji bağımlılığını pozitif yönde ve anlamlı

olarak yordamaktadır.

- H1.4: Duygusal ihmal ile dijital teknoloji bağımlılığı arasındaki ilişkide aile rutinlerinin aracı rolü vardır.
- **H2:** Eğitimsel ihmal ile dijital teknoloji bağımlılığı arasındaki ilişkide aile rutinlerinin aracı rolüne ilişkin kurulan model anlamlıdır.
 - H2.1: Eğitimsel ihmal, aile rutinlerini negatif yönde ve anlamlı olarak yordamaktadır.
 - H2.2: Eğitimsel ihmal, dijital teknoloji bağımlılığını pozitif yönde ve anlamlı olarak yordamaktadır.
 - H2.3: Eğitimsel ihmal ile dijital teknoloji bağımlılığı arasındaki ilişkide aile rutinlerinin aracı rolü vardır.
- **H3:** Otorite ve denetim ihmali ile dijital teknoloji bağımlılığı arasındaki ilişkide aile rutinlerinin aracı rolüne ilişkin kurulan model anlamlıdır.
 - H3.1: Otorite ve denetim ihmali, aile rutinlerini negatif yönde ve anlamlı olarak yordamaktadır.
 - H3.2: Otorite ve denetim ihmali, dijital teknoloji bağımlılığını pozitif yönde ve anlamlı olarak yordamaktadır.
 - H3.3: Otorite ve denetim ihmali ile dijital teknoloji bağımlılığı arasındaki ilişkide aile rutinlerinin aracı rolü vardır.
- **H4:** Fiziksel ihmal ile dijital teknoloji bağımlılığı arasındaki ilişkide aile rutinlerinin aracı rolüne ilişkin kurulan model anlamlıdır.
 - H4.1: Fiziksel ihmal, aile rutinlerini negatif yönde ve anlamlı olarak yordamaktadır.
 - H4.2: Fiziksel ihmal, dijital teknoloji bağımlılığını pozitif yönde ve anlamlı olarak yordamaktadır.
 - H4.3: Fiziksel ihmal ile dijital teknoloji bağımlılığı arasındaki ilişkide aile rutinlerinin aracı rolü vardır.



2. GENEL BİLGİLER

2.1. Çocuk Kavramı

Henüz bedensel, sosyal ve ruhsal açılarından yeterli erginliğe ve olgunluğa ulaşmamış bireyler çocuk olarak ifade edilmektedir (Erkut ve ark., 2017). İnsanın gelişim evreleri içerisindeki en masum ve özel dönem olan çocukluk evresi, geçmişten günümüze değin düşünürlerin, eğitimcilerin, devlet adamlarının, bilim adamlarının ve çocukla ilgili çalışmalar yürüten herkesin kendi perspektifinden yola çıkarak tanımladığı özel bir evredir (Sağlam ve Aral, 2016).

Birleşmiş Milletler Genel Kurulunca 20 Kasım 1989 tarihinde kabul edilen Çocuk Haklarına Dair Sözleşme'nin birinci maddesine göre çocuk, "bu sözleşme uyarınca çocuğa uygulanabilecek olan kanuna göre daha erken yaşta reşit olma durumu hariç, on sekiz yaşına kadar her insan çocuk sayılır" olarak tanımlanmıştır (Bahadır, 2023). 2005 yılında ülkemizde yürürlüğe giren 5395 sayılı Çocuk Koruma Kanunu'nun üçüncü maddesine göre çocuk; "Daha erken yaşta ergin olsa bile, on sekiz yaşını doldurmamış kişi" olarak ifade edilmektedir (Kurt, 2016).

2.1.1. Okul öncesi dönemde çocuk

Okul öncesi dönem, insanın hayata gözlerini açmasından ve bebeklik döneminden (0-2 yaş arası dönem) itibaren başlayıp, okul çağına kadar devam eden bir dönem olarak tanımlanabilmektedir. Literatürü incelediğimizde erken çocukluk dönemi olarak da açıklanabilen okul öncesi dönem iki ile altı yaş arasındaki süreci içermektedir (Çakmak ve Yılmaz, 2009). Okul öncesi dönemde çocuğa sosyal, zihinsel, bilişsel ve motor alanlarında her türlü desteğin sağlanması oldukça büyük bir önem teşkil etmektedir. Zira bu dönem çocukların bahsedilen alanlarda gelişim gösterebileceği en önemli yıllar olarak görülmektedir (Gönen ve Balat, 2002).

2.1.2. Okul öncesi dönemdeki çocuğun gelişim özellikleri

Okul öncesi dönem (0-6); çocuk gelişiminin hızlı bir biçimde ilerlediği, kritik öneme sahip bir evredir. Söz konusu bu evrede temeli atılmaya başlanan fiziksel, psiko-sosyal ve kişilik gelişiminin, ileriki yaşlarda aynı yönde devam etme olasılığı değişim yaşama olasılığından daha fazladır. Çocuk gelişiminin kendine has özellikler barındırdığı ve her evrede yaşanan gelişimlerin büyük bir çoğunlukla kendinden önceki evrelerden etkilenerek, şekillendiği yadsınamaz bir gerçektir. Yapılan çeşitli araştırmalar, çocukken edinilen

davranışların yetişkinlik döneminde, bireyin kişiliğini, alışkanlıklarını, tavır, değer ve inanç yargılarını büyük oranda şekillendirdiğini ortaya koymaktadır (Yavuzer, 1998).

Çocuklar; çevresi ile sosyal ilişkiler kurabilmesine, gelişimlerine ve öğrenim süreçlerine katkısı olan bilişsel, fiziksel, sosyal, duygusal ve dil gibi bazı yetenekler ile hayata gözlerini açmaktadır. Fakat bu yeteneklerin kalıcı bir davranış modeline dönüşebilmesi, erkenden fark edilip destek görmesine bağlıdır (Karoğlu ve Ünüvar, 2017). Yavuzer (2004)'e göre 0-6 yaş arası çocuklarda gelişim; “bebeklik dönemindeki gelişim (0-2)” ve “ilk çocuklukta gelişim (2-6)” olmak üzere iki ayrı bölümden oluşmaktadır. Bu iki bölümde de çocukların gelişim özellikleri bedensel gelişim, bilişsel gelişim, motor gelişimi, dil gelişimi, duygusal gelişim ve sosyal gelişim olmak üzere 6 alt başlıkta ele alınmaktadır.

Bebeklik dönemindeki gelişim (0-2)

- a. Bedensel Gelişim: Bu dönemde bebek bedensel olarak, iskelet ve kas gelişimi gösterir. Ayrıca bebek dünyaya gözlerini açtığında beslenme ve uyku gibi fizyolojik ihtiyaçlara gereksinim duymaktadır.
- b. Bilişsel Gelişim (Duyu-Hareket Dönemi): Hayatın ilk 18 ayı bebek için öğrenme, algılama ve hareketlerini duyu-hareket şeması veya organize hareket şeması şeklinde geliştirmesi ve düzenlemesidir. Bebek, günlük yaşantısında ilk olarak dış dünyaya refleksleri ile tepki verirken, daha sonrasında etrafında var olan ses ve nesnelere karşı sistematik tepkiler vermeye başlamaktadır.
- c. Motor Gelişim: Bebekler 0-2 yaş döneminde çeşitli motor becerileri edinir. Bunlar; oturma, emekleme, ayakta durma ve yürümeğdir.
- d. Dil Gelişimi: Bebekler 0-2 yaş döneminde öncelikle ilk iletişim aracı olarak ağlamayı kullanırlar. Daha sonrasında ise cıvıldaama, heceleme, konuşmaya hazır olma ve ilk sözcüklerle süreç devam etmektedir.
- e. Duygusal Gelişim: Bebekler 0-2 yaş döneminde duygu ve heyecanlarını açığa çıkarmaktadırlar. Bu süreçte gülme, gülümseme, korku ve öfke gibi en sık ortaya çıkan heyecan türleri kendini göstermektedir.
- f. Sosyal Gelişim: Çocuk için yaşamın ilk iki yılı, kişiliğinin var olmasında önemli bir rol üstlenmektedir (Cüceloğlu, 2015). Bu gelişim türünde bebek çevresindekilere karşı tepki vermeye ve onlarla etkileşime geçmeye başlamaktadır. Bu evrede bebek, gittikçe daha bağımsız olduğunun farkına varmakta ve çevresindekilere karşı kendisini ispatlamaya çalışmaktadır.

İlk çocuklukta gelişim (2-6)

- a. Bedensel Gelişim: Dönemin bu evresinde, 0-2 yaş dönemine nazaran az da olsa çocukta boy uzaması ve kilo artış hızı devam etmektedir. Bu dönemin sonlarına doğru çocukların öncelikle ön dişleri, akabinde de diğer dişleri sallanmaya başlamakta ve düşmektedir.
- b. Bilişsel Gelişim (İşlem Öncesi Dönem): İşlem öncesi dönemde olan çocuk, bir yetişkinin veya bir başka çocuğun görüşlerini kabul etme konusunda zorlanmaktadır. Akranları veya yetişkin bireyler ile kolay bir biçimde etkileşime geçebilirler fakat bu dönem çocukları zihinsel anlamda kendilerini odak noktasına koyup, benmerkezci bir tavır sergilemektedirler. Bundan ötürü kendilerinden başka kişilerin görüş açılarını idrak etmekte güçlük çekebilmektedirler.
- c. Motor Gelişim: 2-6 yaş arasındaki çocuklar, yürümeye başlamakta ve hummalı bir şekilde motor gelişimi göstermektedir. Bu dönemdeki çocuk, bedeninin farklı kısımları arasındaki uyumun farkına varıp, daha zor ve yeni beceriler elde etmektedir.
- d. Dil Gelişimi: 2-6 yaş dönemindeki çocuklarda dil gelişimi diğer dönemlere nazaran daha hızlı bir gelişim göstermektedir (Arı, 2008). İnsanın dünyadaki değerini ortaya koyan ve diğer canlılardan farklı kılan en önemli özelliği dildir. Dil, yani konuşma becerisi insanın önde gelen meziyetlerinden bir tanesidir. Bu beceri insanın duygu, düşünce ve taleplerini apaçık bir biçimde ifade edebilmesine olanak sağlamaktadır (Kol, 2011). Çocuk bu dönemde telaffuz etme, sözcük dağarcığı geliştirme, cümle kurma gibi beceriler kazanmaktadır.
- e. Duygusal Gelişim: 2-6 yaş arasındaki çocuklar korku, kıskançlık, öfke ve anksiyete gibi duyguları deneyimlerken; buna karşın içe çekilme davranışı, gerileme, inkâr, bastırma ve yansıtma gibi savunma mekanizmaları geliştirmektedir.
- f. Sosyal Gelişim: 2-6 yaş arasındaki çocuk nasıl sosyal ilişki kurulacağını, ailesi haricindeki bireylerle ve bilhassa akranlarıyla birlikte etkileşime geçerek öğrenmekte, ortak çalışma ve düzen geliştirmektedir. Çocuk diğer kişilerden bağımsız hareket ederek, kendi çabası ile çeşitli görevleri yerine getirmeye çalışır. Kıyafetlerini kendisi seçmeye gayret eder, ayakkabılarını bağlamak ister (Cüceloğlu, 2015). Bu dönemdeki çocuk ne kadar çok farklı kişi ile ilişki içerisinde olursa o kadar sosyalleşmektedir.

2.2. Bağımlılık Kavramı

Bireyler hayat tecrübeleri neticesinde tarih boyunca çeşitli olgulara, maddelere, nesnelere ve davranışlara yönelik sürekli olarak değişik bir tutku, heyecan ve ilgi duymaktadırlar. Bu tutku, heyecan ve ilgi unsurları zaman içerisinde bireyleri tutsak ederek, bağımlılık kavramının oluşmasına sebebiyet vermektedir (Ayhan ve Köseliören, 2019). Sözcük bakımından bağımlılık; kişinin yalnız olarak bir eylem gerçekleştirememesi, bir maddenin, varlığın veya kendi iradesi haricinde başka bir gücün etkisi altında davranış sergilemesi ya da düşünebilmesidir (Yıldırım, 2008). Bağımlılık genel itibariyle kontrol edilemeyen bir arzu ile ortaya çıkmaktadır. Bu durum, kişinin kontrolünü kaybetmesi, davranışa takıntılı hale gelmesi ve bu davranışın neden olduğu problemlere rağmen davranışı sergilemeye devam etmesi anlamına gelmektedir (Young, 2004).

Bağımlılık; bireyin günlük hayatına dürtüsel bir biçimde girmiş olan bir madde ya da davranışla aşırı derecede meşgul olma durumudur. Hayatın günlük rutin ve kalıpları madde kullanımı, maddeyi temin etme ve yoksunluk sürecinin tamamlanmasından sonra kullanıma karşı güçlü bir arzu duyma gibi sebeplerden ötürü sekteye uğramaktadır. Bağımlılığın yaygın belirtileri şunlardır:

1. Bir madde, ilişki ya da davranış ile meşgul olma.
2. Bir maddenin kullanımı ya da davranış modeli üzerindeki kontrolü kaybetme.
3. Kontrol kaybı ve bunun neden olduğu etkilerin yakın çevre tarafından endişeli bir biçimde dile getirilmesi.
4. Ortaya çıkan olumsuz sonuçlara rağmen bir maddeyi kullanmaya veya bir davranışı devam ettirmeye duyulan istek (Egger ve Rauterberg, 1996).

2.2.1. Bağımlılığın türleri

Her ne kadar bağımlılık denilince aklımıza ilk gelen madde bağımlılığı olsa bile günümüz koşullarında yeme bağımlılığı, alkol bağımlılığı, kumar bağımlılığı, alışveriş bağımlılığı gibi çeşitli bağımlılık türlerinden bahsedilmektedir. Bağımlılık türleri fizyolojik (maddesel) ve psikolojik (davranışsal) bağımlılık olmak üzere iki alt başlıkta kategorize edilmektedir (Şentürk Y., 2024).

Fizyolojik (maddesel) bağımlılık

Bağımlılık en genel anlamı ile bir kişiye, nesneye veya varlığa duyulan; önlenmesi mümkün olmayan istek ya da farklı bir iradenin tahakkümü altına girme davranışı olarak tanımlanabilmektedir (Uzbay, 2009). Bağımlılık yaratıcı özelliği yüksek olan maddelerin

kullanımı, bir alışkanlığa döndükten sonra kişinin bu eylemi bırakma süreci bir döngü içerisinde hayatının tüm alanlarına etki ederek, zaman içerisinde bireyin varlığını bütün bir şekilde devam ettirememesine ve tükenmişlik yaşamasına sebebiyet vermektedir (Dinç, 2017).

İnsanlar “bağımlılık” kavramını, herhangi bir bireyin işi, arkadaşı, sevgilisi ya da bilgisayarıyla olan ilişkisini tanımlamak amacıyla sıklıkla kullanmaktadır. Fakat bilim adamları, bu kavramı daha çok alkol, tütün ve uyuşturucu gibi fiziksel bağımlılık yapıcı maddeler için kullanmaktadır (Holden, 2001). Arıkan (2012)’a göre bağımlılık yapan maddelerin beş özelliği bulunmaktadır. Bunlar;

1. Madde alındığı esnada duygu, düşünce ve davranışlarda değişime yol açar.
2. Madde kullanan kişi kısa bir süre zarfında hayatın gerçekliğinden kopar.
3. Birey karşı koymakta zorluk çektiği bir arzu ile maddeyi arama davranışında bulunur.
4. Kullanılan maddenin ölçüsü artar.
5. En nihayetinde birey bağımlı olur.

Madde bağımlılığının en büyük özelliği, bireyin kullanmış olduğu madde ile büyük problemler yaşamış olmasına rağmen kullanım eylemini devam ettirmesidir. Bu durum davranışsal, bilişsel ve fizyolojik semptomların bir araya gelmesi ile ortaya çıkmaktadır. Kişi maddeyi sürekli olarak kullanma eğilimi göstermektedir. Bu da genellikle bireyi tolerans, yoksunluk belirtileri ve önlenemez bir istekle maddeyi kullanma eylemine itmektir (American Psychiatric Association, 1994). DSM-V (2022)’e göre maddesel bağımlılıkları; alkol, kafein, esrar, halüsinojenler, yatıştırıcılar, kaygı gidericiler, uyarıcılar ve tütün olarak ele almak mümkündür (American Psychiatric Association, 2022). Bağımlılık yapan maddeler içerisinde kullanımı en yaygın olanlar sigara ve alkoldür. Üzerinde durulması gereken diğer maddeler ise uyuşturucu (eroïn, esrar vb.) ve uçucu (katı, sıvı ve gaz) özellikte olanlardır (Erdamar ve Kurupınar, 2014).

Bahar (2018) çalışmasında madde bağımlılığının nedenlerini; merak ve ilk deneme, psikolojik nedenler ve kişilik özellikleri, aile içi sorunlar, arkadaş ve akran etkisi, sosyo-kültürel etkenler, çoklu sanal ortamlar ve sosyal medya, aile içi iletişim, toplumsal iletişim ve rol model iletişimi olarak ele almıştır. Madde bağımlısı olma riskini arttıran unsurları 11 alt başlıkta ele almak mümkündür. Bunlar;

1. Gençlik,
2. Analitik düşünceyi benimseyen akla dayalı eğitimden yoksunluk,

3. Bilimsel, hukuki ve etik alt yapıdan uzak bir toplum yaşantısı,
4. Sevgi eksikliği,
5. Spor, sanat ve benzeri sosyal faaliyetlerin kısıtlı olması ve özendirilmemesi,
6. Gelecek kaygısı,
7. Madde bağımlılığı hakkında gerekli eğitimlerin yeterli bir biçimde sunulmaması,
8. Sosyal çevrenin baskısı sebebi ile kendini ifade etmede zorluk yaşama,
9. Sosyal çevre ve kendisi ile sağlıklı iletişim kurmada zorluk çekme,
10. Zamanının çoğunu kahvehane, kumarhane ve bar gibi üretkenlikten uzak mekanlarda geçirme,
11. Genetik eğilim (Uzby, 2009).

Psikolojik (davranışsal) bağımlılık

Bağımlılık kavramı, yalnızca kimyasal maddeleri tanımlamak için değil, aynı zamanda dışarıdan alınan maddelere gereksinim duyulmadan, sergilenen aşırı davranışları tanımlamak için de kullanılabilir (Marks, 1990). Isaac Marks, 1990 yılında davranışsal (kimyasal olmayan) bağımlılık kavramını ortaya atmıştır. Bireyin kendisine zarar verici davranışları sürekli olarak sergileme arzusunun, davranışsal bağımlılık olarak tanımlanmıştır (Starcevic, 2016). Psikolojik (davranışsal) bağımlılık; kişinin kendisine veya etrafındakilere, zarar verici eylemler gerçekleştirmesine sebep olan dürtülere engel olamama durumudur (Ayakdaş Dağlı ve Yüyen, 2023). Davranış bağımlısı olan bireylerin, davranışsal rutinlerini sürdürme arzusu ve bu rutini tamamlamasına izin verilmediği takdirde hissetmiş oldukları sıkıntı; madde bağımlısı olan bireylerin yaşamış olduğu yoksunluk ve açlık duygusu belirtilerine benzemektedir (Marks, 1990). Davranışsal bağımlılığın çeşitli kriterleri mevcuttur. Bunlar;

- a. Bir davranışı sergileme dürtüsüne karşı koyamama hali.
 - b. Davranışı gerçekleştirmeden önce artan gerginlik durumu.
 - c. Davranışı gerçekleştirdiğinde gelen rahatlama ve keyif hissi.
 - d. Davranışı sergilerken ortaya çıkan kontrol kaybı duygusu.
 - e. Aşağıda yer alan 9 unsurdan en az 5 tanesinin görülmesi.
- Davranışın kendisi ya da davranış öncesi eylemlerle sürekli olarak meşgul olmak.
 - Davranışı gerçekleştirme isteğinden daha fazla sergilemek.
 - Davranışı kontrol altına alma, azaltma ya da durdurmak için çaba sarf etmek.
 - Davranışın yol açtığı etkilerden sıyrılmak için çok zaman harcamak.
 - Sosyal, mesleki veya akademik görevleri ifa etmek gerekirken, sürekli olarak davranışı gerçekleştirmek.

- Sergilenen davranıştan ötürü mesleki, sosyal ve eğlenceli faaliyetlerden mahrum kalmak.
 - Davranıştan dolayı kaynaklanan finansal, sosyal, psikolojik ve fiziksel sıkıntıların devam etmesi.
 - Tolerans: Arzu edilen etkiyi sağlamak için davranışın sıklığını ve yoğunluğunu arttırma gereksinimi ya da aynı düzeyde süregelen davranışın etkisinde azalma meydana gelmesi.
 - Davranışı gerçekleştirilememesi durumunda gözlemlenen sinirlilik ve huzursuzluk.
- f. Davranışsal bağımlılığının bazı bulgularının en az 1 ay veya daha uzun bir müddet devam etmesi (Goodman, 1990).

Griffiths (1996) ise davranışsal bağımlılığın kriterlerini; belirginlik, ruhsal değişim, tolerans, yoksunluk semptomları, çatışma ve nüksetme olarak ele almıştır. Davranışsal bağımlılığın, pek çok türü bulunmakta ve gün geçtikçe bunlara yenileri ilave edilmektedir (Çoban, 2013). Her ne kadar American Psychiatric Association (2022) tarafından yalnızca kumar oynama bozukluğu davranışsal bağımlılık olarak ele alınsa da günümüz araştırmalarında internet, internet oyunları, sosyal medya, telefon, alışveriş, yemek, egzersiz ve benzeri şekilde kişiyi zorlayan ve işlevsiz bir biçimde sergilenen davranışsal faaliyetleri de bu bağımlılık başlığı altında ele alabilmek mümkündür (Sayan Karahan, 2023). Davranışsal bağımlılığın hızlı bir artış göstermesi, teknolojide yaşanan hızlı gelişimlerle paralellik göstermektedir. Bu alanda genellikle kumar, alışveriş, yemek, internet ve bilgisayar oyunları araştırma konusu olmaktadır (Zubaroglu Yanardağ ve ark., 2020). Birçok davranışsal bağımlılık cinsel aktiviteler, egzersiz yapma, yemek yeme, çalışma, alışveriş, internet kullanımı ve cep telefonu kullanma gibi günlük hayatın normal bir parçası olan faaliyetlerle ilintilidir (Starcevic, 2016).

Sonuç olarak günümüzde bağımlılık kavramı; maddesel ve davranışsal bağımlılık olarak iki alt başlıkta incelenmektedir. Her ne kadar geçmişte davranışsal bağımlılıkların üzerinde yeterince durulmasa da son zamanlarda birçok çalışmada kendisine yer edinmiştir. Son yıllarda bilim dünyasının yoğun bir biçimde dikkatini çeken önemli bir davranışsal bağımlılık türü de dijital bağımlılıktır (Kaymal, 2020). Bu çalışma kapsamında da davranışsal bağımlılık türlerinden dijital bağımlılık konusuna odaklanılacaktır.

2.2.2. Dijital bağımlılık

Teknoloji sürekli olarak değişip gelişmektedir. Ayrıca hayatımızın bir parçası haline gelen ve içinde bulunduğumuz toplum yapısına yön veren önemli bir olgudur (Dektaş ve ark.,

2023). Değişen dünya düzeninde ortaya çıkan küreselleşme ile birlikte teknolojik gelişmelerin bilhassa son 20 yılda önemli atılımlar yapması, teknolojiyi hayatımızın önemli bir parçası haline getirmiştir (Kanter, 2020). Günümüz dünyasında dijital teknolojilerin büyük bir ivme yakalaması ve toplumsal iletişim araçlarının dijital teknolojiler ile entegre olması sonucunda, dijital bağımlılık unsuru meydana gelmiş ve zaman içerisinde yaygınlaşmıştır (Arslan ve ark., 2015). Dijital bağımlılık, siberpsikoloji alanında gittikçe daha çok önem kazanan bir konudur. Bireylerin aşırı ve kontrolsüz şekilde dijital teknoloji kullanımından kaynaklanan zararları bilmesine karşın kullanımı devam ettirme isteğini içeren bir dürtü kontrol bozukluğudur. Bu durum literatürde, teknoloji bağımlılığı veya internet bağımlılığı gibi terimlerde de adlandırılmaktadır (Singh ve Singh, 2019). Kitle iletişim ve dijital medya araçlarının günümüz şartlarında her alanda kendisine yer edinmesi ve kullanım bakımından kolaylıkla erişilebilir olması, bağımlılık derecesi ile doğru orantılıdır. Zira dijital bağımlılık, yaşanan teknolojik gelişmelerin büyük bir ivme kazanması ve kitle iletişim araçları ile uyum içerisinde olmasıyla kendisini göstermiş ve popüler hale gelmiştir (Kanter, 2020). Yaşanan bu teknolojik gelişmelerin, insan hayatına sağlamış olduğu kolaylıkların yanında bazı olumsuz sonuçları da beraberinde getirdiği yadsınamaz bir gerçektir. Dijital bağımlılık da bu olumsuz sonuçların başında yer almaktadır (Hazar ve Hazar, 2017).

Dijital bağımlılık kavramı ile ilgili çeşitli tanımlar mevcuttur. Ancak öncelikle dijital bağımlı kavramının tanımını yapmamızda fayda bulunmaktadır.

“Dijital bağımlı” kavramı, teknolojik araçları yoğun bir şekilde kullanan, böylece hayatındaki tüm ilgi ve odağını bu araçlara yönlendirme tehdidi ile karşı karşıya kalan, en nihayetinde de kullanıcısının iyilik haline olumsuz etki eden bireyi tanımlamak için kullanılmaktadır. Bu söylem, günümüz teknoloji devrinde, bireylerin dijital cihazlara yönelik artan bağımlılığını tanımlamaktadır. Dijital bağımlı kavramı, eksiklik hissiyle tetiklenen ve davranışsal olarak teknolojiye aşırı bağlılığı ifade etmek için kullanılmaktadır (Yengin, 2019). “Dijital bağımlılık” kavramı ise, günlük hayatta teknolojik araçların kullanım sürelerinin gün geçtikçe artması ve onlara bağımlı olma ihtimalinin tehlikeli boyuta ulaştığı bir dönemde, teknolojik araçlara aşırı biçimde maruz kalmanın uyarı işaretlerini belirlemek için kullanılmaktadır (Rugai ve Hamilton-Ekeke, 2016). Dijital bağımlılık kavramının diğer tanımları ise aşağıda yer almaktadır.

Dijital bağımlılık, teknolojik araçların sorunlu kullanımına odaklanan yeni bir inceleme alanıdır (Basel Almourad ve ark., 2020).

Dijital bağımlılık; kişinin dijital araçları yaygın bir biçimde kullandığı takdirde fiziksel, zihinsel, duygusal ve sosyal anlamda problemler yaşayacağını bilmesine karşın bu eylemi devam ettirmeye yönelik duyduğu istek olarak tanımlanabilmektedir (Kesici ve Fidan Tunç, 2018).

Dijital bağımlılık; teknolojik araçların, dijital teknolojilerin, internet, çevrimiçi uygulamalar, video oyunları ve sosyal ağ platformlarının takıntılı şekilde kullanımını barındıran bir dürtü kontrol bozukluğuna işaret etmektedir (Singh ve Singh, 2019).

Dijital bağımlılık, davranışsal bağımlılıklar sınıfında yer almakta olup; oyun oynama, kumar oynama, porno sitelerini takip etme, internet, sosyal medya internet üzerinden alışveriş yapma bağımlılığını içerisinde barındırmaktadır (Yılmaz ve Bekiroğlu, 2020).

2.2.3. Dijital bağımlılığın tarihçesi

Günümüz dünyasının önemli problemlerinden biri olan dijital bağımlılığın tarihçesini irdeleyebilmemiz için öncelikle insanlığın teknolojik serüvenini beş ayrı çağa bölen sanayi devrimlerine göz atmamızda fayda bulunmaktadır. Birinci sanayi devriminde, buhar ve su gücü ile çalışan makineler üretilmeye başlanmış, böylece üretim sürecinde beden gücünün yerini makine gücü almaya başlamıştır. İkinci sanayi devrimine geldiğimizde, elektrik kullanımı daha yaygın bir hale gelmiştir. Üçüncü sanayi devriminde ise bilişim teknolojileri üretim sürecine dahil olmuştur. Dördüncü sanayi devriminde, gerçek zamanlı teknolojiler kullanılmış ve siber-fiziksel sistemler ortaya çıkmıştır. Üretim süreci; bu dönemde artık makine, bilgisayar ve diğer teknolojilerin birbirleri ile koordineli bir şekilde hareket ederek, insanlara neredeyse hiç ihtiyaç duyulmayacak bir hale evrilmiştir. Son olarak, etkisi altında olduğumuz beşinci sanayi devriminde yapay zeka, uzay endüstrisi ve biyoteknoloji gibi alanlarda büyük ilerlemeler katedilmiştir (Kılıç, 2023). Teknolojide yaşanan bu denli büyük gelişmeler, teknolojiyi hayatımızın vazgeçilmez bir unsuru haline getirmiş ve dijital bağımlılık düzeyini daha da arttırmıştır.

Dijital bağımlılığın tarihçesini inceleyebilmemiz için ikinci olarak internetin icadı konusuna değinmemizde yarar bulunmaktadır. Yüzyıllardan beri insanoğlu daima yenilik peşinde koşmuştur. 20. yüzyılın ortalarından itibaren, teknolojik gelişmeler sayesinde insanoğlu diğer devirlere nazaran daha büyük ilerlemeler kaydetmiştir. Toplumsal yaşantı, kişisel ilişkiler, sosyal hayat ve iş hayatında ciddi değişiklikler meydana gelmiştir. Bu değişikliklerin ortaya çıkmasındaki en önemli unsur, bilgisayar ve onun ön ayak olduğu bilişim sektöründe yaşanan gelişmelerdir (Bölükbaş, 2003).

İnternetin icadı aslında ABD ve SSCB arasında yaşanan soğuk savaşın bir neticesidir. Her iki tarafta olası bir nükleer saldırıdan endişe duyduğu için kendi ideolojilerini haklı göstermek adına yapmış oldukları bilimsel çalışmaları daha çok propaganda aracı olarak kullanmayı tercih etmiştir. 1957 yılında SSCB'nin ilk yapay uyduyu uzaya göndermesiyle ABD tarafı bilimsel alanlardaki liderliği ele geçirmek adına çeşitli çalışmalar yürütmüş ve en nihayetinde de 1969 yılında ilk fiziksel ağı California'da kurmuştur (Civelek ve Sözer, 2003). Yaşanan bu teknolojik gelişmelerden sonra çeşitli internet dönemleri meydana gelmiştir. Bunlar; web 1.0, web 2.0, web 3.0, web 4.0 ve web 5.0'dır. Tüm bu dönemler kendisinden bir önceki dönemin üzerine eklemeler yapıp, gelişmesiyle ve insanların daha fazla ekran başına kitlenmesiyle devam etmiştir. Örneğin, internetin en saf hali olan web 1.0 (1995-2000) döneminde insanlar herhangi bir etkileşime geçmeden sadece kendisine yansıtılanı gözlemleyebilirken, web 4.0 (2020-?) döneminde ise yapay zeka ve sanal gerçeklik gibi teknolojilerin ortaya çıkması ve insanların bu teknolojileri kullanarak çoğu zorlu işi basit ve hızlı bir şekilde halledebilmesi, kişiyi daha da teknolojiye bağımlı hale getirmiştir (Özden, 2022). Gelecekte web 5.0 döneminin başlaması kaçınılmaz olmakla beraber bu sürecin beklenenden hızlı olacağı aşikardır. Bu gelişmeyle birlikte insanlara özgü olan duygusallık özelliğinin teknolojik cihazlara entegre edilmesi ve ultra akıllı robotların üretilmesi ön görülmektedir (Ersöz, 2020).

1969 yılında ilk internet bağlantısının kurulmasıyla birlikte, internete bağlı teknolojilerin kullanımı artmaya başlamıştır. Daha sonrasında internet kullanımının yaygınlaşması ve web 1.0'dan web 4.0'a kadar yaşanan gelişmelerle birlikte bu süreç yavaş yavaş dijital bağımlılık kavramının ortaya çıkmasına neden olmuştur. Aynı zamanda gelecekteki web 5.0'ın ortaya çıkmasıyla öngörülen çeşitli gelişmeler ışığında insanların dijital bağımlılık düzeylerinin daha da artacağı tahmin edilmektedir.

2.2.4. Türkiye'de ve dünyada dijital teknoloji kullanımı

TÜİK'in 2023 yılında yapmış olduğu *Hanehalkı Bilişim Teknolojileri (BT) Kullanım Araştırması*'na göre; ülkemizdeki hanelerin %95,5'inin internete erişim imkânı bulunmaktadır (Türkiye İstatistik Kurumu [TÜİK], 2023). TÜİK'in 2024 yılında yapmış olduğu *Hanehalkı Bilişim Teknolojileri (BT) Kullanım Araştırması*'na göre; 16-74 yaş arasındaki bireylerde, internet kullanım oranı 2023 yılında %87,1 iken, 2024 yılında bu oran %88,8'e yükselmiştir. Ayrıca internet kullanımını cinsiyet bazlı olarak incelediğimizde, 2024 yılında erkeklerin %92,2'si kadınların ise %85,4'ü aktif olarak internet kullanmaktadır (TÜİK, 2024a).

TÜİK'in 2024 yılında yapmış olduğu *Çocuklarda Bilişim Teknolojileri Kullanım Araştırma*'sına göre; 6-15 yaş arasındaki çocuklarda internet kullanım oranı, 2021 yılında %82,7 iken, bu oran 2024 yılında %91,1 olmuştur. Ayrıca internet kullanımını cinsiyet bazlı olarak incelediğimizde, 6-15 yaş arasındaki erkek çocukların %92,2'sinin kız çocukların ise %90,3'ünün aktif olarak internet kullandığı görülmüştür. İnternet kullanıcısı çocukların, %97,4'ü düzenli olarak interneti kullandığını dile getirmiştir. İnterneti düzenli olarak kullanan çocukların interneti kullanım amaçları sırasıyla; %83,9 video izleme, %75 ödev, öğrenme veya online derslere katılım için internete girme, %72,7 oyun oynama veya indirme, %72,6 sosyal medyaya erişim, %68,1 müzik dinleme veya indirme, %65,2 mesajlaşma, %45,6 mal veya hizmetler hakkında bilgi arama, %14,7 online alışveriş yapma ve %13,2 e-posta göndermek veya almak olarak gözlemlenmiştir. Ayrıca 6-15 yaş arasındaki çocukların %76,1'i cep telefonu kullandığını, %74'ü de dijital oyun oynadığını dile getirmiştir (TÜİK, 2024b).

5 Şubat 2025 tarihinde yayınlanan *Dijital 2025: Küresel Genel Bakış Raporu*'na göre; Dünya'da 8,20 milyar insan yaşamaktadır. Bu rakam geçen yıla göre 70 milyon (%0,9) artış sağlamıştır. Günümüzde 5,78 milyar insan (dünya nüfusunun %70,5'i) cep telefonu kullanmaktadır. 2025 yılı başında 5,56 milyar insan (dünya nüfusunun %67,9'u) internet kullanmaktadır. Ayrıca 5,24 milyar insanın (dünya nüfusunun %63,9'u) sosyal medya hesabı bulunmaktadır. Aşağıda internet kullanımı, sosyal medya kullanımı, video oyunları oynama ve televizyon kullanımına ait veriler daha detaylı olarak ele alınacaktır.

1. İnternet kullanımı: Dünya nüfusunun %67,9'u (5,56 milyar insan) internet kullanmaktadır. Türkiye'de ise bu oran %88,3'tür. 2025 yılında internet kullanımı, 2024 yılına göre %2,5 (136 milyon insan) artış göstermiştir. Toplam kadın nüfusunun %65,7'si internet kullanırken, erkek nüfusunun ise %70,0'i internet kullanıcısıdır. İnternet kullanıcıları günlük ortalama 6 saat 38 dakika internette vakit geçirmektedir. Türkiye'de ise bu süre 7 saat 13 dakikadır. İnternet kullanıcılarının %96,3'ü cep telefonu ile internete bağlanırken, %61,5'i laptop veya masa üstü bilgisayarlar ile bağlantı sağlamaktadır. Toplam kentsel nüfusun %82,7'si internet kullanıcısıyken, toplam kırsal nüfusta bu oran %47,4'tür. İnternet kullanıcı yüzdesi olarak birinci sırada %97,7 ile Kuzey Avrupa ülkeleri yer alırken, sonuncu sırada ise %28,5 ile Doğu Afrika ülkeleri yer almaktadır.
2. Sosyal medya kullanımı: Dünya nüfusunun %63,9'u (5,24 milyar insan) sosyal medya kullanıcısıdır. Türkiye'de ise bu oran %66,7'dir. 2025 yılında sosyal medya kullanıcı sayısı, 2024 yılına göre %4,1 (206 milyon insan) artış göstermiştir. 18 yaş

ve üzeri olan insanların %86,6'sının sosyal medya hesabı bulunmaktadır. Sosyal medya hesabı bulunan insanlar günde ortalama 2 saat 21 dakika sosyal medyada vakit geçirmektedir. Türkiye'de ise bu süre 2 saat 43 dakikadır. Sosyal medya kullanıcılarının %45,4'ü kadınlardan, %54,6'sı ise erkeklerden oluşmaktadır. Sosyal medya hesabı bulunanların yüzdesi olarak birinci sırada %78,7 ile Kuzey Avrupa ülkeleri yer alırken, sonuncu sırada ise %10,1 ile Orta Afrika ülkeleri yer almaktadır.

3. Video oyunları: 16 yaş ve üzeri internet kullanıcılarının %83,6'sı video oyunu oynamaktadır. Türkiye'de ise bu oran %92,3'tür. 16 yaş ve üzeri internet kullanıcıları günlük ortalama 1 saat 3 dakika video oyunu oynamaktadır. Türkiye'de ise bu süre 58 dakikadır.
4. Televizyon kullanımı: 16 yaş ve üzeri internet kullanıcıları günlük ortalama 3 saat 13 dakika televizyon izlemektedir. Türkiye'de ise bu süre 3 saat 33 dakikadır (Kemp, 2025).

2.2.5. Dijital bağımlılık türleri

Ünlü (2020)'ye göre dijital bağımlılığın türleri; akıllı telefon bağımlılığı, televizyon bağımlılığı, internet bağımlılığı, internet üzerinden alışveriş bağımlılığı, dijital oyun bağımlılığı, bilgisayar bağımlılığı ve sosyal medya bağımlılığı olarak sınıflandırılmaktadır. Bu çalışmamızda, dijital bağımlılığın türleri; akıllı telefon bağımlılığı, televizyon bağımlılığı, internet bağımlılığı (internet üzerinden alışveriş bağımlılığı bu başlık altında yer alacaktır), dijital oyun bağımlılığı (bilgisayar bağımlılığı bu başlıkla dolaylı olarak bağlantılıdır) ve sosyal medya bağımlılığı olmak üzere 5 ayrı kategoride ele alınacaktır.

Akıllı telefon bağımlılığı

İletişim sektöründe gerçekleşen ilerlemeler neticesinde, dünyanın herhangi bir noktası ile başka bir noktası arasındaki fiziki mesafeler ortadan kalkmıştır. İletişim sektöründe yaşanan en önemli gelişmelerden biri de şüphesiz cep telefonlarıdır. Cep telefonları günlük hayatımızı büyük oranda etkilemiş ve iletişim alanında bizlere pek çok kolaylık sağlamıştır. Cep telefonları hayatımıza ilk girdiğinde iletişimi her an mümkün kılma olanağı sağlarken, bilişim teknolojilerinde yaşanan gelişmeler neticesinde cep telefonlarına; müzik dinleme, fotoğraf ve video çekme, bankacılık işlemlerini yürütme ve ajanda tutma gibi pek çok yeni özellikler eklenmiştir (Karaaslan ve Budak, 2012). Cep telefonları, taşınabilir ve geniş kapsama alanına sahip teknolojik cihazlardır. Ayrıca bu cihazlar kablosuz olacak şekilde tasarlanmıştır. Ancak bilişim alanında son yıllarda yaşanan gelişmeler ışığında; cep telefonlarının önceden sahip olduğu yazılı ve sesli iletişim özelliklerinin yanında, kablosuz ağ bağlantısı, video kamera,

işletim sistemleri ve üçüncü parti yazılımlar gibi ekstra özellikleri kapsayacak biçimde güncellenerek “akıllı telefon” formatına evrildiği görülmektedir (Gezgin ve ark., 2017). Getirilen yeni özellikler ve kolaylıkla taşınabilir olması, akıllı telefonların kullanımını yaygınlaştırmıştır. Sesli ve yazılı iletişim özelliklerinin yanı sıra internete erişim, dijital içeriklerin görüntülenmesi, sosyal medya uygulamaları, mobil uygulamalar, ses ve görüntü kaydı, e- mail, veri gönderimi ve mobil oyunlar gibi pek çok özellik akıllı telefonlarda bulunmaktadır (Çakır ve Oğuz, 2017).

Akıllı telefonların internet üzerinden araştırma yapma, fotoğraf/video çekme, oyun oynama, müzik dinleme, film izleme, eğlence, internet üzerinden alışveriş yapma gibi özellikler barındırması ve geniş depolama olanağı sağlaması bu cihazı insanlar için bir istekten ziyade daha çok ihtiyaç haline getirmiştir (Bostan ve Kalyon, 2024). Bu gelişmeler neticesinde, insanlar akıllı telefonlar ile bir bağ kurmaya başlamış, bundan ötürü akıllı telefon kullanım süresi artmış ve en nihayetinde de “akıllı telefon bağımlılığı” kavramı ortaya çıkmıştır.

Akıllı telefon bağımlılığı, dijital bağımlılık türleri içerisinde yer almakta olup; dijital oyun bağımlılığı, sosyal medya bağımlılığı ve internet bağımlılığı kavramlarında olduğu gibi net olarak tanımlanamamıştır. Akıllı telefon bağımlılığı kavramını; akıllı telefonların aşırı ve kontrolsüz bir biçimde kullanılması olarak ifade etmek mümkündür. Bireylerin günlük yaşantılarında akıllı telefonları her zaman yanlarında bulundurabilmeleri ve bu telefonların işlem gücü bakımından oldukça gelişmiş olması, bağımlılık ihtimalini daha da arttırmaktadır (Fidan, 2016).

Herhangi yaştan biri akıllı telefon kullanıcısı olsa bile bu cihaza en çok uyum sağlayanlar Y ve Z kuşaklarıdır. 1977-1994 yılları arasında doğan Y kuşağı, teknolojiye yatkın olan bireylerdir. Y kuşağı bireyleri, yüz yüze iletişim yerine e-mail veya yazılı mesajı tercih etmektedirler. 1995-2012 yılları arasında doğan Z kuşağı ise tamamen teknoloji çağının içine doğmuştur. Z kuşağı bireyleri, teknoloji konusunda Y kuşağına nazaran daha bilgili ve uzmandırlar. Bundan dolayı bu iki kuşak akıllı telefon kullanımında ön plana çıkmaktadır (Choudhary, 2014). Bu bilgilerden yola çıkarak; Z kuşağının Y kuşağına göre, Y kuşağının da X kuşağına göre akıllı telefon bağımlılığı oranının daha yüksek olduğunu söyleyebilmek mümkündür.

Daysal ve Yılmazel (2020) araştırmasında akıllı telefon bağımlılığını etkileyen faktörleri 4 ayrı başlıkta ele almıştır. Bunlar; yaş, cinsiyet, kişilik yapısı ve sosyal ağlardır.

1. Yaş: Y ve Z kuşağı, X kuşağına göre akıllı telefonlara daha yatkın ve bu cihazları daha fazla kullanmaktadır. Bundan ötürü Y ve Z kuşağı bireyleri, akıllı telefon bağımlılığı konusunda daha yüksek bir orana sahiptir.
2. Cinsiyet: Kadınlar; mesajlaşma, telefon görüşmesi ve sosyal medya gibi bağımlılık açısından en riskli olarak kabul edilen uygulamaları erkeklerden daha fazla kullanmaktadır (Cocoradă ve ark., 2018). Bundan dolayı kadınların, erkeklere nazaran akıllı telefon bağımlılığı oranının daha yüksek olduğu düşünülmektedir.
3. Kişilik yapısı: Kendine güveni olmayan, pasif agresif, obsesif, sosyal açıdan uyum sağlayamayan, sıklıkla moral bozukluğu yaşayan ve antisosyal kişilik özellikleri taşıyan bireylerde cep telefonu kullanımı daha fazladır (Sevi ve ark., 2014). İnsanların kontrolü eline alma isteği, maddi şeylere önem verme, sosyal kaygı ve dokunma ihtiyacı gibi psikolojik davranışları, akıllı telefonların aşırı kullanımı ile paralellik göstermektedir (Lee ve ark., 2014). Sonuç olarak, bu tür kişilik özelliklerine sahip bireylerin akıllı telefon bağımlılığına daha yatkın olduğu görülmektedir.
4. Sosyal ağlar: Sosyal medya uygulamaları vasıtasıyla; bireylerin her an istediği kişiyle iletişime ve etkileşime geçebilmesi, akıllı telefon bağımlılığı riskini arttırmaktadır.

Kalender (2021) ise çalışmasında akıllı telefon bağımlılığını etkileyen faktörleri; öz saygı, kişilik ve cinsiyet olarak ele almıştır.

Akıllı telefon bağımlılığının bir sonucu olan “nomofobi” kavramını incelememizde yarar bulunmaktadır. Nomofobi, akıllı telefona erişim sağlayamama ya da mobil ağ bağlantısının kesilmesi halinde hissedilen kaygıya işaret edilen bir davranışsal bağımlılık türüdür. Nomofobisi olan kişiler, telefonlarını sürekli olarak kontrol etmek isterler. Bu olmadığı takdirde, herhangi bir işe veya olaya odaklanmakta güçlük çekerler. Nomofobinin neden olduğu birtakım olumsuz sonuçlar bulunmaktadır. Bunlar;

- a. Kendini güvende hissetmemek, kolay bir şekilde paniklemek, korku ve kaygı hissetmek.
- b. Antisosyal birey olmak. Nomofobi, kişiyi antisosyal birey haline getirebilir. Nomofobisi olan bireyler sosyal etkileşim ve arkadaş edinme söz konusu olduğunda telefonlarına başvururlar. Genelde çevrimiçi arkadaşlıklar kurmayı tercih ettiklerinden gerçek hayatta arkadaş bulmak onlara zorlayıcı gelmektedir.

- c. Aşırı bağımlılık, bağımlılık ve sosyal medya. Nomofobi, insanların akıllı telefonlarına karşı aşırı bağımlı olmalarına sebebiyet verebilmektedir. Nomofobisi olan bireyler, sosyal medyada ünlü olma ve beğeni alma ihtiyacı duymaktadır. Bu bireyler böylelikle kendilerini görünür ve kabul edilebilir hale getireceğini düşünmektedir.
- d. Sağlık sorunları: Akıllı telefonlara bağımlı bireyler, kimi zaman telefonlarında yapmaktan zevk aldıkları bir şeye denk geldiklerinde zamanın nasıl geçtiğini unutabilmektedir (Anshari ve ark., 2019). Bu da günlük hayatta yerine getirmemiz gereken görevleri geç uyuyup, daha kısa bir zamanda ve özensiz bir biçimde yapmamıza sebep olmaktadır. Geç uyuma davranışı sürekli hale geldiği takdirde çeşitli sağlık problemlerine neden olmaktadır.

Son olarak, ülkemizde akıllı telefon kullanıcılarının ne kadar olduğuna dair Mobil İletişim Araçları ve Bilgi Teknolojileri İş İnsanları Derneği'nin 2023 yılında araştırma yapmış olduğu Mobil İletişim Sektörü Raporu'na göre; toplamda 85,59 milyon olan nüfusumuzun 81,68 milyonunun (%95,4) akıllı telefon kullanıcısı olduğu görülmektedir (Mobil İletişim Araçları ve Bilgi Teknolojileri İş İnsanları Derneği [MOBİSAD], 2023).

Televizyon bağımlılığı

Günümüzde teknoloji araçları, insanlar için toplumsal hayatın vazgeçilmez bir unsuru haline gelmiştir. Özellikle bilgi edinme, haber alma ve eğlence gibi faktörler toplumu teknolojik araçları kullanmaya itmiştir. Her ne kadar günümüzde; internet, cep telefonu ve bilgisayar gibi ileri düzey teknolojik cihazlar ön plana çıksa da hem işitsel hem de görsel özellikler taşıması, televizyonunun insan hayatındaki yerini farklı kılmıştır. Toplumun her kesimine hitap etmesi ayrıca bilgilendirme, haber verme ve eğlendirme gibi özellikleri barındırması televizyonu önemli bir kitle iletişim aracı haline getirmiştir (Dicle, 2019).

“Televizyon bağımlılığı” kavramı ilk olarak 1977 yılında tanınmış basın organlarında kullanılmaya başlanmış fakat bu kavramın eğitimciler, gazeteciler ve ebeveynler tarafından kullanımının yaygınlaşması 1987 yılında gerçekleşmiştir (Ulusoy ve İlhan, 2013). McIlwraith ve ark. (1991)'e göre “televizyon bağımlılığı” belli bir televizyon programını sürekli olarak izlemek değildir. Her bireyin favori bir spor programı veya dizisi olabilmektedir. Fakat “televizyon bağımlılığı” kavramını, televizyonun kendisine olan bağımlılık olarak açıklamak daha doğru olacaktır. Televizyonun bağımlılık etkisi, ekranda ne olduğunun hiçbir önemi olmadan bizi izlemeye teşvik eder ve izlemeye başladığımızda, düşündüğümüzden daha fazla

bir süre kendimizi ekran başında buluruz. Önceden, bu davranış “hipnoz” olarak tanımlanırken, artık günümüzde “bağımlılık” kavramı daha fazla kullanılmaktadır. Bu bağımlılık, televizyonun üzerimizde bırakmış olduğu etkilere bağlıdır ve bu etkilerden kurtulmak için bir hayli çaba sarf etmemiz gerekmektedir.

Kubey ve Csikszentmihalyi (2002)’e göre ise “televizyon bağımlılığı” kavramı net olarak tanımlanamasa da önemli bir gerçekliğin üzerinde durmaktadır. Ayrıca psikolog ve psikiyatristlerin, madde bağımlıları için belirlemiş olduğu; “madde kullanmak için çok zaman harcamak, planlanandan daha fazla kullanmak, kullanımı azaltmak için çaba sarf etmek ancak başarısız olmak, maddeyi kullanmak için önemli ailevi, sosyal ve mesleki faaliyetlerden feragat etmek ve madde bırakıldığında yoksunluk yaşamak” gibi kriterlerin çok fazla televizyon izleyenlerde de geçerli olabileceğini ifade etmiştir. Televizyon bağımlılığının gelişmesinde çeşitli nedenler bulunmaktadır. Bunlar;

1. Her iki ebeveynin de çalışması nedeniyle çocuğuna bakıcı tutması. Bu bakıcının yetersiz oluşu veya çocuğu ihmal etmesi (bebeği veya çocuğu genellikle televizyon karşısında oturtma, yemek yedirme ya da uyutma).
2. Çocuğun oldukça hareketli olması nedeni ile televizyonu açarak, çocuğu sakinleştirmeye çalışmak.
3. Çocuğun arkadaşlarının olmaması ve canının sıkıldığı düşüncesiyle televizyon açılması.
4. Çocuğa gelişimsel ve bilişsel katkısı olur düşüncesiyle televizyonun açılması.
5. Ebeveynlerin veya bakım verenlerin de televizyon bağımlısı olması.
6. Ebeveynlerin kendi arasında yaşamış olduğu anlaşmazlıklar.
7. Ekonomik yetersizlikler.
8. Sosyal ve çevresel etkenler (Dicle, 2021).

Televizyon izleme alışkanlıkları, tıpkı toplumun diğer kesimlerinde olduğu gibi çocuklarda da bağımlılık derecesine ulaşabilmektedir. Televizyon, geleneksel değerlerimize zarar verirken, sınır tanımaksızın küresel bir elektronik kültür ortamı oluşturmaktadır. Böylece çocukların duygu, düşünce ve davranışlarını şekillendirmektedir (Doğan ve Göker, 2012). Ulusoy ve İlhan (2013)’e göre televizyon bağımlılığının sebep olduğu bazı problemler bulunmaktadır. Bunlar;

1. Sağlıksız beslenme alışkanlığı,
2. Ekstra kilo alımı,

3. Uyku bozukluğu,
4. Dikkat eksikliği sorunları,
5. Okul performansında düşüş ve öğrenme güçlüğü,
6. Davranışsal ve gelişimsel problemler,
7. Şiddete eğilim,
8. Tembellik.

İnternet bağımlılığı

Yaşanan teknolojik gelişmeler ışığında, internetin asıl ortaya çıkış sebebi; kitle iletişim araçlarını güçlendirerek, herkesin bilgiye kolaylıkla erişebilmesini sağlamak ve araştırma yapmak isteyen bireylere yeni fırsatlar yaratmaktır. İnternetin popüler hale gelmesiyle günümüzde farklı kategorilerden birçok insan çeşitli sebeplerden ötürü internete erişim sağlamaktadır (Çakır Balta ve Horzum, 2008). İnsanlar bilgiye kolay erişim, hızlı ulaşma, hislerini ve fikirlerini açıklama gibi olanaklara sahip olması dolayısıyla interneti hayatının odak noktasına koymuştur (Sezer Efe ve ark., 2021). Hayatımızın hemen hemen her alanında kendisine yer bulan internet, ilk olarak insanlar arasındaki iletişime sağlamış olduğu katkılar ile bazı değişim ve dönüşümlere ön ayak olmuştur. Bu değişim ve dönüşümler çoğunlukla insanlığa fayda sağlarken, kimi zaman da aşırı internet kullanımı, birtakım olumsuz sonuçlara sebebiyet vermektedir (Gökçearsan ve Günbatar, 2012). Bahsi geçen olumsuz sonuçların başında hiç şüphesiz “internet bağımlılığı” yer almaktadır.

İnternet bağımlılığı, günümüzde psikoloji, sosyoloji ve iletişim gibi farklı disiplinlerin dikkatini çeken yeni bir bağımlılık çeşididir. Bu konu, araştırmacılar için önemli bir inceleme sahası olmuştur (Balcı ve Gülnar, 2009). İnternet bağımlılığının net bir tanımı olmamasına karşın, araştırmacılar bu olgunun varlığını kabul etmektedir (Chou ve ark., 2005). Aşırı internet kullanımı, bazı akademisyenlere göre bağımlılık yapıcı ve patolojik olabilmektedir. Ayrıca bu bağımlılık türünü dijital bağımlılık adı altında değerlendirmenin mümkün olacağını öne sürmüşlerdir (Widyanto ve Griffiths, 2006).

İnternet bağımlılığı; genel anlamıyla interneti aşırı kullanma arzusuna engel olamama, internet olmadan geçirilen zamanın değersizleşmesi, internetten mahrum kalındığında saldırgan ve sinirli olunması ve bireyin iş, aile ve sosyal hayatının gün geçtikçe olumsuz etkilenmesi şeklinde tanımlanabilmektedir (Arısoy, 2009). Bazı bireyler internete oldukça fazla zaman ayırmakta ve internet kullanımını kontrol etmekte güçlük çekmektedir. Böylelikle bireylerin sosyal ilişkilerinde ve iş hayatlarında birtakım olumsuz sonuçlar meydana gelmektedir. Bu

durumu açıklamak için de internet bağımlılığı kavramı kullanılmaktadır. Bu bağımlılık türü, kumar oynama bağımlılığı ile benzer özellikler göstermesi nedeniyle davranışsal bağımlılıklar kategorisinde ele alınmaktadır (Young, 2009). Aşırı internet kullanımına ilişkin davranış biçimleri, madde bağımlılığı ile benzer özellikler taşımaktadır. Bu özellikler içerisinde; yoksunluk belirtileri, azaltma veya bırakma denemelerinde tekrar eden başarısızlıklar, tolerans geliştirme ve günlük hayatta meydana gelen işlev kayıpları yer almaktadır (Kurniasanti ve ark., 2019). Soule ve ark. (2003)'e göre de internet bağımlılığının sebepleri diğer bağımlılık türleri ile benzerlik göstermektedir. Bunlar arasında; ailelerin parçalanması, üretkenliğin kaybolması ve iş kaybı yer almaktadır.

Young ve ark. (2000)'a göre internet bağımlılığının beş farklı türü bulunmaktadır. Bunlar:

1. Siberseks bağımlılığı: Yetişkinlere yönelik içeriklerin bulunduğu web sitelerinin kontrolsüzce kullanımı.
2. Siber-ilişki bağımlılığı: Yoğun bir biçimde çevrimiçi ilişkilere dahil olma.
3. Ağ takıntıları: Aşırı derecede çevrimiçi kumar oynama, alışveriş ve ticaret yapma.
4. Aşırı bilgi yüklenmesi: Aşırı bir biçimde web'de seyahat etme veya veri tabanı araştırmaları yapma davranışı.
5. Bilgisayar bağımlılığı: Aşırı şekilde bilgisayar oyunu oynama.

Dijital oyun bağımlılığı

Oyun oynamak, çocuğun gelişim süreci içerisinde meydana gelen en önemli faaliyetlerden birisidir. Çocuklar oyun oynama eylemi ile büyümekte, öğrenmekte ve dünyayı keşfetmektedir. Günümüz dijital dünyasında yaşanan gelişmelerden ötürü geçmişte oynanan saklambaç, sek sek ve ip atlama gibi geleneksel oyunların yerini dijital oyunlar almaya başlamıştır (Soyöz Semerci ve Balcı, 2020). Özellikle 1990'lı yıllardan itibaren oyun sektöründe gerçekleşen büyüme neticesinde; hızlı bir şekilde tüketilen ve yeni versiyonları olan birçok farklı türden dijital oyun piyasaya sürülmüştür (Yalçın Irmak ve Erdoğan, 2016).

Önceden sokakta, parkta veya oyun salonlarında oynanan oyunlar günümüzde yerini telefon, tablet, bilgisayar ve televizyon gibi dijital araçlarda oynanabilen oyunlara bırakmıştır. Dijital oyunların pek çok olumlu ve olumsuz özelliği bulunmaktadır. Bu olumsuz özelliklerin en önemlilerinden birisi de dijital oyun bağımlılığıdır (Aydoğdu, 2018). Lemmens ve ark. (2009), dijital oyun bağımlılığı kavramını; "bilgisayar ya da video oyunlarının zorlayıcı ve aşırı

bir biçimde kullanılması ve daha sonrasında ortaya çıkan duygusal ve sosyal problemlere rağmen kişinin bu kullanım biçimini kontrol edememesi” olarak açıklamıştır.

Yee (2006)’ye göre dijital oyun bağımlılığını tetikleyen üç farklı bileşen bulunmaktadır. Bunlar; başarı bileşeni, sosyal bileşen ve oyuna dalma bileşenidir.

1. Başarı Bileşeni: İlerleme, mekanik ve rekabet unsurlarından oluşmaktadır.
 - a. İlerleme: Oyun içerisinde güç sahibi olma, hızlı bir biçimde ilerleme, statü ve zenginlik elde etme arzusu.
 - b. Mekanik: Oyun karakterinin performansını yükseltmek amacıyla oyunun işleyişini ve temel kurallarını analiz etme isteği.
 - c. Rekabet: Diğer oyunculara meydan okuma ve onlarla rekabet etme isteği.
2. Sosyal Bileşen: Sosyalleşme, ilişki ve takım çalışması unsurlarından oluşmaktadır.
 - a. Sosyalleşme: Başka oyuncularla yardımlaşma ve onlarla sohbet etme isteği.
 - b. İlişki: Diğer oyuncularla anlamlı ve uzun dönemli ilişkiler kurma isteği.
 - c. Takım çalışması: Bir ekibin parçası olmaktan ve ortak bir başarı elde etmekten memnuniyet duyma.
3. Oyuna Dalma Bileşeni: Keşif, rol yapma, özelleştirme ve kontrol ve gerçek hayattan kaçma unsurlarından oluşmaktadır.
 - a. Keşif: Diğer oyuncuların farkında olmadığı şeyleri, önceden bulma ve öğrenme isteği.
 - b. Rol yapma: Gerçek hayatta olmak istediği kişiye benzer bir oyun karakteri oluşturmak ve diğer oyuncularla etkileşime geçmek.
 - c. Özelleştirme ve kontrol: Oyun karakterini kendi isteğine göre biçimlendirmek.
 - d. Gerçek hayattan kaçma: Çevrimiçi bir ortam sayesinde hayatın gerçek problemlerinden uzaklaşmak.

Griffiths (2003) çalışmasında, dijital oyun bağımlılığı ile mücadele hakkında ailelere bazı önerilerde bulunmuştur. Bu öneriler aşağıda yer almaktadır.

1. İlk olarak, oyunların içeriği hakkında bilgi sahibi olunmalı ve şiddet unsuru barındıran oyunlardan ziyade eğitici yönü yüksek olan oyunlara yönlendirme yapılmalıdır.
2. İkinci olarak, çocuklar tek kişilik oyunlar yerine grup halinde oynanan oyunlara yönlendirilmelidir. Böylece çocuklar iletişim ve ekip çalışması gibi beceriler kazanacaktır.

3. Üçüncü olarak, çocuklara oyun oynama süreleri hakkında sınır koyulmalıdır.
4. Dördüncü olarak, ebeveynler çocuklarının; yorgunken oyun oynamaktan kaçınma, ekran parlaklığını en yüksek seviyede kullanmama, iyi bir şekilde aydınlatılmış odada oynama ve ekrana fazlaca yakın oturmama gibi talimatları yerine getirmelerini sağlamalıdır.
5. Son olarak, yukarıdaki önerilerin bir çözüm olmaması halinde, çocuğun oyun oynadığı cihazı bir süre elinden alınmalı ve ancak şartlar yerine getirildiği takdirde geri verilmelidir.

Nihai olarak, günümüz teknoloji çağında; başta şiddet içerikli oyunlar olmak üzere, içerisinde insanların zihinsel ve fiziksel sağlığına olumsuz bir şekilde etki etme riskini barındıran birçok oyun, sektörün devamlılığını sağlamak için bilgisayar, cep telefonu, tablet ve televizyon gibi dijital araçlar vasıtasıyla geniş bir etki alanına yayılmıştır (Çavuş ve ark., 2016).

Sosyal medya bağımlılığı

Sosyal medya; herkesin ulaşabileceği kişisel hesaplar oluşturarak, insanların gerçek arkadaşları veya sanal mecralarda tanıştığı diğer kişilerle etkileşime geçebileceği sanal bir platformdur (Balcı ve ark., 2020). Sosyal medya siteleri kullanıcılarına, herkese görünür ya da yalnızca istedikleri kişilere görünür bir hesap oluşturma ve dahası diledikleri kişilerle bağlantı kurabilme olanağı tanıyan web tabanlı hizmetlerdir (Boyd ve Ellison, 2007). İnsanlar genel olarak; iletişim kurma, bilgi edinme, fikir belirtme, fotoğraf, video ya da farklı türden içerik paylaşabilme gibi olanaklarından ötürü sosyal medyayı kullanmaktadır. Özellikle iletişim ve bilgi edinme hususları insanların sosyal medya kullanımında belirleyici faktörlerdir (İliş ve Gülbahçe, 2019).

Sosyal medya insanların sevinç, hüznün, yalnızlık, moral ve sosyal katılım gibi pek çok ihtiyacına karşılık vermesinden ötürü sosyal medya bağımlılığına neden olabilmektedir (Babacan, 2016). Sosyal medya bağımlılığı; bireyin sosyal medyayı aşırı kullanmasından kaynaklı, gündelik hayatındaki iş, aile, eğitim ve sosyal alanlarda odaklanamama, meşgul olma, çatışma ve tatmin olamama gibi sorunlara sebep olan davranışsal bir problemdir (Tutgun-Ünal, 2015). Andreassen ve Pallesen (2014)'e göre ise sosyal medya bağımlılığı; kişinin eğitimine, işine, sosyal hayatına veya psikolojik sağlığına olumsuz etki etmesine rağmen sosyal medya platformlarına aşırı şekilde odaklanması ve bu siteleri kullanma konusunda duyulan aşırı bir arzu olarak tanımlanabilmektedir.

Çiftçi (2018) çalışmasında; sosyal medya kullanımı sonucu, aşağıdaki belirtilerin olması halinde sosyal medya bağımlılığının oluşabileceğine değinmiştir. Bu belirtiler;

1. İkili ilişkileri sağlıklı bir biçimde yürütememe,
2. Sosyal medya hesaplarını sürekli olarak kontrol etme isteği. Kontrol etmediği takdirde yaşanan huzursuzluk ve kaygı,
3. Akademik hayatta yaşanan olumsuzluklar,
4. Gerçeği ve sanal ortamı ayırt edememe,
5. Gündelik işlerde aksamaların olması,
6. Dikkat eksikliği ve algılamada problem yaşama,
7. Sosyal medya kullanımından sonra vücut fonksiyonlarında birtakım problemlerin baş göstermesi.

2.2.6. Dijital bağımlılığa etki eden etmenler

Bu çalışmamızda, dijital bağımlılığa etki eden etmenler; dijital kültürleşme, dijital sosyalleşme, dijital iletişim, dijital vatandaşlık ve dijital ebeveynlik başlıkları adı altında ele alınacaktır.

Dijital kültürleşme

Bir toplumun kendine özgü dil, inanç, değer, yaşayış biçimi, örf, adet, gelenek, görenek ve ahlak kurallarının tümü kültürü oluşturmaktadır. Kültür toplumu oluşturan ana unsurlardan biri olduğu için kültürsüz bir toplumun varlığından söz edilemez ayrıca ilkel de olsa her toplumun kendine has muhakkak bir kültürü vardır (Coşgun, 2012). Kültürleşme kavramı, en az iki grup olmak kaydıyla, farklı kültürel gruplar ve bu gruba mensup bireyler arasındaki etkileşim sonucu meydana gelen bir süreçtir. Bu süreç kültürel ve psikolojik değişimi içermektedir (Berry, 2005).

Dijital kültür; internet ve bilgisayar gibi teknolojik araçların yaygın bir hale gelmesiyle gelişim gösteren, dijital ortamların özelliklerini barındıran ve bu ortamlarla sıkı sıkıya bağlı olan kültürel bir oluşumdur. Dijital teknolojilerin etkisi altında kalan etkileşim ve üretim ortamına “dijital kültür” denmektedir (Okun, 2022). Yani kısaca dijital kültür, insanlar arasındaki iletişim ve etkileşimin teknolojik bir ortama taşınmasıdır.

Dijital kültürleşme kavramı, çevrimiçi ve çevrimdışı dünyaların etkileşime geçmesiyle oluşan ve sosyo-kültürel sınırlar dahilinde, bireylerin dijital ortamda kimliklerini açıklama ve davranışlarını şekillendirme süreci olarak tanımlanmaktadır (Dey ve ark., 2020).

Dijital sosyalleşme

Sosyalleşme kavramı; bireyin topluma entegrasyonu ve toplumsal normlara ayak uydurma süreci şeklinde ifade edilmektedir (Karagülle ve Çaycı, 2014). Sosyalleşmeyi farklı bir boyuta taşıyan sosyal medya araçları, pek çok insanın birbiriyle etkileşime geçmesine katkı sağlamıştır. Ayrıca insanlar bu araçlar aracılığıyla günün her anında ve istedikleri şekilde bilgi sahibi olabilmekte ve kolayca içerik paylaşımı yapabilmektedir (Uncu, 2020).

Sosyal medya araçları, insanların bir arada olmasına gerek duymadan haberleşmesine ve bilgi paylaşımı yapabilmesine fırsat tanıyan, yeni bir sosyalleşme sahası inşa etmiştir (Özkan ve Hira, 2017). Sonuç olarak, insanlar sosyal medya araçları sayesinde her an sosyalleşebilme olanağı bulabilmekte ve bu durum dijital sosyalleşme kavramı ile açıklanmaktadır.

Dijital iletişim

İletişim kavramı, yalnızca mesaj göndermek şeklinde düşünüldüğü için genelde yanlış anlaşılan bir kavramdır. Ancak bilinenin aksine iletişim, iki veya daha fazla kişinin birbirini eksiksiz bir biçimde anlama süreci olarak tanımlanmaktadır (Page, 1984). Özetle iletişimi; “bilgiyi oluşturma, iletme ve anlamlandırma” şeklinde tanımlamak mümkündür. Genel itibarıyla, iletişimin gerçekleşebilmesi adına en az iki sistemin gerekliliği esastır. Bunlar; iki insan, iki hayvan, iki teknolojik cihaz veya bir insan ile bir teknolojik cihaz ve bir insan ile bir hayvan olabilmektedir (Dökmen, 2000). İnsanoğlu ilk başlarda, konuşma ve yazma gibi iletişim becerilerine sahipken, internetin ortaya çıkmasıyla beraber iletişim farklı bir boyut kazanmış ve dijital ortamlarda kendine yer edinmiştir (İşman ve ark., 2016). Bu da dijital iletişim kavramının ortaya çıkmasına sebep olmuştur.

Dijital iletişim; telefon, tablet ve bilgisayar gibi teknolojik cihazlar aracılığıyla gerçekleştirilen bir haberleşme türüdür. Rahmawati ve Sujono (2021)’ya göre dijital iletişim, veri aktarımının iletişim kanalları vasıtasıyla bir noktadan bir noktaya ya da bir noktadan birçok noktaya ulaştığı bir süreçtir. Dijital iletişim, ortaya çıkan bir olayı anlık ve hızlı bir biçimde paylaşma fırsatı sunduğu için konuşma diline oldukça yakındır (Sakallı ve Bahadıroğlu, 2018). Sağlamış olduğu bu kolaylıklardan ötürü iletişimin dijital platformlar üzerinden yürütülmesi, günümüz dünyası için kaçınılmaz bir hale gelmiştir.

Dijital vatandaşlık

Bilişim ve iletişim sektöründeki ilerlemeler sayesinde, bilgiye her yerden anlık olarak ulaşabilmek ve dünyanın bir ucundan diğer ucuna iletişim kurabilmek mümkün olmuştur. Dahası neredeyse tüm dünyanın dijital araçlara erişim sağlayabilmesi ve vatandaşlık algısının

coğrafi sınırları aşması gibi nedenler dijital vatandaşlık kavramını öne çıkarmıştır (Çubukcu ve Bayzan, 2013). Teknolojiyi çevresindekilere zarar vermeyecek biçimde kullanan, paylaştığı içeriklerin ahlaki boyutunun farkında olan ve bu konuda toplumun geri kalan fertlerine örnek olan kişi “dijital vatandaş” olarak adlandırılmaktadır (Gezer, 2022).

Dijital vatandaşlık, bireylerin çevrimiçi ortamlarda problemleri çözme ve topluluklara katkıda bulunması olarak tanımlanmaktadır (Curran ve Ribble, 2017). Bir başka tanıma göre dijital vatandaşlık, dışarıdan gelebilecek her türlü riskin farkında olma ve sanal ortamlarda ahlaki normlara uygun tarzda hareket etmektir (Aydın, 2015).

Dijital ebeveynlik

Günümüzde ebeveynlerin en önemli sorumluluklarından biri de çocuklarının internet kullanımını takip etmek, olası risklerden korunmasını sağlamak ve bu süreçte çocuğa yol göstermektir (Huang ve ark., 2018). Ebeveynler, çocuklarını fiziksel ortamda olduğu kadar sanal ortamlarda da korumak zorundadır. Bu doğrultuda, “dijital ebeveynlik” kavramı karşımıza çıkmaktadır (Kabakçı Yurdakul ve ark., 2013).

Dijital ebeveyn; çocuğunun dijital ortamlarda geçirdiği süre zarfında psikolojik olarak zarar görmemesini sağlayan, sorumluluk sahibi ebeveyn olarak tanımlanmaktadır (Aşkın, 2020).

Dijital bağımlılığa etki eden etmenleri farklı başlıklar adı altında ele alan çalışmalar da mevcuttur. Örneğin Çelik ve Çelik (2023) çalışmasında aile, ev ortamı, çevre, okul değişkenleri, sosyal ağ, kullanım amacı, dijital cihazlar, diğer bağımlılıklar ve kişisel faktörler şeklinde ele almıştır. Yurduseven Evcı (2022) ise çalışmasında bireysel faktörler, aile ve çevre, sanal ortamlar (oyun ve alışveriş) sosyal medya şeklinde ele almıştır. Söz konusu çalışmalar ışığında, aile ortamının dijital teknoloji bağımlılığı sürecinde önemli bir risk faktörü olduğu söylenebilir.

2.2.7. Dijital bağımlılığın sebep olduğu sorunlar

Dijital bağımlılığın sebep olduğu birçok sorun bulunmaktadır. Bu sorunları; fiziksel sorunlar, psikolojik/davranışsal sorunlar ve sosyal sorunlar olmak üzere üç alt başlıkta incelemek mümkündür.

Fiziksel sorunlar

Çocukların teknolojik cihazlar karşısında hareketsiz ve uzun süre vakit geçirmesi, kas iskelet sistemine ciddi zararlar vermektedir (Mustafaoğlu ve ark., 2018). Aynı zamanda Mustafaoğlu ve Yasacı (2018) çalışmasında, dijital oyunlar karşısında çok vakit geçirmenin

gözlerde ağrı, kızarıklık ve kuruluğa sebep olacağını belirtmiştir. Ballard ve ark. (2009) çalışmasında, aşırı şekilde video oyunu oynamanın çocukları uzun bir süre hareketsiz bıraktığı ve onların beden sağlığına zarar verdiği sonucuna varmıştır. Yine aynı şekilde uzun süre ekran başında kalmak, çocuklarda fiziksel hareketsizliğin artmasına neden olmaktadır (Muslu ve Gökçay, 2019).

Dijital bağımlılığın sebep olduğu fiziksel sorunlardan biri de obezitedir. Yeteri kadar fiziksel aktivite gerçekleştirilmeyen bireylerde obezite riski bulunmaktadır. Başdaş ve Özbey (2020), ergen bireylerin internet kafelerde uzun bir müddet vakit geçirmesinin obezite riskini arttırabileceği düşüncesi üzerinde durmuştur. Maher ve ark. (2012) çalışmasında; obeziteyi tetikleyen faktörün, yetersiz fiziksel aktiviteden ziyade ekran süresi olduğunu belirtmiştir.

Dijital bağımlılığın sebep olduğu bir başka sorun da uykusuzluktur. Dworak ve ark. (2007) araştırmasında; çok fazla bilgisayar oyunu oynayan çocukların, uyku düzenlerinde bozulma meydana geleceğini dile getirmiştir. Li ve ark. (2017)'de ergenlerin problemlili bir şekilde internet kullanmasının, uykusuzluk sorununa yol açabileceğini öne sürmüştür.

Ayrıca bilgisayar kullanmak ve televizyon izlemek gibi bireyi hareketsiz bırakan eylemler, çocuklarda kardiyovasküler hastalık ihtimalini arttırmaktadır (Bel-Serrat ve ark., 2013). Dahası ekran başında uzun süre hareketsiz kalmak; tansiyon, kolesterol, diyabet, insülin, terleme, kalp atışında hızlanma ve hızlı nefes alma gibi problemlere yol açmaktadır (Lissak, 2018).

Psikolojik ve davranışsal sorunlar

Literatürü incelediğimizde, özellikle şiddet içerikli bilgisayar oyunlarının çocukları olumsuz olarak etkilediği görülmektedir. Şiddet içeren bilgisayar oyunları, insanların duygu, düşünce ve davranışlarını agresif bir biçimde sergilemesine sebep olabilmektedir. Bununla birlikte bu insanların, başkalarına yardımcı olma ve empati yapma davranışlarında azalma görülebilmektedir (Anderson ve ark., 2010). Çocukların ve gençlerin uzun süre şiddet içerikli oyunlarla meşgul olması, saldırganlık davranışını tetikleyebilmektedir (Anderson ve Bushman, 2001).

Öte yandan bilgisayar oyunu bağımlılığı; depresyon, anksiyete ve somatizasyon bozuklukları gibi davranışsal problemler ile bağlantılıdır (Sallayıcı ve Yöndem, 2020). Paganı ve ark. (2010) çalışmasında, uzun süre televizyon izlemenin çocuklar için olumsuz risk teşkil ettiğini belirtmiş, ayrıca davranışsal, zihinsel ve motor becerilerin gelişmesine katkı sağlayan faaliyetleri azalttığını dile getirmiştir. Bunun yanı sıra ortaokul öğrencileri ile yapılan bir

araştırmada da dijital oyun bağımlılığı ile zorbalık eğilimi arasında pozitif anlamda bir ilişki bulunduğu tespit edilmiştir (Gökbulut, 2020).

Freeman (2008) araştırmasında, internet oyunu bağımlılığının sebep olduğu psikiyatrik bozuklukları dört ayrı başlıkta kategorize etmiştir. Bunlar;

1. Duygu Durumu Bozuklukları: Bipolar bozukluk, depresif bozukluk ve madde kaynaklı duygu durumu bozukluğu.
2. Anksiyete Bozuklukları: Sosyal fobi, yaygın anksiyete bozukluğu ve tanımlanmamış anksiyete bozukluğu.
3. Dikkat Bozuklukları: Dikkat eksikliği bozukluğu, dikkat eksikliği ve hiperaktivite bozukluğu.
4. Madde Kullanım Bozukluğu: Amfetamin, kokain ve esrarın kötüye kullanımı ve bağımlılığı.

Sosyal sorunlar

Aşırı düzeyde dijital teknoloji kullanımı, bireyin ikili ilişkilerine zarar vermekte ve onu sosyal çevresinden izole etmektedir (Kaçmaz, 2022). Literatürü incelediğimizde dijital araçları aşırı kullanmanın, davranışsal ve zihinsel becerileri, iletişim becerilerini, akademik başarıyı, okula bağlılığı ve sosyal duygusal öğrenme becerilerini olumsuz şekilde etkilediği görölmekte ve bunların bir sosyal soruna işaret ettiği düşünölmektedir. Aşağıda bu düşünceyi destekleyen çalışmalar yer almaktadır.

Arslan ve Bardakçı (2020) çalışmasında, öğrencilerin aşırı dijital cihaz kullanmasının davranışsal ve zihinsel becerilerine olumsuz etkide bulunduğu sonucuna varmıştır. Levent (2020) tez çalışmasında, üniversite öğrencilerinde akıllı telefon bağımlılığının iletişim becerilerini negatif şekilde etkilediği sonucuna ulaşmıştır. Tilki ve Çetin (2023) araştırmasında, dijital oyun bağımlılığının, sosyal duygusal öğrenme becerilerini olumsuz olarak etkilediği sonucuna varmıştır. Eryılmaz ve Çukurluöz (2018) lise öğrencileri ile yaptığı araştırmasında, dijital oyun bağımlılığının başarı düzeyini olumsuz etkilediği sonucuna ulaşmıştır. Suna Dağ ve ark. (2021)'de çalışmasında, çocuklarda dijital oyun bağımlılığının akademik başarıyı negatif yönde etkilediği sonucuna ulaşmıştır. Son olarak, Tonga (2024) çocuklarda dijital oyun bağımlılığının, okul bağlılığını olumsuz şekilde etkilediği sonucuna ulaşmıştır.

Yukarıda ele almış olduğumuz fiziksel, psikolojik/davranışsal ve sosyal sorunlardan ayrı olarak, Plowman ve ark. (2010)'de çocuklarda dijital bağımlılığın neden olduğu problemleri farklı bir şekilde ele almıştır. Bunlar;

1. Sosyokültürel Problemler:

- Yalnız oyun oynamayı teşvik eden dijital cihazlar nedeni ile çocuklar sosyal gelişim bakımından risk altındadır.
- Dijital cihazlar, gerçek bir deneyim yerine sanal bir deneyim sunmaktadır.
- Dijital araçların pazarlanması, savunmasız çocukları sinsi bir şekilde hedef almaktadır.

2. Bilişsel Problemler:

- Bilişsel kaynaklar üzerindeki aşırı talepler, çocukların zihinsel gelişimine zarar vermektedir.
- Pasifliğe neden olan dijital cihazlar, çocuklarda hayal gücü gelişiminin önüne set koymaktadır.
- Dijital teknolojiler, çocukların dil gelişimini olumsuz şekilde etkilemektedir.

3. Sağlık Problemleri:

- Dijital araçlar bağımlılık yapmaktadır.
- Dijital cihazlardan ötürü çocukların uygunsuz içeriklere maruz kalma riski bulunmaktadır.
- Hareketsiz şekilde teknoloji kullanımı, obezite ve benzeri sağlık problemlerine neden olmaktadır.
- Kimi zaman dışarıda vakit geçirmek sağlık açısından gerekliyken, dijital cihazlar çocukları eve hapsetmektedir.
- Dijital araçlar, çocukların duygusal gelişimine katkı sağlayan aile üyeleri ile etkileşim kurmasına engel olmaktadır.

2.2.8. Dijital bağımlılığın tanı kriterleri

Dijital bağımlılığın çeşitli tanı kriterleri mevcuttur. Bu çalışmamızda; Young'un, Shapira ve Arkadaşlarının ve Griffiths'in tanı kriterleri ele alınmıştır.

Young'un tanı kriterleri

Young (1998) çalışmasında, internet bağımlılığının tanı kriterlerini 8 madde olarak ele almıştır. Bu kriterleri, DSM-IV'te yer alan patolojik kumar oynama bağımlılığının 10 temel kriterinden yola çıkarak oluşturmuştur. Young'un internet bağımlılığı tanı kriterleri şu şekildedir:

1. İnternetin sizi yoğun bir biçimde meşgul ettiğini düşünüyor musunuz (örneğin, sonlanmış aktiviteleri anımsamak ve bundan sonraki çevrimiçi aktiviteleri sabırsızlıkla beklemek)?
2. İnternet kullanım miktarını daha çok haz alabilmek için arttırma gerekliliği duyuyor musunuz?
3. İnternet kullanımını kontrol altına almak, azaltmak veya tamamen sonlandırmak adına tekrarlayan başarısız girişimleriniz oldu mu?
4. İnternet kullanımını azaltmak veya sonlandırmak istediğinizde huzursuz, huysuz, depresif ya da sinirli hissediyor musunuz?
5. Planladığınızdan daha fazla çevrimiçi kalıyor musunuz?
6. Sizin için önemli olan bir işi, ilişkiyi, eğitimi ya da kariyer fırsatını internet yüzünden riske attığınız veya kaybettiğiniz oldu mu?
7. İnternette geçirmiş olduğunuz süreyi ailenizden, arkadaşlarınızdan veya terapistinizden gizlemek için yanlış beyanda bulunduğunuz oldu mu?
8. Günlük yaşamın problemlerinden ve istenmeyen ruh halinden uzaklaşmak için interneti kullanıyor musunuz (örneğin, suçluluk, depresyon, kaygı ve çaresizlik gibi duygular)?

Yukarıdaki maddelerden 5 veya daha fazlasına evet cevabı verenler internet bağımlısı olarak sınıflandırılmıştır.

Shapira ve arkadaşlarının tanı kriterleri

Shapira ve ark. (2003), problemlili internet kullanımının tanı kriterlerini aşağıdaki maddeler şeklinde belirlemiştir.

- A. İnternet kullanımı ile alakalı aşağıdaki olumsuz durumlar ortaya çıkıyorsa, bu kullanım problemlili olabilmektedir.
 1. Sürekli olarak interneti kullanma isteği ve buna karşı koyamama hali.
 2. Planlanandan daha çok internette vakit geçirme.
- B. Aşırı internet kullanımı sonucunda kişinin işi, görevleri ve sosyal hayatı aksıyor ya da kişi işlevselliğini kaybediyorsa, bu kullanım problemlili olabilmektedir.
- C. Aşırı internet kullanımı, sadece hipomani ya da mani gibi ruhsal rahatsızlık dönemlerinde ortaya çıkmamaktadır. Üstelik farklı bir tanı ile açıklanamamaktadır.

Griffiths'in tanı kriterleri

Griffiths, (1999) çalışmasında, aşağıdaki 6 kriteri sağlayan herhangi bir davranışın bağımlılık olarak tanımlanabileceğini ifade etmiştir.

1. Dikkat çekme: Bu kriter, belli bir aktivitenin bireyin yaşamındaki en öncelikli hale gelmesiyle ortaya çıkmakta, ayrıca düşünce ve davranışlara etki etmektedir. Örneğin, internet kullanıcıları çevrimdışı oldukları zamanlarda bile çevrimiçi olacakları zamanı hayal etmektedirler.
2. Ruh hali değişikliği: Bu kriter, genelde bir tür başa çıkma mekanizması olarak görülen ve insanların bir aktiviteyi sonlandırdıktan sonra yaşamış olduğu duygusal durumları ifade etmektedir. Örneğin, kişi çevrimiçi olduğu süre zarfında heyecanlı ve coşkulu hissedebilir, ayrıca bu süre arttığında sakinleşebilmekte ve hayatın gerçekliğinden uzaklaşabilmektedir.
3. Tolerans: Bu kriter, belirli bir davranıştan aynı derecede etki elde edebilmek için gittikçe daha fazla zaman harcanan ve yoğunluk gerektiren bir süreci içermektedir. Örneğin, internet kullanıcısı bir birey, ilk başlarda kısa bir süre içinde elde etmiş olduğu ruhsal etkiyi tekrardan deneyimleyebilmek için internet kullanım miktarını aşamalı bir biçimde arttırmak zorunda kalabilmektedir.
4. Yoksunluk belirtileri: Bu kriter, belirli bir davranışın birdenbire bırakılması veya ciddi derecede azaltılması halinde ortaya çıkan olumsuz fiziksel ve duygusal belirtileri ifade etmektedir. Örneğin, internet kullanıcısı bir birey, internet kullanımını bırakması veya süresini azaltması durumunda sinirlilik, huysuzluk ve titreme yaşayabilmektedir.
5. Çatışma: Bağımlılık sonucunda birçok çatışma türü ortaya çıkabilmektedir. Örneğin, kişiler arası çatışma (kişinin çevresindekiler ile yaşamış olduğu problemler), faaliyet çatışmaları (sosyal hayat, iş ve hobiler) ve kişisel çatışmalar (kişinin kendi içsel problemleri) gibi.
6. Nüks: Bu kriter, bireyin geçmişteki alışkanlıklarına tekrardan dönme eğilimini, ortaya koyan bir durumdur. Birey, uzun bir dönem bağımlılıktan uzak kalmış ya da bazı davranışlarını kontrol etmiş olsa dahi onun geçmişte yaşamış olduğu aşırı bağımlılık davranışları tekrardan ortaya çıkabilmektedir.

2.2.9. Okul öncesi çocuklarda dijital bağımlılık

Okul öncesi dönem 0-6 yaş arasındaki çocukları kapsamaktadır. Bu dönem çocuğun en hızlı gelişim gösterdiği dönemdir. 0-6 yaş arasındaki çocuklar, ev ortamından ayrılıp

sosyalleşmeye başlamakta, başka insanlarla etkileşime geçmekte ve böylece çevrelerinde ne olup bittiğini keşfetmektedir. Çocuklar günümüzde, dış dünyayla bağlantı kurabilmek için daha çok teknolojik araçları kullanmakta ve bu araçlar sayesinde çevresini keşfetmektedir (Güzelyurt ve Nayci, 2021).

Çocukların teknoloji kullanımı, tarihsel süreç içerisinde iki ayrı bakış açısı ile ele alınmıştır. Bir kesim, teknolojik araçların çocuklara öğrenme, okuma alışkanlığı edinme ve sosyal ilişkilere pozitif katkı sağlama gibi olumlu özellikler kazandıracaklarını öne sürerken, diğer kesim ise dijital teknolojilerin çocukların sosyal gelişimini riske attığını ve hatta dijital bağımlılığa sebep olabileceğini düşünmektedir (Kucirkova ve ark., 2018).

Okul öncesi dönemde, çocuklar daha çok oyun oynayarak vakit geçirmektedir. Günümüzde bahçe oyunları, spor oyunları ve sokak oyunları gibi pek çok oyun çeşidi bulunmaktadır. Bunun yanı sıra, teknolojide yaşanan gelişmelerden ötürü dijital oyunlar da yaygın bir hale gelmiştir. Birçok evde dijital araçların olması ve internet bağlantısının bulunması, çocuklara istedikleri zaman diledikleri kişilerle kolay bir biçimde eğlenceli vakit geçirme fırsatı sunmuştur. Fakat bu durum aynı zamanda okul öncesi çocuklarda dijital bağımlılık riskini de beraberinde getirmiştir (Cengiz Saltuk ve Erciyes, 2020).

Dijital bağımlılığın okul öncesi çocuklara etkisi

Dijital araçların aşırı kullanımı sonucunda ortaya çıkan dijital bağımlılık sorunu, her yaştan bireyi etkilediği gibi okul öncesi çocukları da negatif bir şekilde etkilemektedir. Bu konu hakkında çeşitli araştırmalar mevcuttur. Okul öncesi dönem itibarıyla aşırı şekilde kullanılan dijital medya araçları kalp damar hastalıkları ve obezite riskini arttırabilmektedir. Ayrıca bu kullanım şekli, bireyin sağlığını hayatı boyunca olumsuz şekilde etkileyebilmektedir (Reid Chassiakos ve ark., 2016). Şenol ve ark. (2024) çalışmasında, okul öncesi çocuklarda dijital oyun bağımlılığının sosyal ve duygusal gelişimi negatif şekilde etkilediği sonucuna varmıştır. Dahası dijital oyun bağımlılığı, okul öncesi çocukları sosyal hayattan uzaklaştırabilmekte ve hayatın gerçekliğinden koparabilmektedir. Bağatarhan (2023) ise araştırmasında, okul öncesi çocuklarda dijital oyun bağımlılığı ile antisosyal davranış problemleri arasında pozitif yönlü bir ilişki olduğunu bulgulamıştır. Bir başka çalışmada da okul öncesi çocuklarda dijital oyun bağımlılığının sosyal yetkinliği azalttığı; öfke, kaygı ve geri çekilme davranışlarını ise arttırdığı sonucuna ulaşılmıştır (Budak, 2020). Massaroni ve ark. (2023) incelemiş oldukları 18 makaleden yola çıkarak, çocukların 2 yaşına kadar uzun süreli ekrana maruz kalmasının iletişim becerilerini ve dil gelişimini olumsuz olarak etkilediği sonucuna ulaşmıştır. Özetle dijital

teknolojilerin aşırı kullanımı, okul öncesi çocukların bedensel, sosyal, duygusal ve dil gelişimlerini olumsuz şekilde etkilemektedir.

Okul öncesi çocuklarda dijital bağımlılıkla mücadele

Dijital bağımlılıkla mücadele konusunda öncelikle ebeveynlerin birtakım rolleri icra etmesi gerekmektedir. Bunlar; dijital okuryazarlık, kontrol, farkındalık, yenilikçilik ve etikdir (Yay, 2019).

1. Dijital okuryazarlık: Teknolojiyi ve interneti temel seviyede kullanabilme becerisi ile bilişim teknolojilerindeki gizlilik politikaları hakkında farkındalık sahibi olmak.
2. Kontrol: Zararlı içeriklere erişimi kısıtlama, aşırı kullanımın önüne geçmek için süre sınırlaması koyma, teknolojiyi birlikte kullanma ve sınırları belli olmayan bilişim dünyasında çocuğu yalnız bırakmamak.
3. Farkındalık: İnternet ortamındaki olası risklerin farkında olma, faydalı veya zararlı içerikleri ayırt etme ve böylece çocuğunun dijital ortamdaki etkinliklerini bilinçli şekilde takip etmek.
4. Yenilikçilik: Teknolojideki gelişmeleri yakından takip etmek, öğrenmeye çalışmak ve güncel yeniliklerin hem faydaları hem de zararları hakkında bilgi sahibi olmak.
5. Etik: Dijital ortamda, gizliliğe ve kişisel haklara saygılı olma, doğru ve güvenilir bilgiye ulaşmak için çaba sarf etme, fikri mülkiyet haklarına saygılı olma ve bunlara karşı sorumlu davranmak.

Okul öncesi çocuklarda dijital bağımlılıkla mücadele yöntemlerinden biri de ebeveyn arabuluculuğudur. Ebeveyn arabuluculuğu kavramı, çocukların dijital ortamlarda karşı karşıya kalabilecekleri olası risklerin önüne geçilmesi veya minimum düzeye indirilmesi temeline dayanmaktadır (Ayar ve ark., 2023). Ebeveyn arabuluculuğu teorisi, ebeveynlerin çocuklarını medya kullanımı hakkında yönlendirmesi ve bu kullanımın negatif etkilerini azaltmak için başvurduğu iletişim stratejilerini açıklayan bir yaklaşımdır (Clark, 2011). Bu yaklaşıma göre, ebeveynler çocuklarının medya kullanımını kontrol etmek, yönlendirmek, sınırlandırmak ve maruz kaldıkları medya içeriklerini eleştirel bir bakış açısıyla analiz etme yeteneği kazanmaları için çeşitli metotlar kullanmaktadır. Kirwil (2009) ebeveyn arabuluculuğunu, çocukların güvenli ve bilinçli bir biçimde interneti kullanabilmesi için ebeveynler tarafından alınan tedbirler ve uygulanan stratejiler olarak tanımlamıştır. Ayrıca bu stratejilerin, çocukları internette faydalandırmayı ve muhtemel risklerden korumayı amaçladığını ifade etmiştir.

Cengiz Saltuk (2020) tez çalışmasında, okul öncesi çocuklarda teknoloji kullanımının olası zararlarından korunmak için aile danışmanlığının öneminden bahsetmiştir. Bu çalışmada aile danışmanının hem çocukların gelişimsel özellikleri hem de doğru teknoloji kullanımı hakkında ebeveynlere rehberlik etmesi üzerinde durmaktadır. Bu çalışmadan hareketle, aile danışmanlığının okul öncesi çocuklarda dijital bağımlılıkla mücadele konusunda önemli bir yeri olduğu düşünülmektedir.

Ekolojik sistemler kuramı ve dijital bağımlılık

Bronfenbrenner (1994) insan gelişimini, sadece bireyin kendine has özellikleri ile değil, aynı zamanda çevresel faktörlerin etkileşimiyle açıklamayı hedeflemiştir. Bu yaklaşımı ise ekolojik sistemler kuramı ile ortaya koymuştur. Ekolojik sistemler kuramı; mikrosistem, mezosistem, ekzosistem, makrosistem ve kronosistem olmak üzere beş temel sistemden meydana gelmektedir (Can Yurt ve Saracaloğlu, 2025). Bireylerin günlük hayatta karşılaştığı problemleri bu sistemler ile ele almak, olaylara bütüncül bir bakış açısıyla yaklaşmamıza, sorunların sebeplerine ilişkin daha derinlemesine bilgiler elde etmemize ve daha sistematik çözümler üretmemize olanak sağlamaktadır. Kurt (2025) çalışmasında, Bronfenbrenner'in ekolojik sistemler kuramının toplumsal sorunların ortaya koyulmasında etkili olduğunu belirtmiştir. Günümüz problemlerinden olan dijital bağımlılıkla mücadele konusunda, ekolojik sistemler kuramını kullanarak sorunlara sistematik bir bakış açısı geliştirip, daha yapıcı çözümler ortaya koymak mümkündür. Aşağıda ekolojik sistemler kuramından kısaca bahsedilecek ve araştırmacı tarafından dijital bağımlılığa uyarlaması yapılarak, olası çözüm önerileri sunulacaktır.

1. Mikrosistem: Bireyin direkt olarak etkileşim kurduğu en yakın çevredir. Aile, arkadaş, okul, mahalle vb. Buradaki etkileşim çift yönlüdür, yani birey çevresini etkiler ve aynı zamanda çevresinden etkilenir (Sarıgül, 2025).
 - a. Dijital bağımlılıkla ilgili mikrosistem düzeyde örnekler;
 - Bir çocuğun evde sürekli olarak bilgisayar oyunu oynaması, ailesiyle kurduğu etkileşimi azaltabilmektedir.
 - Aile üyeleri akşamları televizyon başında vakit geçiriyorsa, çocukta bu davranışı örnek alabilmektedir.
 - Bir öğrencinin ders esnasında sürekli telefonuyla meşgul olması, öğretmeniyle arasındaki akademik ilişkiye zarar verebilmektedir.

- Çocuğun annesi veya babası ile iletişim kurmakta güçlük çekmesi, onun problemleri teknoloji kullanımını arttırabilmekte ve bu iletişimi dijital mecralarda aramasına neden olabilmektedir.
 - b. Dijital bağımlılıkla mücadelede mikrosistem düzeyde öneriler;
 - Tüm aile üyelerini kapsayacak şekilde ortak bir teknoloji kullanım saati belirlenebilir.
 - Çeşitli aile rutinleri planlanabilir. Örneğin birlikte akşam yemeği yemek gibi.
 - Aile ve okul tarafından spor, sanat ve doğa yürüyüşü gibi farklı etkinlikler planlanabilir.
 - Ebeveynler ve öğretmenler dijital araçların kullanımı konusunda çocuklara örnek olmalı ve onları bilinçli kullanmaya teşvik etmelidir.
2. Mezosistem: Mikrosistemler arasındaki ilişkiyi içermektedir. Örneğin; aile ve öğretmen arasındaki iletişim, aile ve arkadaş çevresi arasındaki etkileşim gibi (Talu ve Elmas, 2020).
- a. Dijital bağımlılıkla ilgili mezosistem düzeyde örnekler;
 - Aile ile öğretmen arasındaki iletişim zayıf ise çocuğun problemleri dijital teknoloji kullanımını fark edilmeyebilir.
 - Öğretmen problemleri teknoloji kullanımını fark eder ve aileye erken sürede bildirmezse müdahalede gecikme yaşanabilir.
 - b. Dijital bağımlılıkla mücadelede mezosistem düzeyde öneriler;
 - Aile ile okul arasındaki iş birliği desteklenebilir ve çocuğun dijital alışkanlıkları hakkında bilgi alışverişi yapılabilir.
 - Teknoloji kullanımı hakkında ev ve okul ortamında benzerlik gösteren kurallar, çocukların daha hızlı uyum sağlamasına vesile olabilir.
 - Ebeveynler çocuklarının etkileşimde olduğu arkadaş çevresinin ebeveynleri ile ortak hareket ederek, bilgi alışverişinde bulunabilir ve teknoloji kullanımı hakkında onlarla benzer sınırlamalar getirebilir.
3. Ekzosistem: Bireyin direkt olarak içerisinde yer almadığı fakat dolaylı bir şekilde etkilendiği sistemdir. Örneğin; ebeveynlerin işi, yerel yönetimler ve medya gibi (Eslek ve Yılmaz Irmak, 2018).
- a. Dijital bağımlılıkla ilgili ekzosistem düzeyde örnekler;
 - Ebeveynlerin iş yerindeki yoğunluğu veya stresi, çocuklarına yeteri kadar vakit ayıramamasına ve daha fazla ekran süresi tanınmasına neden olabilmektedir.
 - Yerel yönetimlerin çocuklara yönelik dijital okuryazarlık eğitimi sunmaması dijital bağımlılığın artmasına sebep olabilmektedir.

- Medya araçlarının teknoloji kullanımını teşvik edici paylaşımlar yapması, dijital bağımlılığın artışına yol açabilmektedir.
- b. Dijital bağımlılıkla mücadelede ekzosistem düzeyde öneriler;
 - Yerel yönetimler tarafından dijital okuryazarlık eğitimleri planlanabilir.
 - Medya içerikleri denetime tabi tutulabilir. Özellikle çocukların erişim sağladığı içeriklerin kalitesi ve süresi kontrol altına alınabilir.
- 4. Makrosistem: Toplumun değer yargılarını, kültürel normlarını ve ideolojisini içeren sistemdir. Aynı zamanda diğer sistemleri şekillendirmektedir. Örneğin; kültürel inançlar, yasalar, ekonomik yapı ve eğitim sistemi gibi (Can Yurt ve Saracaloğlu, 2025).
 - a. Dijital bağımlılıkla ilgili makrosistem düzeyde örnekler;
 - Sosyal medyada popüler olma kültürü, çocukların dijital teknoloji kullanımını arttırabilmektedir.
 - Teknolojiye erişimin bir statü göstergesi olması çocukları teknoloji kullanımına teşvik etmektedir.
 - Teknolojinin kaçınılmaz olduğu düşüncesi dijital araçların kullanım süresini göz ardı ederek, aşırı kullanım biçimini normalleştirmektedir.
 - b. Dijital bağımlılıkla mücadelede makrosistem düzeyde öneriler;
 - Teknoloji kullanımı hakkında çeşitli yasalar koyularak, bağımlılık etkisi azaltılabilir. Örneğin, teknoloji kullanımı konusunda yaş sınırı koyulabilir veya içerik kısıtlaması getirilebilir.
 - Sosyal medya kullanımında, çocuklar ve gençler için süre sınırlaması getirilebilir.
 - Milli Eğitim Bakanlığı, okullarda teknolojinin doğru kullanımı hakkında programlar düzenleyebilir ve dijital vatandaşlık dersini zorunlu bir ders olarak müfredatına ekleyebilir.
- 5. Kronosistem: Bireyin hayatındaki önemli olayları ve tarihsel süreçleri içeren sistemdir. Örneğin; ebeveyn kaybı, boşanma, depresyon, pandemi ve ekonomik kriz gibi (Erten ve Kelebek, 2023).
 - a. Dijital bağımlılıkla ilgili kronosistem düzeyde örnekler;
 - Ebeveynleri boşanmış bir çocuk, birlikte kaldığı ebeveyninden yeteri kadar ilgi görmemesi halinde dijital araçlara yönelebilmektedir.
 - Meydana gelen pandemi süreçlerinde, çocuklar eve kapanmakta, uzaktan eğitime geçmekte ve tamamen dijital araçlarla vakit geçirebilmektedir.
 - b. Dijital bağımlılıkla mücadelede kronosistem düzeyde öneriler;

- Birey hayatındaki kriz dönemlerinde danışmanlık hizmeti olarak bu süreci daha az hasarla atlatabilir. Böylece kişi yaşamış olduğu olumsuz süreçte, çözümü dijital teknolojilerde aramak yerine kendisinin de aktif bir rol aldığı yapıcı ve kalıcı çözümler üretebilir.
- Pandemi süresince teknolojinin olası zararları hakkında öğrenciler bilgilendirilebilir. Eğitim içerikleri teknoloji kullanımını minimum düzeyde gerektirecek şekilde tasarlanabilir.

Sosyal hizmet ve dijital bağımlılık/ okul sosyal hizmeti

Sosyal hizmet disiplini yapısı gereği dezavantajlı kesimlerle çalışıp, onların hayatını insan onuruna yaraşır bir biçimde idame ettirebilmesi için mücadele etmektedir. Toplum içerisinde sürekli olarak karşı karşıya kalabileceğimiz pek çok dezavantajlı grup bulunmaktadır. Yoksullar, işsizler, engelli ve yaşlı bireyler, çocuklar, kadınlar, hükümlüler ve eğitime sınırlı erişimi olan bireyler gibi. Bağımlı bireyler de tıpkı saymış olduğumuz gruplar gibi dezavantajlı kesimde yer almaktadır. Bundan ötürüdür ki sosyal hizmet uzmanları, tıpkı diğer gruplarla olduğu gibi bağımlı bireylerle de çalışmakta ve onlara psikososyal destek sağlamaktadır.

Sosyal hizmet uzmanlarının arabulucu, savunucu, eğitici, danışman, vaka yöneticisi, iş yükü yöneticisi, süpervizör, yönetici, sosyal değişim faili ve araştırmacı gibi bazı rolleri bulunmaktadır (Sheafor ve Horejsi, 2016). Sosyal hizmet uzmanları mevcut ihtiyaçları göz önünde bulundurarak mikro, mezo ve makro düzeyde çalışmalar yürütmektedir. Mikro düzeyde, birey ve aile ile çalışarak onların kişisel, ruhsal ve sosyal problemlerini ortaya koyar ve ardından ihtiyaçlarına yönelik çözümler üretir. Mezo düzeyde, gruplarla çalışıp onların ortak problemlerine birlikte çözüm üretmek için yoğun çaba sarf eder. Makro düzeyde ise, yeni politikalar geliştirmeye çalışır ve toplumsal değişimi sağlamak için toplumu cesaretlendirir. Bu üç düzeyde de asıl hedeflenen; birey, aile ve toplumun iyilik haline katkıda bulunmak ve sosyal adaleti sağlamaktır.

Polat (2014) çalışmasında, madde bağımlılığı tedavisinde sosyal hizmet uzmanının görevlerini ele almıştır. Bu çalışmadan yola çıkarak madde bağımlılığını, dijital bağımlılığa uyarlayabilmek mümkündür.

1. Birey ve ailesine dair değerlendirme: Sosyal hizmet uzmanı, dijital bağımlılığın tedavisine kolaylık sağlaması bakımından bağımlı bireyin kendisi, ailesi ve sosyal çevresine dair elde etmiş olduğu verileri ekiple paylaşmaktadır. Bu değerlendirme yapılırken “çevresi içinde birey” ilkesi göz önünde bulundurulmalıdır. Çünkü birey

ebeveynlerinden, okuldaki, mahalledeki veya iş yerindeki arkadaşlarından etkilenecek dijital bağımlı olabilmektedir.

2. Psikososyal müdahaleler: Ortaya koyulan detaylı bir değerlendirme sonucunda, dijital bağımlılığın ardında yatan psikososyal etkenlere yönelik müdahale planları gerçekleştirilmelidir. Ancak buradaki temel kıstas bireyin bulunduğu noktadan başlamaktır. Bu süreçte birey ve ailesi hakkındaki bilgi kaynakları tedavi bakımından önem arz etmektedir. Bireyin tedaviye dair motivasyonunu arttırmak, geleceğe dair hedeflerini ve beklentilerini gündeme getirmek, mevcut olan sosyal hizmetlerle bireyi ve ailesini buluşturmak psikososyal müdahalelere örnek olarak gösterilebilir.
3. Tedaviden sonraki süreci planlama: Bireyin tedavi sonrasında normal hayatına dönmesi için sosyal hizmet uzmanları önemli bir rol oynamaktadır. Bu süreçte, bireyin iş hayatına veya okul hayatına dönüşünü planlamak, sosyal destek mekanizmalarını güçlendirmek ve olası bir relaps (geçmişte yakalanmış olduğu bir rahatsızlığın tekrar etmesi) durumunda bireyi ve ailesini bilgilendirmek gereklidir.

Dijital bağımlılıkla mücadele konusunda okul sosyal hizmeti de önemli bir unsurdur. Okul sosyal hizmeti; öğrencilerin mevcut gelişim dönemi, parçası olduğu aile yapısı, karşılaştığı problemlerin çözümü, gereksinim duyulan hizmetlere erişimi ve en nihayetinde eğitim hayatlarını başarılı bir biçimde devam ettirebilecek düzeye gelmeleri gibi pek çok hizmeti gerçekleştirmek amacıyla okullarda kendisine yer bulan bir sosyal hizmet alanıdır (Duman, 2000). Okul sosyal hizmet uzmanının savunuculuk, davranış uzmanı, ruh sağlığı uzmanı, bireysel tedavi planı ekip üyesi ve alkol ve diğer madde bağımlılığı uzmanı rolleri bulunmaktadır (Zastrow, 2014). Dijital bağımlılığın, çocukların karşılaştığı problemlerden biri olmasından ötürü okul sosyal hizmeti kapsamında değerlendirilebileceği ve sosyal hizmet uzmanının sahip olduğu roller ile konuya dair çözümler üretilebileceği düşünülmektedir.

Okul öncesi dönem çocuklarının temel bakım ve duygusal ihtiyaçlarının yeteri kadar karşılanamaması, onların dijital teknolojilere yönelimini arttırmakta ve bağımlılık belirtileri göstermesine neden olabilmektedir. Bilhassa ebeveynlerin çocukları ile yeterli düzeyde iletişime geçmemesi ve duygusal bağ kurmaması ihmal olarak görülmektedir. İhmal maruz kalan çocuklar bu tür ihtiyaçlarını genellikle dijital teknolojilerden karşılamaktadır. Söz konusu durum, çocuğun gelişimsel açıdan riskli bir bağımlılık ilişkisi geliştirmesine neden olmakta ve sosyal-duygusal becerilerinde birtakım olumsuzluklara sebebiyet verebilmektedir. Nihai olarak, okul öncesi dönem çocuklarında dijital teknoloji bağımlılığı ile anne çocuk ihmali arasında bir ilişki olduğu düşünüldüğünden aşağıda anne çocuk ihmali başlığı ele alınmıştır.

2.3. Anne Çocuk İhmali

Çocuk ihmali ile ilgilenen tüm disiplinler ve uzmanlar, çocukların yeterli düzeyde bakım alabileceği ve korunabileceği bir ortam sağlayabilmek için çaba sarf etmektedir (Dubowitz ve ark., 1993). İstismar ve ihmal kavramları genelde karıştırılmaktadır. Buradaki ayırt edici nokta; istismar durumu aktif davranışlardan oluşurken, ihmal durumunda ise pasif davranışlar söz konusudur (Kaş Güner ve ark., 2016). İhmal; çocuğun bakımını sağlamakla yükümlü olan kişilerin görevlerini yerine getirmemesi, çocuğu fiziksel veya duygusal açıdan göz ardı etmesi şeklinde tanımlanabilmektedir (Yaşar ve Akduman, 2007). Genel itibari ile ihmal, çocuğun fiziksel, duygusal, bilişsel, sosyal, kültürel ve eğitim bakımından gerekli desteği görememesidir (Özgentürk, 2014). İhmal, çocuğun sağlıklı bir biçimde hayatını devam ettirebilmesi için ihtiyaç duyduğu temel gereksinimlere erişememesidir.

Yukarıdaki paragrafta bahsedildiği üzere çocuğun temel ihtiyaçlarının fiziksel ve duygusal açıdan karşılanmaması durumu “çocuk ihmali” olarak nitelendirilmektedir. Bilhassa anneler, evde daha çok vakit geçirdiği için çocuk bakımında belirleyici bir rol üstlenmektedir. Fakat ailenin içinde bulunduğu ekonomik, psikolojik veya sosyokültürel şartlar zaman zaman çocuğun ihmal edilmesine yol açabilmektedir. Günümüz toplumlarında, genellikle çocuğun bakımını anne üstlendiği için bahsi geçen hayat şartları anneyi daha çok etkilemekte ve bu durum çocuğun göz ardı edilmesine ve ihmeline yol açabilmektedir.

2.3.1. Çocuk ihmalinin türleri

Bu çalışmamızda, çocuk ihmalinin türlerini; fiziksel, duygusal, tıbbi ve eğitim olmak üzere 4 alt başlıkta ele alacağız.

1. Fiziksel ihmal: Genelde yoksulluk, hijyen eksikliği ve düzensizlik sonucu ortaya çıkan fiziksel ihmal, çocukların yaşam kalitesini olumsuz şekilde etkilemektedir. Bu çocuklar yetersiz beslenmekte, eski ve kirli kıyafetler giymekte, bakımsız görünmekte, kötü kokmakta, seyrek ve cansız saçta sahip olmakta, sık sık yaralanmakta, hastalanmakta ve kimi zaman altına kaçırma sorunu yaşamaktadır (Howe, 2005).
2. Duygusal ihmal: Çocuğa yeteri kadar sevgi ve ilgi gösterilmemesi durumunda “duygusal ihmal” kavramı karşımıza çıkmaktadır. Çocuğu duygusal açıdan ihmal eden aileler; çocuğu reddetmekte, görmezden gelmekte ve duygusal ihtiyaçlarına kayıtsız kalabilmektedir (Hergüner, 2011).

3. Tıbbi ihmal: Bu ihmal türü, çocukların sağlık olanaklarından yoksun kalmalarını açıklamak için kullanılmaktadır (Yüksel ve Yüksel, 2014). Çocuğunu tıbbi açıdan ihmal eden aileler; çocuklarının aşılarını geciktirmekte, kimi zaman hiç yaptırmamakta ve olası bir hastalık söz konusu olduğunda hastaneye götürmemektedir.
4. Eğitim ihmali: Çocuğun okula devam sağlayamaması, yeteri düzeyde eğitim alamaması ve özel ihtiyaçlarının önemslenmemesi şeklinde ifade edilmektedir. Bu ihmal türü sonucunda; çocuk okulda başarısız olmakta ve çeşitli sosyal problemler ile karşı karşıya kalabilmektedir. Yapılan bazı araştırmalar, ihmalin düşük akademik başarı ve okul devamsızlığı ile ilintili olduğunu vurgulamaktadır (Stowman ve Donohue, 2005).

2.3.2. Çocuk ihmalinin sonuçları

Çocuk ihmali kısa vadede bilişsel ve duygusal gelişimde gecikme, davranış sorunları ve özgüven eksikliğine sebep olurken; uzun vadede ise yoksulluğa, madde bağımlılığına, problemlerli cinsel davranışlara, şiddet eğilimine ve travma sonrası stres bozukluğuna neden olmaktadır (Stoltenborgh ve ark., 2013). Crouch ve Milner (1993) çalışmasında çocuk ihmalinin sonuçlarını; fiziksel, zihinsel, sosyal ve davranışsal, psikolojik ve duygusal olmak üzere 4 ayrı kategoride ele almıştır. Çocuk ihmalinin fiziksel bakımdan ele aldığımızda, ihmale uğrayan çocuklarda büyüme geriliği yaşandığı görülmektedir. Zihinsel gelişim bakımından ele alırsak, ihmale uğrayan çocukların dil gelişiminde ve bilişsel becerilerinde gözle görülür gecikmeler yaşandığı gözlemlenmiştir. Sosyal ve davranışsal bakımdan incelediğimizde, ihmale uğrayan çocukların güvenli bağlanma gerçekleştirirken güçlük çektiği ve bu çocukların sosyal hayatta içine kapanık, pasif ve çekingen olmaları üzerinde durulmuştur. Psikolojik ve duygusal gelişim bakımından incelediğimizde ise, ihmal edilen çocuklarda kaygı, depresyon ve düşük özsaygı gibi psikolojik sorunlar ortaya çıkmaktadır.

Beyazıt (2017) doktora çalışmasında; ihmalin büyüme geriliği, alt ıslatma, bağlanma bozukluğu, öğrenme güçlüğü, saldırgan davranışlar sergileme, yalan söyleme, kaygı, depresyon, düşük özgüven ve sosyal ilişkilerde başarısız olma gibi problemlere sebebiyet verdiğini ele almıştır. Özetle ihmal, çocukların fiziksel, bilişsel, duygusal, zihinsel, davranışsal ve dil gelişiminde büyük sorunlara yol açabilmektedir.

2.3.3. İhmalin okul öncesi çocuklara etkisi

İhmal edilen okul öncesi çocuklar; dil ve düşünme becerilerinde daha çok problem yaşamakta ve daha az sosyal etkileşime geçmektedir. Ayrıca bu çocuklar baş etme becerileri zayıf, bağımlı ve mutsuz bir profil görüntüsü sergilemektedir (Hildyard ve Wolfe, 2002). Dubowitz ve ark. (2002) çalışmasında, okul öncesi çocuklarda ihmalin bilişsel gelişimi olumsuz şekilde etkilediği üzerinde durmuştur. İhmale maruz kalan okul öncesi çocuklar akademik başarı, yaratıcılık ve dürtü kontrolü konularında daha düşük beceriye sahiptir.

Okul öncesi dönem çocuklarında dijital teknoloji bağımlılığı ile anne çocuk ihmali arasındaki ilişki, çocuğun gelişim sürecine dair önemli bir risk faktörü olarak görülmektedir. Bu bağlamda, aile rutinlerinin söz konusu ilişki üzerinde aracı bir rol oynayabileceği düşünülmektedir. Düzenli ve planlı aile rutinleri, ebeveyn-çocuk etkileşimini arttırmakta ve çocukların günlük hayatlarındaki belirsizlikleri azaltıp, onlara güven içerisinde hissettiği bir ortam fırsatı sunmaktadır. Aile rutinlerinin sağladığı bu katkılar, hem dijital teknolojilere karşı aşırı yönelimi hem de ihmal sayılabilecek davranışları azaltıcı bir rol üstlenmektedir. Örneğin, uyku düzeni, yemek saati ve ortak oyun aktiviteleri gibi rutinlerin varlığı ebeveyn-çocuk etkileşiminin kalitesini arttırarak, dijital içeriklere bağımlı olmanın önünde engel olabilmektedir. Dolayısıyla, aile rutinlerinin niteliği ve sürekliliği, okul öncesi dönem çocuklarında dijital teknoloji bağımlılığı ile anne çocuk ihmali arasındaki ilişkiyi anlamada önemli bir aracı değişken olarak düşünüldüğünden aşağıda aile rutinleri başlığı ele alınmıştır.

2.4. Aile Rutinleri

2.4.1. Aile kavramı

Evlilik, kan bağı veya evlat edinme yoluyla birbirine bağlı olan bireylerin meydana getirdiği topluluğa aile denilmektedir. Aynı çatı altında hayatını idame ettiren, kazançlarını paylaşan ve daima etkileşim halinde olan bu bireyler; karı-koca, anne-baba ve kardeşler gibi farklı türden sosyal ilişkiler ile birbirine bağlıdır. Diğer bir bakış açısına göre aile; başta evlilik ve kan bağı koşulu olmak üzere ebeveynler, çocuklar ve kardeşler arasındaki ilişki temeline dayanan toplumun en küçük yapı taşını meydana getirmektedir (Ağdemir, 1991).

Aile toplumun temeli ve özüdür. Üstelik toplum yapılanması ailede başlamaktadır. Aileyi oluşturan anne, baba, çocuk ve eşler arasında belli bir sistem ve düzen bulunmaktadır. Aile, kendisine mensup olan bireylerin farklı ihtiyaçlarına çözüm üreten bir kurumdur. Söz konusu bu ihtiyaçlar fiziksel, biyolojik ve manevi olabilmektedir. Bu ihtiyaçların giderilmesi;

güçlü nesillerin ortaya çıkmasına, maddi ve manevi değerlerin artmasına ve elde edilen birikimlerin gelecek kuşaklara aktarılmasına olanak sağlamaktadır (Cansel, 1969).

2.4.2. Rutin kavramı

Rutinler; çocuğun başrolde olduğu, en az bir yetişkinin etkileşim kurduğu ya da denetleyici bir görev aldığı, gözle görülür ve tekrar eden davranışlar olarak tanımlanmaktadır. Bu rutinler çocuğun hayatında günlük ya da haftalık olabilmekte ve belli bir düzen dahilinde gerçekleşmektedir (Sytsma ve ark., 2001). Rutinler genel itibariyle belli bir görevin yerine getirilmesi için direkt bir iletişim modelini tercih etmektedir. Rutinlerde kullanılan dil açıktır, harekete geçirir ve rollerin kararlaştırılmasına öncülük etmektedir. Rutinler gün içinde kendiliğinden gerçekleşmekte ve sona erdiğinde üzerinde fazla durulmamaktadır. Bu davranışlar zamanla tekrar etmekte, minimum değişikliğe uğramakta ve kolaylıkla gözlemlenebilmektedir. Bundan dolayıdır ki rutinler, hayatımızdaki istikrar ve düzeni sağlamak için önemli bir görev üstlenmektedir (Fiese, 2006). Rutinler, aile üyelerinin günlük işlerini halledebilmesi için kimin, neyi, nasıl ve ne zaman yapacağı hakkında bir düzen oluşturmaktadır (Dakak ve Gözün Kahraman, 2024). Rutinler her birey için birtakım farklılıklar göstermekle beraber küçük çocuklar için genelde yemek yeme, uyuma, oyun oynama ve okuma zamanı gibi aktivitelerden oluşmaktadır (Ferretti ve Bub, 2014).

2.4.3. Aile rutinleri

Aile üyeleri içinde paylaşılan çeşitli görevler, bir düzen oluşturmakta ve bu düzen sayesinde aile varlığını devam ettirebilmektedir. Aile rutini kavramı da birçok ailede tanık olunan belirli bir davranış düzeni olduğu düşüncesiyle ortaya çıkmıştır (Boyce ve ark., 1983). Ailelerin günlük hayatındaki birtakım aktiviteler hem rutin hem de ritüel olabilmektedir. Bundan dolayı iki kavram arasındaki anlam farkı kimi zaman kafa karışıklığına sebebiyet verebilmektedir. Rutin ve ritüel kavramları arasındaki farkı anlayabilmek için “yemek zamanı” aktivitesi güzel bir örnek olmaktadır. Aile yemekleri, genelde önceden planlanmakta ve her üyenin çeşitli görevleri bulunmaktadır. Belirli bir düzen içinde gerçekleşen bu süreçte yemeği hazırlama, servis etme, masayı toplama ve bulaşık yıkama gibi etkileşimler “yemek zamanı rutinleri” şeklinde görülmektedir. Bunun yanı sıra aile üyeleri kimi zaman birlikte yemek yemeye özel bir anlam yükleyebilmektedir. Örneğin, özel günleri kutlamak için geleneksel ya da özel yemekler hazırlamak gibi çeşitli eylemler sembolik bir anlam taşımakta ve “yemek zamanı ritüelleri” olarak görülmektedir (Crespo ve ark., 2013).

Fiese ve ark. (2002) ise çalışmasında rutin ve ritüel arasındaki farkı şu şekilde ele almıştır: Rutinler, kısa zaman içinde gerçekleşmekte, düzenli şekilde tekrar ederek bir alışkanlık haline gelmekte ve sona erdikten sonra üzerinde fazla durulmamaktadır. Ritüeller ise duygusal bir anlam taşımaktadır. Örneğin, aile arasında gerçekleşen bayram gelenekleri ve özel kutlamalar aile bağlarını güçlendirir ve aile üyeleri için özel bir anlam ifade etmektedir.

2.4.4. Aile rutinlerinin faydaları

Çeşitli aile rutinleri bulunmaktadır. Bunlar; birlikte yemek yemek, ailece eğlenmek, uyuma ve uyanma zamanı, duş saati, selamlaşmak, vedalaşmak ve hafta sonu aktiviteleri düzenlemek gibi. Aile rutinleri, özellikle çocuk sahibi olan aileler için büyük bir öneme sahiptir. Anne ve babaların ev içinde bir düzen, yapı ve tutarlılık oluşturması çocukların sağlıklı gelişimi için gereklidir. Rutinler sayesinde oluşan bu ev ortamı, aile içindeki iletişim ve etkileşime katkı sunmakta, ayrıca çocukların güvenli şekilde büyümesine olanak sağlamaktadır. Aile rutinleri çocukların ruhsal ve bedensel gelişimine destek olmaktadır. Yemek yemek, uyumak, kişisel bakımını yapmak, tuvalet ihtiyacını karşılamak ve giyinmek gibi temel davranışlar çocukların gelişim sürecinde etkin bir rol oynamaktadır. Dahası bu rutinler çocuklara davranış alışkanlığı kazandırmakta ve kurallara kolay uyum sağlamasına aracı olmaktadır. Örneğin, hafta içi her gün aynı saatte uyanan, kişisel bakımını yapan, kahvaltısını eden ve okuluna giden çocuklar gelecekte de bu alışkanlıklarını devam ettirme eğilimi göstermektedir. En nihayetinde, aile rutinleri sayesinde çocuklar sorumluluk bilinci kazanmakta ve kendilerini daha güvende hissetmektedir (Hosokawa ve ark., 2023).

Aile rutinleri çeşitli becerilerin gelişmesine olanak sağlamaktadır. Bunlar; dil gelişimi, akademik beceri gelişimi ve sosyal beceri gelişimidir (Spagnola ve Fiese, 2007).

1. Dil Gelişimi: Genelde ailecek yenilen akşam yemekleri bir rutin haline gelmektedir. Akşam yemeğinde ebeveynler, çocukları ile günlerinin nasıl geçtiği hakkında sohbet etmekte, çeşitli hikayeler paylaşmakta ve geleceğe dair hedefler hakkında sohbet etmektedir. Böylece akşam yemeği rutinleri çocukların dil gelişimine katkı sağlamaktadır.
2. Akademik Beceri Gelişimi: Kimi aileler kitap okumayı bir rutin haline getirmekte ve bu rutin sayesinde çocuklar akademik beceri kazanmaktadır.
3. Sosyal Beceri Gelişimi: Çeşitli aile rutinleri sayesinde çocuklar sorumluluk alma bilinci kazanmakta, diğer aile üyeleri ile iletişim kurmakta ve etkileşime

geçmektedir. Edinmiş olduğu bu beceriler sayesinde, ailesi dışındaki bireylerle de etkileşime geçen çocuklar sosyalleşme fırsatı bulmaktadır.

Selman ve Dilworth-Bart (2024) 170 çalışmadan elde ederek hazırladıkları sistematik derleme makalesinde; aile rutinlerinin çocuklarda bilişsel, fiziksel, duygusal, sosyal ve öz düzenleme becerilerine katkı sağladığı sonucuna ulaşmıştır. Harris ve ark. (2014) çalışmasında, düzenli şekilde ev işlerine yardım eden çocukların özgüven ve başarı duygularında artış olduğunu dile etmiştir. Bir başka çalışmada (Turnbull ve ark., 2022) ise aile rutinlerinin yoksul ailede yaşayan çocuklar için koruyucu bir faktör olduğu ve bu çocukları okula hazırlık sürecinde desteklediği üzerinde durulmuştur.

2.4.5. Okul öncesi dönemde aile rutinlerinin önemi

Okul öncesi dönemde çocuklar dünyayı yeni yeni keşfetmeye ve anlamlandırmaya çalışmaktadır. Bazı durumlarda dünya onlar için belirsizliklerle dolu bir yer olabilmekte ve olayları algılamakta güçlük çekebilmektedirler. Henüz fiziksel, bilişsel, duygusal ve sosyal anlamda tam olarak gelişmeyen okul öncesi dönem çocukları, düzenli ve yapılandırılmış aile rutinleri sayesinde hayatın tahmin edilebilir olduğunu görmekte ve çevresindeki soyut olayları daha kolay bir biçimde algılayabilmektedir. Örneğin her sabah aynı saatte yapılan bir kahvaltı rutininin olması ya da aile üyeleri ile akşam gerçekleştirilen sohbet şeklindeki bir rutinin varlığı çocuğun hayatındaki belirsizliği azaltarak, ona öngörülebilir bir ortam imkanı sunabilir. Hosokawa ve ark. (2023) çalışmasında, aile rutinlerinin çocukların ruh sağlığını günlük hayatın stres faktörlerinden koruyacağını ve sosyal yeterliliği arttırabileceğini bulgulanmıştır. Ferretti ve Bub (2014) çalışmasında, aile rutinlerinin okul öncesi dönem çocuklarında hem öz düzenleme becerilerine hem de bilişsel becerilere katkı sağladığını saptamıştır. Ayrıca daha fazla aile rutinlerine sahip okul öncesi dönem çocuklarının akademik olarak daha başarılı olduğu ve daha az davranışsal problemler sergilediği bulgulanmıştır (Ferretti ve Bub, 2017). Muñiz ve ark. (2014) ise çalışmasında, aile rutinlerinin okul öncesi dönem çocuklarında duygusal ve sosyal sağlığa katkı sunacağı sonucuna varmıştır.

2.5. İlgili Yurt İçi ve Yurt Dışı Çalışmalar

2.5.1. Dijital bağımlılıkla ilgili yurt içi ve yurt dışı çalışmalar

Bağcı Çetin (2024) 4-6 yaş çocuklarında dijital oyun bağımlılığı eğilimi ile öz-düzenleme becerileri arasındaki ilişkiyi incelediği çalışmasında, verileri okul öncesi eğitime devam etmekte olan 303 çocuğun annesinden elde etmiştir. Çalışmada “Dijital Oyun Bağımlılığı Ölçeği” ve “4-6 Yaş Çocuklarına Yönelik Öz-Düzenleme Becerileri Ölçeği-Anne

Formu” kullanılmıştır. Yapılan analizler neticesinde; çocuğun öz-düzenleme becerileri toplamı ve dikkat, çalışma belleği, engelleyici kontrol-duygu, engelleyici kontrol-davranış alt boyutları ile dijital oyun bağımlılığı eğilimi toplamı ve çatışma, sürekli oynama, hayata yansıtma, hayattan kopma alt boyutları arasında anlamlı ve negatif yönlü bir ilişki olduğu ortaya koyulmuştur.

Aydın (2025) okul öncesi dönem çocuklarında dijital oyun bağımlılığı eğilimi ile psikomotor gelişimleri arasındaki ilişkiyi incelediği çalışmasında, verileri okul öncesi eğitime devam etmekte olan 300 çocuktan elde etmiştir. Çalışmada “Dijital Oyun Bağımlılığı Eğilimi Ölçeği” ve “Test of Gross Motor Development-2” kullanılmıştır. Yapılan analizler neticesinde; öğrencilerin dijital oyun bağımlılığı puanları ile psikomotor gelişim puanları arasında istatistiksel bakımdan anlamlı ve negatif yönlü ilişkiler olduğu ortaya koyulmuştur.

Yılmaz ve Arslan (2024) okul öncesi dönem çocuklarında dijital oyun bağımlılık eğilimi ile sosyal duygusal iyi oluş ve psikolojik sağlamlık arasındaki ilişkiyi incelediği çalışmasında, verileri okul öncesi eğitime devam eden 324 çocuktan elde etmiştir. Çalışmada “Dijital Oyun Bağımlılık Eğilimi Ölçeği” ve “Okul Öncesi Çocuklar İçin Sosyal Duygusal İyi Oluş ve Psikolojik Sağlamlık Ölçeği” kullanılmıştır. Yapılan analizler neticesinde; çocukların dijital oyun bağımlılığı eğilimi ile sosyal duygusal iyi oluş ve psikolojik sağlamlıkları arasında anlamlı ve orta düzeyde negatif yönlü bir ilişki olduğu ortaya koyulmuştur.

Kara (2023) okul öncesi dönem çocuklarında dijital oyun bağımlılığı ile akran oyun davranışları arasındaki ilişkiyi incelediği yüksek lisans tez çalışmasında, verileri okul öncesi eğitime devam eden 4-5 yaş aralığındaki 301 çocuktan elde etmiştir. Çalışmada, “Dijital Oyun Bağımlılık Eğilimi Ölçeği” ve “Penn Etkileşimli Akran Oyun Ölçeği” kullanılmıştır. Yapılan analizler neticesinde; çocukların dijital oyun bağımlılığı eğilimleri ile etkileşimli akran oyun davranışları arasında anlamlı ve pozitif yönlü bir ilişki olduğu ortaya koyulmuştur.

Orunbayev ve ark. (2024) okul öncesi dönem çocuklarında teknoloji bağımlılığı ile duruş, denge ve kas gücü arasındaki ilişkiyi incelediği çalışmasında, verileri 4-6 yaş aralığındaki 56 çocuktan elde etmiştir. Çalışmada, “Problematic Technology Use Scale for Young Children” ve duruş, denge, kas gücünü ölçen testler kullanılmıştır. Yapılan analizler neticesinde; okul öncesi dönem çocuklarında problemlili teknoloji kullanımı ile denge ve duruş performansları arasında anlamlı ve negatif yönlü bir ilişki; kas gücü performansı ile ise anlamlı ve pozitif yönlü bir ilişki olduğu ortaya koyulmuştur.

Kışla, (2025) okul öncesi dönem çocuklarında dijital oyun bağımlılığı ile yaratıcılık arasındaki ilişkiyi incelediği yüksek lisans tez çalışmasında, verileri okul öncesi eğitime devam eden 60 ay üstü 333 çocuktan elde etmiştir. Çalışmada, “Dijital Oyun Bağımlılık Eğilimi Ölçeği” ve “Erken Çocuk Yaratıcılık Ölçeği” kullanılmıştır. Yapılan analizler neticesinde; çocukların dijital oyun bağımlılığı eğilimleri ile yaratıcılık performansları arasında anlamlı ve düşük düzeyde negatif yönlü bir ilişki olduğu ortaya koyulmuştur.

Yılmaz (2024) annelerin sosyal medya bağımlılığı ile okul öncesi dönem çocuklarında dijital oyun bağımlılığı ve iletişim becerileri arasındaki ilişkiyi incelediği yüksek lisans tez çalışmasında, verileri okul öncesi eğitime devam eden 300 çocuk ve annelerinden elde etmiştir. Çalışmada, “Dijital Oyun Bağımlılık Eğilimi Ölçeği”, “5-6 Yaş Çocukları İçin İletişim Becerileri Ölçeği” ve “Sosyal Medya Bağımlılığı Ölçeği-Yetişkin Formu” kullanılmıştır. Yapılan analizler neticesinde; çocukların dijital oyun bağımlılığı ile iletişim becerileri arasında anlamlı ve negatif yönlü bir ilişki, çocukların dijital oyun bağımlılığı ile annelerin sosyal medya bağımlılığı arasında orta düzeyde anlamlı ve pozitif yönlü bir ilişki ve son olarak çocukların iletişim becerileri ile annelerin sosyal medya bağımlılığı arasında düşük düzeyde anlamlı ve negatif yönlü bir ilişki olduğu ortaya koyulmuştur.

Şenol ve ark. (2024) okul öncesi dönem çocuklarında dijital oyun bağımlılığı ile sosyal-duygusal gelişim ve ebeveyn rehberliği arasındaki ilişkiyi incelediği çalışmasında, verileri okul öncesi eğitime devam eden 60-72 ay arası 142 çocuktan elde etmiştir. Çalışmada, “Dijital Oyun Bağımlılık Eğilimi Ölçeği”, “Digital Game Parental Mediation Scale” ve “Ages&Stages Questionnaire: Social-Emotional” kullanılmıştır. Yapılan analizler neticesinde; çocuklarda dijital oyun bağımlılığı ile sosyal ve duygusal gelişim arasında anlamlı ve negatif yönlü bir ilişki olduğu ortaya koyulmuştur.

Yılmaz Kurt ve ark. (2025) ortaokul öğrencilerinin dijital oyun bağımlılığı ile ebeveyn farkındalığı arasındaki ilişkiyi incelediği çalışmasında, verileri ortaokulda öğrenim gören 392 öğrenciden elde etmiştir. Çalışmada, “Digital Game Addiction Scale for Children” ve “Digital Parenting Awareness Scale” kullanılmıştır. Yapılan analizler neticesinde; çocuklarda dijital oyun bağımlılığı ile ebeveyn farkındalığı arasında anlamlı ve negatif yönlü bir ilişki olduğu ortaya koyulmuştur.

Li ve ark. (2024) küçük yaş çocuklarda dijital bağımlılık ile ailenin sosyoekonomik düzeyi arasındaki ilişkiyi incelediği çalışmasında, verileri 403 ebeveynden çevrimiçi anket şeklinde elde etmiştir. Çalışmada, “Internet Addiction Test” ve “Parenting Style Questionnaire”

(Çince versiyonu) kullanılmıştır. Yapılan analizler neticesinde; çocukların dijital bağımlılık düzeyi ile ailenin sosyoekonomik düzeyi arasında anlamlı ve negatif yönlü bir ilişki olduğu ortaya koyulmuştur.

2.5.2. Anne çocuk ihmaliyle ilgili yurt içi ve yurt dışı çalışmalar

Şenol (2022) okul öncesi dönem çocuğu olan ebeveynlerin çocuk ihmali ve istismarıyla ilgili farkındalıklarını incelediği çalışmasında, verileri okul öncesi eğitime devam eden 502 çocuğun ebeveyninden elde etmiştir. Çalışmada, “Ebeveynlerin Çocuk İhmali ve İstismarı Farkındalık Ölçeği” ve “Ebeveyn İstismar Ölçeği” kullanılmıştır. Yapılan analizler neticesinde; sosyo-demografik değişkenlerin, ebeveynlerin çocuk ihmali ve istismarı konusunda bilinç düzeylerini etkilediği görülmüştür.

Yıldırımş ve Çalışkan (2024) Covid-19 sürecinde okul öncesi dönem çocuğu olan ebeveynlerin çocuk ihmali ve istismarına dair farkındalıklarını incelediği çalışmasında, verileri 3-6 yaş aralığındaki 260 çocuğun ebeveyninden elde etmiştir. Çalışmada, “Ebeveynlerin Çocuk İhmal ve İstismarı Farkındalık Ölçeği” kullanılmıştır. Yapılan analizler neticesinde; sosyo-demografik değişkenlerin, ebeveynlerin çocuk ihmali ve istismarı konusunda bilinç düzeylerini etkilediği görülmüştür.

Kulakçı Altıntaş ve ark. (2023) okul öncesi dönem çocuğu olan ebeveynlerin çocuk ihmali ve istismarı konusuna dair farkındalıklarını incelediği çalışmasında, verileri okul öncesi eğitime devam eden 379 çocuğun ebeveyninden elde etmiştir. Çalışmada, “Ebeveynlerin Çocuk İhmali ve İstismarı Farkındalık Ölçeği” kullanılmıştır. Yapılan analizler neticesinde; sosyo-demografik değişkenlerin, ebeveynlerin çocuk ihmali ve istismarı konusunda bilinç düzeylerini etkilediği görülmüştür.

Saklan (2024) okul öncesi dönem çocuğu olan ailelerin çocuk ihmali ve istismarına yönelik farkındalıklarını incelediği yüksek lisans tez çalışmasında, verileri 0-6 yaş aralığında olan 240 ebeveyninden elde etmiştir. Çalışmada, “Ebeveynlerin Çocuk İhmali ve İstismarı Farkındalık Ölçeği” kullanılmıştır. Yapılan analizler neticesinde; sosyo-demografik değişkenlerin, ebeveynlerin çocuk ihmali ve istismarı konusunda bilinç düzeylerini etkilediği görülmüştür.

Karadag ve ark. (2015) okul öncesi dönem öğretmenlerinin çocuk ihmali ve istismarı farkındalıklarını incelediği çalışmasında, verileri 197 okul öncesi öğretmenden elde etmiştir. Çalışmada, “Child Abuse and Neglect Signs Scale” kullanılmıştır. Yapılan analizler neticesinde; öğretmenlerin %10,65’inin şiddet, %2,03’ünün istismar ve ihmal eğitimi aldığı ve %35’inin

ihmal ve istismara maruz kalan çocuklarla çalıştığı tespit edilmiştir. Ayrıca çocuğu olan, bu konuda eğitim alan ve daha öncesinde istismara uğrayan çocuklarla çalışan öğretmenlerin ölçekten daha yüksek puan aldıkları görülmüştür.

Milot ve ark. (2010) okul öncesi dönem çocuklarında çocuk ihmali ile travma belirtileri arasındaki ilişkiyi ve anne-çocuk duygusal etkileşiminin bu belirtiler üzerindeki etkisini incelediği çalışmada, verileri okul öncesi dönemde olan 33 ihmal edilmiş ve 72 ihmal edilmemiş çocuktan elde etmiştir. Çalışmada, “Parent-Child Conflict Tactics Scale”, “Trauma Symptom Checklist for Young Children” ve “Child Dissociative Checklist” kullanılmıştır. Yapılan analizler neticesinde; ihmale maruz kalan çocuklar, maruz kalmayanlara kıyasla daha çok travma sonrası stres bozukluğu ve disosiyatif belirti göstermiştir.

2.5.3. Aile rutinleriyle ilgili yurt içi ve yurt dışı çalışmalar

Barton ve ark. (2019) ergenlik dönemindeki aile rutinlerinin genç yetişkinlik dönemine etkisi üzerine yaptığı çalışma, kırsal bölgede yaşayan ve 16 yaşında olan 504 Afrikalı-Amerikalı genç ve ebeveynlerinin katılımıyla yürütülmüş olup; bu gençlerden 6 yıl boyunca her yıl veri toplanmıştır. Bu çalışmada, “Family Routines Inventory”den uyarlanmış 7 madde kullanılmıştır. Yapılan analizler neticesinde; ailesinde daha çok rutine sahip olan ergen bireylerin, genç yetişkinlik döneminde daha yüksek öz düzenleme becerilerine sahip olduğu, daha az alkol kullandığı ve üniversiteye kayıt oranlarının daha fazla olduğu görülmüştür.

Buchbinder ve ark. (2009) kanser tanısı sonrasında ailede gelişen rutinler ve ritüeller üzerine gerçekleştirdiği çalışmada nitel araştırma deseni kullanmış ve bu kapsamda 8 yetişkin katılımcı ile yarı yapılandırılmış görüşmeler gerçekleştirmiştir. Yapılan analizler neticesinde; ebeveynler, kanser tanısı sonrasında aile rutinlerinin ve ritüellerinin sekteye uğradığını fakat bunu önlemek adına çaba sarf ettiklerini belirtmiştir. Ayrıca çocukların da bakım sürecine katılması, aile içi bağların güçlenmesine katkı sağlamış ve çocukların bu sürece dair endişelerini azaltmıştır.

Roche ve Ghazarian (2012) risk altındaki ergenlerde aile rutinlerinin akademik başarıya etkisi üzerine yaptığı çalışmada, düşük gelire sahip kentli ailelerden gelen 1.147 genç ve annelerinin bulunduğu örnekleme “Welfare, Children, and Families: A Three City Study” veri seti uygulanmıştır. Yapılan analizler, aile rutinlerinin akademik başarıya zaman içerisinde pozitif katkı sağladığını ortaya koymuştur.

Hosokawa ve ark. (2023) aile rutinleri, aile ilişkileri ve çocuk davranışları arasındaki ilişkiyi inceleyen çalışmada, verileri 8-9 yaş aralığında olan 1.515 çocuğun ebeveyninden

elde etmiştir. Çalışmada, “The Family Routines Inventory” kullanılmıştır. Yapılan analizler neticesinde; aile rutinlerinin çocuk davranışlarına pozitif katkı sağladığı, açık iletişimi ve aile içi bağlılığı arttırdığı görülmüştür.



3. GEREÇ VE YÖNTEM

Bu bölümde araştırmanın deseni, yeri ve zamanı, evren ve örnekleme, veri toplama araçları, verilerin toplanması ve analizi, sınırlılıkları ve araştırmanın etik boyutu ile ilgili bilgiler yer almaktadır.

3.1. Araştırmanın Deseni

Okul öncesi dönem çocuklarının dijital teknoloji bağımlılık düzeyleri ile anne çocuk ihmali arasındaki ilişkide aile rutinlerinin aracılık rolünü inceleyen bu çalışma nicel araştırma yaklaşımına göre tasarlanmıştır. Bu araştırma zaman boyutu açısından kesitsel, amacı açısından açıklayıcı olarak tasarlanmıştır.

3.2. Araştırmanın Yeri ve Zamanı

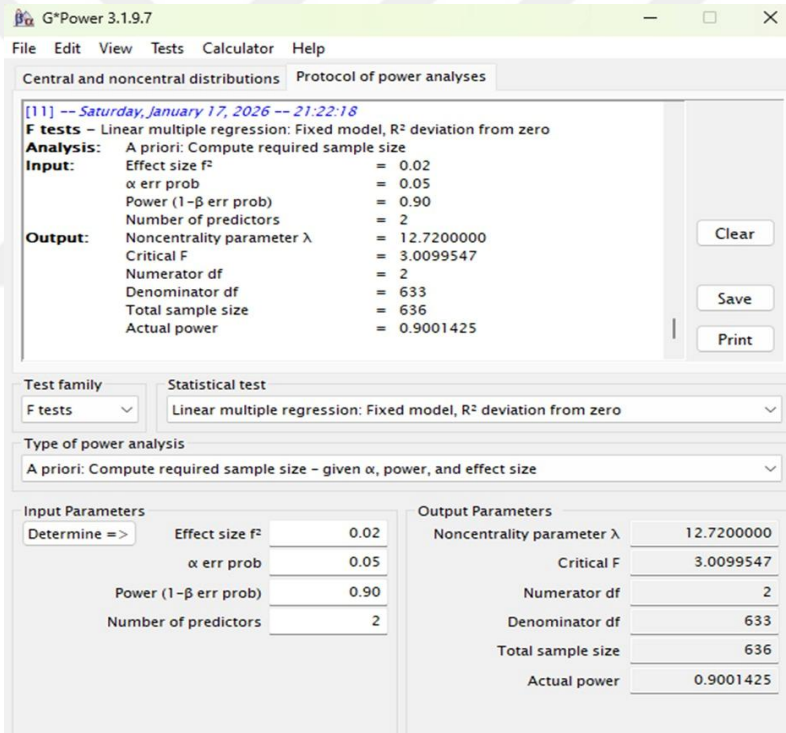
Bu çalışma Ankara ilindeki Millî Eğitim Bakanlığına bağlı okul öncesi eğitim kurumlarında gerçekleştirilmiştir. Çalışmanın verileri Eylül 2025-Ekim 2025 tarihleri arasında toplanmıştır.

3.3. Evren ve Örneklem

Araştırma evrenini Ankara ilinde yaşayan okul öncesi eğitime devam eden 48-72 aylık çocuklar ve anneleri oluşturmaktadır. Araştırma kapsamında Ankara ilinde yer alan 24 okula ulaşılmış olup, bu okullarda toplamda 2.904 öğrencinin olduğu saptanmıştır. Toplanan veriler neticesinde, araştırmacı tarafından belirlenen dâhil edilme kriterlerini sağlayan 675 çocuk ve annesi çalışmanın örneklemini oluşturmuştur. Böylece çalışmada evrenin %23.24'üne ulaşılmıştır. Literatüre bakıldığında, betimsel araştırmalarda evrenin genellenebilmesi için %10 örnekleme ulaşılmamasının yeterli olduğu kabul edilmektedir (Arlı ve Nazik, 2001). Çalışmada ebeveyn değerlendirmelerinin anneler tarafından yapılmasının tercih edilme sebebi şu şekilde açıklanabilir. Türk toplumunda çocuğun bakımında birincil sorumluluk alan kişi konumunda ebeveyn olarak anneler yer almaktadır. Ayrıca çocuğun kişilik gelişimi ve sosyalleşme sürecinde anneler, babalara nazaran daha büyük etkiye sahiptir (Balin, 2021). İlave olarak çalışmada ebeveyn olarak sadece annelerden veri toplanması örneklem birliğinin sağlanması açısından da uygun görülmüştür. Araştırmanın örnekleminin belirlenmesinde olasılıklı olmayan örnekleme yöntemlerinden biri olan amaçlı örnekleme tekniği kullanılmıştır (Büyüköztürk ve ark., 2024).

Çalışmanın örneklem büyüklüğü belirlenirken, modelin hassasiyetini en üst düzeyde tutmak amacıyla G*Power (3.1.9.7) programı ile analiz öncesi (a-priori) hesaplama yapılmıştır.

Değişkenler arasındaki en küçük etkileri saptayabilmek adına; %95 güven aralığı (1- α), %90 test gücü (1- β) ve $f^2=0,02$ etki büyüklüğü kriterleri baz alınmıştır. Bu kriterlere göre çalışmaya dahil edilmesi gereken minimum örneklem sayısı 636 olarak hesaplanmıştır (Bkz. Görsel 1). Veri toplama sürecinde yaşanabilecek %5-10 oranındaki olası veri kayıpları (eksik form, hatalı doldurma veya uç değerler) göz önünde bulundurularak hedef örneklem sayısı artırılmış ve 675 katılımcıya ulaşılmıştır. Örneklem planlamasında etki büyüklüğünün $f^2=0,02$ (küçük etki) olarak belirlenmesinin temel nedeni, değişkenler arasındaki en zayıf ve hassas ilişkilerin dahi istatistiksel olarak saptanabilmesini sağlamak ve çalışmanın metodolojik gücünü en üst seviyeye taşımaktır. Veri toplama süreci sonunda G*Power (3.1.9.7) programı ile analiz sonrası (posthoc) güç analizi yapılmış, ulaşılan 675 kişilik örneklem ve çalışmada saptanan en küçük etki büyüklüğü (0,021) değerleri ile çalışmanın %92,9 (yaklaşık %93) gibi oldukça yüksek bir istatistiksel güç sağladığı görülmüştür.



Görsel 1. Araştırmanın örneklemine hesaplanmasında kullanılan G Power ekran görüntüsü

Araştırma kapsamında veriler Google Forms üzerinden toplandığından ve hazırlanan formda bütün sorular zorunlu soru olarak işaretlendiğinden araştırmacının sistemine sadece tamamı doldurulmuş veriler ulaşmış olup çalışmada kayıp veri bulunmamaktadır. Araştırmada katılımcıların belirlenmesinde kullanılan dahil edilme ve dışlama kriterleri aşağıda sunulmuştur.

3.3.1. Dahil edilme kriterleri

- Çocuğun tipik gelişim göstermesi
- Çocuğun okul öncesi eğitime devam ediyor olması
- Çocuğun 48-72 aylar arasında olması
- Anne ebeveyn olmak

3.3.2. Dışlama kriterleri

- Çocuğun özel gereksinimli olması
- Annenin Türkçe'yi etkin bir biçimde kullanamıyor olması
- Çocuğun kronik bir hastalığının veya psikolojik bir rahatsızlığının olması
- Annenin psikiyatri ilacı kullanması

Araştırmanın katılımcılarına ait sosyo-demografik özellikler Tablo 1'de sunulmuştur.

Tablo 1. Katılımcıların sosyo-demografik özellikleri (n=675)

Sosyo-demografik Özellikler		
Yaş (Ay)	Ort±Ss	Min- Max
	59.17±7.22	48-72
	n	%
Çocuğun Cinsiyeti		
Kız	312	46.2
Erkek	363	53.8
Annenin Eğitim durumu		
İlköğretim	80	11.9
Lise	222	32.9
Lisans ve üzeri	373	55.3
Babanın Eğitim durumu		
İlköğretim	89	13.2
Lise	229	33.9
Lisans ve üzeri	357	52.9
Algılanan Gelir durumu		
Geliri giderinden az	87	12.9
Geliri giderine denk	460	68.1
Geliri giderinden fazla	128	19.0
Toplam çocuk sayınız		
1	233	34.5
2	335	49.6
3 ve üzeri	107	15.9
Okul Öncesi Eğitime Devam Eden Çocuğun Doğum Sırası		
İlk çocuk	390	57.8
İkinci çocuk	214	31.7
Üçüncü ve sonraki	71	10.5
Aile Tipi		
Çekirdek	615	91.1
Geniş	46	6.8
Tek Ebeveynli (Boşanmış/eşini kaybetmiş veya hiç evlenmemiş)	14	2.1

Tablo 1 incelendiğinde araştırmaya katılan çocukların 312'sinin (%46.2) kız ve 363'ünün (%53.8) erkek olduğu görülmektedir. Çocukların annelerinin 80'i (%11.9) ilköğretim, 222'si (%32.9) lise ve 373'ü (%55.3) lisans ve üzeri eğitim düzeyine sahiptir. Çocukların babalarının ise 89'u (%13.2) ilköğretim, 229'u (%33.9) lise ve 357'si (%52.9) eğitim düzeyine sahiptir. Algılanan gelir durumuna bakıldığında ise; annelerin 87'si (%12.9) gelirinin giderinden az olduğunu, 460'ı (%68.1) gelirinin giderine denk olduğunu ve 128'i (%19.0) ise gelirinin giderinden fazla olduğunu beyan etmiştir. Katılımcılardan 233 (%34.5) annenin 1 çocuğu, 335 (%49.6) annenin 2 çocuğu ve 107 (%15.9) annenin 3 ve üzeri çocuğu bulunmaktadır. Çalışmaya katılan çocuklardan 390'ı (%57.8) ailesinin ilk çocuğu, 214'ü (%31.7) ikinci çocuk ve 71'i (%10.5) üçüncü veya sonraki sırada doğan çocuktur. Araştırmaya katılan çocuklardan 615'inin (%91.1) çekirdek ailede, 46'sının (%6.8) geniş ailede ve 14'ünün de (%2.1) tek ebeveynli (boşanmış/eşini kaybetmiş veya hiç evlenmemiş) ailede yaşamını sürdürdüğü görülmektedir.

3.4. Veri Toplama Araçları

Araştırmada veri toplama aracı olarak katılımcıların demografik bilgilerini ortaya koymak amacıyla araştırmacı tarafından geliştirilen “Sosyo-Demografik Bilgi Formu”, okul öncesi dönem çocuklarının dijital teknoloji bağımlılığı düzeylerini ölçmek için “2-5 Yaş Teknoloji Bağımlılığı Ölçeği (TAS)”, anne çocuk ihmali düzeylerini ölçmek için “Anne Çocuk İhmal Ölçeği”, aile rutinleri düzeylerini ölçmek için ise “Aile Rutinleri Ölçeği” kullanılmıştır.

3.4.1. Sosyo-demografik bilgi formu

Araştırmacı tarafından katılımcılara ait tanımlayıcı bilgilerin elde edilmesi amacıyla sosyo-demografik bilgi formu geliştirilmiştir. Geliştirilen bu formda çocuğun yaşı (ay olarak), cinsiyeti, annenin eğitim düzeyi, babanın eğitim düzeyi, algılanan gelir düzeyi, çocuk sayısı, okul öncesi eğitime devam eden çocuğun doğum sırası ve aile tipi soruları mevcuttur.

3.4.2. 2-5 Yaş teknoloji bağımlılığı ölçeği (TAS)

2-5 Yaş Teknoloji Bağımlılığı Ölçeği, Yıldırım ve Yayan tarafından 2023 yılında geliştirilmiştir. 5'li likert tip değerlendirmeye (1= Hiçbir zaman, 5= Her zaman) sahip olan bu ölçekte teknoloji bağımlılığı düzeyi değerlendirilmektedir. Ölçek; “dürtüsellik” (4, 7, 8, 9. maddeler) ve “örtük tutum” (1, 2, 3, 5, 6. maddeler) olmak üzere toplamda 2 alt boyuttan ve 9 maddeden oluşmaktadır. Alt boyutlardan alınan puanlar arttıkça teknoloji bağımlılığı düzeyi de artmaktadır. Ölçekte ters puanlanan madde bulunmamaktadır. Ölçekten minimum 9, maksimum 45 puan alınabilmektedir. Ölçeğin dürtüsellik alt boyutunun Cronbach Alpha değeri 0.86 olarak hesaplanırken, örtük tutum alt boyutunun Cronbach Alpha değeri 0.84 şeklinde

hesaplanmıştır. Ölçeğin toplam Cronbach Alpha değeri ise 0.90'dır (Yildirim ve Yayan, 2023). Bu çalışma kapsamında ölçeğin güvenirlik katsayısı araştırmacı tarafından tekrar hesaplanmıştır.

3.4.3. Anne çocuk ihmal ölçeği

Lounds ve ark. (2004) tarafından geliştirilen Anne Çocuk İhmal Ölçeği, Durmuşoğlu Saltalı ve ark. (2014) tarafından Türkçeye uyarlanmıştır. 5'li likert tip değerlendirmeye sahip olan (1= Bana hiç uygun değil, 5= Bana tamamen uygun) bu ölçek annelerin ihmalkâr tutumlarını değerlendirmektedir. Ölçek; “duygusal ihmal” (1, 5, 15, 18. maddeler), “eğitimsel ihmal” (2, 3, 7, 13, 14. maddeler), “otorite ve denetim” (4, 8, 9, 11, 17. maddeler) ve “fiziksel ihmal” (6, 10, 12, 19, 20. maddeler) olmak üzere toplamda 4 alt boyuttan ve 19 maddeden oluşmaktadır (ölçeğin orijinal halinde 20 madde bulunmaktadır, Türkçe uyarlama çalışmasında 16. madde ölçekten çıkarılmıştır). Ölçekte 9. ve 11. maddeler ters puanlanmaktadır. Ölçeğin duygusal ihmal alt boyutunun Cronbach Alpha değeri 0.96, eğitimsel ihmal alt boyutunun Cronbach Alpha değeri 0.94, otorite ve denetim alt boyutunun Cronbach Alpha değeri 0.87 ve son olarak fiziksel ihmal alt boyutunun Cronbach Alpha değeri 0.98'dir. Bu çalışma kapsamında ölçeğin güvenirlik katsayısı araştırmacı tarafından tekrar hesaplanmıştır.

3.4.4. Aile rutinleri ölçeği

Aile Rutinleri Ölçeği Yorulmaz Demir ve Tanyer (2024) tarafından geliştirilmiştir. 4'lü likert yapıya sahip olan (0= Böyle bir rutinimiz yok, 3= Her gün) bu ölçek ailelerin rutinlere sahip olma düzeylerini değerlendirmektedir. Ölçek; “iletişim rutinleri” (1, 2, 3, 4. maddeler) “sosyal yaşam ve boş zaman rutinleri” (5, 6, 7, 8, 9, 10, 11, 12. maddeler), “uyku ve yeme rutinleri” (13, 14, 15, 16. maddeler), “ev yönetim ve işleyiş rutinleri” (17, 18, 19, 20, 21, 22. maddeler) olmak üzere toplamda 4 alt boyut ve 22 maddeden oluşmaktadır. Ölçekte ters puanlanan madde bulunmamaktadır. Ölçekten alınabilecek en düşük puan 0, en yüksek puan ise 66'dır. Ölçekten alınan toplam puan arttıkça aile rutinleri düzeyi de artmaktadır. Ölçeğe ait Cronbach Alpha değerleri; iletişim rutinleri alt boyutu için 0.87, sosyal yaşam ve boş zaman rutinleri alt boyutu için 0.88, uyku ve yeme rutinleri alt boyutu için 0.85 ve ev yönetim ve işleyiş rutinleri alt boyutu için 0.86'dır. Ölçeğin toplamına ait Cronbach Alpha değeri ise 0.93 olarak hesaplanmıştır. Bu çalışma kapsamında ölçeğin güvenirlik katsayısı araştırmacı tarafından tekrar hesaplanmıştır.

Tablo 2'de araştırmada kullanılan ölçeklere ilişkin betimsel istatistikler sunulmuştur.

Tablo 2. Ölçeklere ilişkin ortalama dağılımı (n=675)

Ölçekler	Min	Max	\bar{x}	Ss	Çarpıklık (Skewness)	Basıklık (Kurtosis)	Cronbach Alpha
2-5 Yaş Teknoloji Bağımlılığı Ölçeği (TAS)	9	43	9.29	3.76	.436	-.586	.88
Anne Çocuk İhmal Ölçeği							
Duygusal İhmal	4	9	5.12	1.06	1.284	1.778	.85
Eğitimsel ihmal	5	12	6.72	1.74	1.024	.349	.75
Otorite ve Denetim	5	16	7.09	2.61	1.214	.532	.81
Fiziksel İhmal	2	13	6.37	1.93	1.423	1.149	.90
Aile Rutinleri Ölçeği	7	66	45.23	8.21	-.630	.874	.74

Min=Minimum, Max=Maksimum, \bar{x} = Ortalama, Ss=Standart Sapma

Tablo 2 incelendiğinde katılımcı çocukların 2–5 Yaş Teknoloji Bağımlılığı Ölçeği (TAS) puanlarının **9 ile 43** arasında değiştiği, ortalamanın **9.29 (Ss=3.76)** olduğu görülmektedir. Çarpıklık ve basıklık değerlerinin ± 2 sınırları içinde yer alması verilerin normal dağılım sağladığını göstermektedir (George ve Mallery, 2010). Tablo 2’de Çarpıklık (**0.436**) ve basıklık (**-0.586**) değerlerinin ± 2 sınırları içinde kalması, ölçek puanlarının **normal dağılım** gösterdiğini ortaya koymaktadır. Ölçeğin Cronbach Alfa değeri **.88** olup ölçüm güvenilirliği yüksek düzeydedir.

Anne Çocuk İhmal Ölçeği alt boyutlarına bakıldığında:

- **Duygusal İhmal** alt boyutunda puanların **4 ile 9** arasında değiştiği, ortalamanın **5.12 (Ss=1.06)** olduğu görülmektedir. Çarpıklık (**1.284**) ve basıklık (**1.778**) değerlerinin ± 2 sınırları içinde kalması, ölçek puanlarının **normal dağılım** gösterdiğini ortaya koymaktadır. Ölçeğin bu alt boyutunun Cronbach Alfa değeri **.85** olup ölçüm güvenilirliği yüksek düzeydedir.
- **Eğitimsel İhmal** alt boyutunda puanların **5 ile 12** arasında değiştiği, ortalamanın **6.72 (SS=1.74)** olduğu görülmektedir. Çarpıklık (**1.024**) ve basıklık (**0.349**) değerlerinin ± 2 sınırları içinde kalması, ölçek puanlarının **normal dağılım gösterdiğini** ortaya koymaktadır. Ölçeğin bu alt boyutunun Cronbach Alfa değeri **.75** olup ölçüm güvenilirliği yeterli düzeydedir.
- **Otorite ve Denetim** alt boyutunda puanların **5 ile 16** arasında değiştiği, ortalamanın **7.09 (Ss=2.61)** olduğu görülmektedir. Çarpıklık (**1.214**) ve basıklık (**0.532**) değerlerinin ± 2 sınırları içinde kalması, ölçek puanlarının **normal dağılım gösterdiğini** ortaya koymaktadır. Ölçeğin bu alt boyutunun Cronbach Alfa değeri **.81** olup ölçüm güvenilirliği yüksek düzeydedir.
- **Fiziksel İhmal** alt boyutunda puanların **2 ile 13** arasında değiştiği, ortalamanın **6.37 (Ss=1.93)** olduğu görülmektedir. Çarpıklık (**1.423**) ve basıklık (**1.149**) değerlerinin ± 2

sınırları içinde kalması, ölçek puanlarının **normal dağılım gösterdiğini** ortaya koymaktadır. Ölçeğin bu alt boyutunun Cronbach Alfa değeri **.90** olup ölçüm güvenilirliği yüksek düzeydedir.

Katılımcı ailelerin Aile Rutinleri Ölçeği puanlarının **7 ile 66** arasında değiştiği, ortalamanın **45.23 (Ss=8.21)** olduğu görülmektedir. Çarpıklık (**-0.630**) ve basıklık (**0.874**) değerlerinin ± 2 sınırları içinde kalması, ölçek puanlarının **normal dağılım gösterdiğini** ortaya koymaktadır. Ölçeğin Cronbach Alfa değeri **.74** ölçüm güvenilirliği yeterli düzeydedir.

3.5. Verilerin Toplanması ve Analizi

Çalışmada ilk etapta kullanılan ölçekler dijital formata çevrilerek Google Forms'a aktarılmıştır. Daha sonra kurumsal izinler alınmış ve örnekleme dahil edilen okullar araştırmacı tarafından gezilerek okul öncesi eğitim öğretmenlerine araştırma hakkında bilgi verilmiştir. Ardından ölçekler okul öncesi öğretmenleri aracılığıyla anne katılımcılara çevrimiçi ortamda ulaştırılmıştır. Katılımcılardan çevrimiçi ölçek uygulamasına geçmeden önce araştırmaya gönüllü olarak katılmak isteyip istemediklerine dair soru yöneltilmiş, sadece soruya gönüllü katılmak istediğini beyan ederek onam veren anneler ölçek uygulamasına devam etmiştir. Ardından gönüllü katılım onamı veren annelere dışlama kriterlerine ilişkin sorular yöneltilmiştir. Dışlama kriterlerinden herhangi birine sahip olan anneler için de ölçek uygulaması sonlandırılarak çalışmaya devam edememesi sağlanmıştır. Son olarak da dahil edilme kriterlerini karşılama durumlarının belirlenmesine ilişkin sorular yöneltilmiştir. Dahil edilme kriterlerini karşılamayan anneler de çalışma dışı bırakılmıştır. Böylece çalışmaya gönüllü katılım onamı veren, dahil edilme kriterlerinin tamamını karşılayan ve dışlama kriterlerinden herhangi birisine sahip olmayan anneler dahil edilmiştir. Anket uygulaması yaklaşık 10 dakika sürmektedir.

Araştırmadan elde edilen veriler SPSS (Statistical Package for Social Sciences) for Windows 22.0 programı ve SPSS PROCESS MACRO analiz programları kullanılarak analiz edilmiştir. Verilerin analizinde sayılar, yüzdeler, en az ve en çok değerler ile ortalama ve standart sapma kullanılmıştır. Değişkenlerin normal dağılıma sahip olup olmadığı basıklık ve çarpıklık (Skewness- Kurtosis) değerleri ile belirlenmiştir. İki ayrı sürekli değişkenin analizi için parametrik testlerden pearson korelasyon testi ve çoklu regresyon analizi yapılmıştır. Elde edilen bulgular %95 güven aralığında, $p < 0,05$ anlamlılık düzeyinde değerlendirilmiştir. Ölçeklerin güvenilirliklerini belirlemek için Cronbach Alpha (α) değerleri belirlenmiştir. Belirlenen aracı değişkenin, bağımlı ve bağımsız değişkenler arası etkiyi yordayıp

yordamadığı, SPSS PROCESS Makrosu Model 4 (Versiyon 4,0)'den yararlanılarak, regresyon temelli aracılık analizi olan Aracı Değişken Analizi (PROCESS Model 4) kullanılarak ölçülmüştür. Tespit edilen aracılık etkisinin anlamlılığının belirlenmesine ilişkin ise 5.000'lik bir örneklem büyüklüğü kullanılarak önyargı düzeltilecek yüzdelik önyükleme yoluyla Bootstrap güven aralığı değerleri hesaplanarak çalışma tamamlanmıştır.

3.6. Sınırlılıklar

Araştırmaya ait sınırlılıklar aşağıda sunulmuştur.

- Çalışmaya okul öncesi eğitime devam eden 48-72 aylık çocuklar ve bu çocukların anneleri katılmıştır. Çalışmaya ebeveyn olarak sadece annelerin dahil edilmesi sınırlılıkları arasında yer almaktadır.
- Çalışma Ankara ilinde yer alan okul öncesi eğitim kurumlarına devam eden çocukların anneleri ile yürütülmüş olup sonuçlar tek bir ille sınırlıdır.
- Çalışmada elde edilen bulgular kullanılan ölçeklerden ve alt boyutlardan elde edilen puanlar ile sınırlıdır.
- Çalışmada kullanılan ölçme araçlarından 2-5 Yaş Teknoloji Bağımlılığı Ölçeği annelerin çocuklarının davranışlarına ilişkin kanıya dayalı değerlendirmelerini içeren bir ölçme aracıdır. Bu ölçme aracından elde edilen veriler annelerin değerlendirmeleriyle sınırlıdır.
- Çalışmada kullanılan ölçme araçlarından Anne Çocuk İhmal Ölçeği ve Aile Rutinleri ölçekleri öz bildirim türünde ölçme araçları olup bu ölçme araçlarından elde edilen veriler de annelerin değerlendirmeleriyle sınırlıdır.

3.7. Araştırmanın Etik Boyutu

Araştırmanın etik kurallar çerçevesinde yürütülebilmesi için ilk olarak Necmettin Erbakan Üniversitesi Sosyal ve Beşeri Bilimler Bilimsel Araştırmalar Etik Kurulu'na başvuru yapılmıştır. Daha sonrasında bu başvuru, 11.07.2025 tarih ve 2025/651 nolu karar ile Etik Kurul tarafınca uygun görülmüştür. Araştırmanın verileri okul öncesi eğitime devam eden 48-72 aylık çocuklardan ve bu çocukların annelerinden elde edileceği için 13.08.2025 tarihinde Milli Eğitim Bakanlığı Araştırma Uygulama İzinleri Başvuru ve Değerlendirme Sistemi üzerinden başvuru yapılmış ve bu başvuru 15.08.2025 tarihinde kabul edilmiştir. 2-5 Yaş Teknoloji Bağımlılığı Ölçeği kullanım izni için ölçek sahibi Dr. Öğr. Üyesi Maksude YILDIRIM'dan 27.06.2025 tarihinde elektronik posta üzerinden kullanım izni alınmıştır. Anne Çocuk İhmal Ölçeği kullanım izni için ölçek sahibi Prof. Dr. Neslihan DURMUŞOĞLU SALTALI'dan 29.06.2025 tarihinde elektronik posta üzerinden kullanım izni alınmıştır. Aile Rutinleri Ölçeği

için Deniz Sümeyye YORULMAZ DEMİR'den 03.07.2025 tarihinde elektronik posta üzerinden kullanım izni alınmıştır. Araştırma linki çevrimiçi ortamda katılımcılara ulaştırılmış olup; araştırmaya katılımın gönüllülük esasına dayalı olduğu ve kişisel verilerin herhangi bir kişi veya kurumla paylaşılmayacağı bilgisi ilk sayfada katılımcılara sunulmuştur.

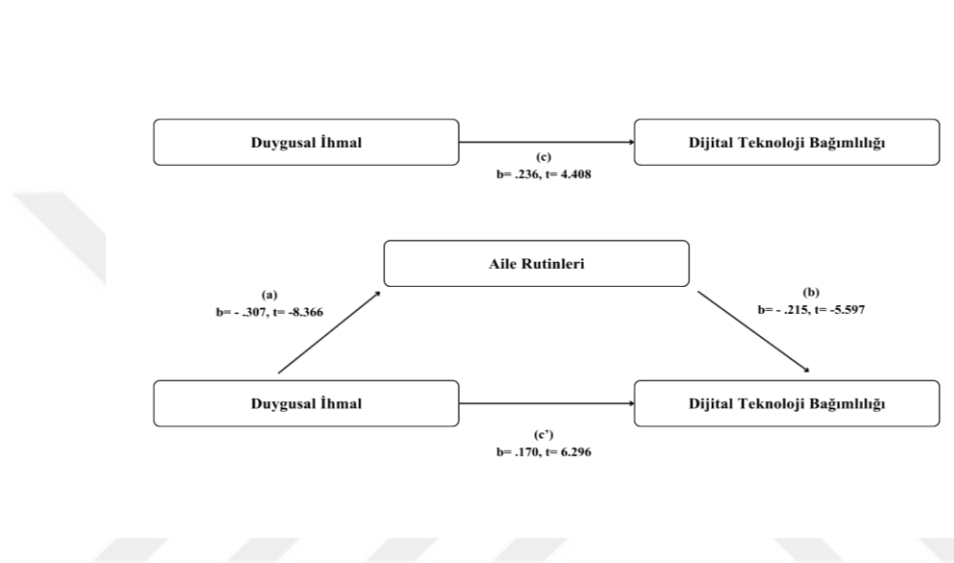




4. BULGULAR

Bu bölümde araştırmanın hipotezleri doğrultusunda elde edilen verilerin analizine dayalı olarak ulaşılan bulgulara yer verilmiştir.

İlk olarak araştırmanın H1 hipotezi kapsamında geliştirilen modelin anlamlılığının araştırılması amacıyla oluşturulan H1.1, H1.2, H1.3 ve H1.4 hipotezlerinin sınanmasına yönelik yapılan analizlerden elde edilen bulgular sunulmuştur. Yapılan analizlerin şekilsel ifadesi Şekil 1’de görülmektedir.



Şekil 1. Duygusal ihmalin dijital teknoloji bağımlılığı üzerindeki etkisinde aile rutinlerinin aracı rolüne ilişkin araştırma modeli (Hayes Process Macro Model 4)

Şekil 1’de görülen duygusal ihmal düzeyinin dijital teknoloji bağımlılığı üzerindeki etkisinde aile rutinlerinin aracı rolünün incelenmesinde Hayes Process Macro Model 4 aracılık modeli kullanılmıştır. Elde edilen sonuçlar Tablo 3’te sunulmuştur.

Tablo 3. Duygusal ihmal puanının dijital teknoloji bağımlılığı üzerindeki etkisinde aile rutinlerinin aracı rolü

Etki türü	B	β	SE	t	p	LLCI	ULCI	Hipotez
Doğrudan etki: Duygusal ihmal → Aile rutinleri (a yolu)	-2.357	-.307	.282	-8.366	.000	-2.910	-1.804	H1.1 kabul
$R^2 = .094$; $F = 69.989$; $p = 0.000$								
Doğrudan etki: Aile rutinleri → Dijital teknoloji bağımlılığı (b yolu)	-.195	-.215	.035	-5.597	.000	-.263	-0.126	H1.2 kabul
Doğrudan etki: Duygusal ihmal → Dijital teknoloji bağımlılığı (c' yolu)	1.178	.170	.260	6.296	.000	1.127	2.148	
$R^2 = .098$; $F = 36.375$; $p = 0.000$								
Toplam Etki (c yolu)	1.637	.236	.267	4.408	.000	.653	1.703	H1.3 kabul
$R^2 = .056$; $F = 39.637$; $p = 0.000$								

Tablo 3'te görüldüğü gibi duygusal ihmal aile rutinleri üzerinde **negatif ve istatistiksel olarak anlamlı** bir etkiye sahiptir ($\beta = -.307$, $SE = .282$, $t = -8.366$, $p = .000$, **a yolu**). Aile rutinleri dijital teknoloji bağımlılığı üzerinde **negatif ve istatistiksel olarak anlamlı** bir etkiye sahiptir ($\beta = -.215$, $SE = .035$, $t = -5.597$, $p = .000$, **b yolu**). Duygusal ihmal dijital teknoloji bağımlılığı üzerinde **pozitif ve istatistiksel olarak anlamlı** bir etkiye sahiptir ($\beta = .170$, $SE = .260$, $t = 6.296$, $p = .000$, **c' yolu**).

Duygusal ihmal düzeyinin dijital teknoloji bağımlılığına **toplam etkisi** değerlendirildiğinde, duygusal ihmal düzeyi dijital teknoloji bağımlılığını **pozitif yönde ve anlamlı biçimde** yordamaktadır ($\beta = .236$, $SE = .267$, $t = 4.408$, $p = .000$, **c yolu**). Bu durum, toplam etkiye yönelik **c yolunun** anlamlı olduğunu göstermektedir. Toplam etkiye ilişkin kurulan modelin dijital teknoloji bağımlılığındaki varyansın yaklaşık %5,6'sını açıkladığı ve anlamlı olduğu belirlenmiştir ($R^2 = .056$, $F = 39.637$, $p = .000$). Duygusal ihmalin hem doğrudan etkiye ilişkin modelde hem de toplam modelde dijital teknoloji bağımlılığı üzerinde etkisinin anlamlı olması yani modele aile rutinleri eklendikten sonra da anlamlılığını koruması modelde aile rutinlerinin kısmi aracı role sahip olduğunu göstermiştir (H1.4 Kabul). Duygusal ihmalin dijital teknoloji bağımlılığı üzerindeki etkisinde aile rutinlerinin dolaylı etkisine ait bulgular Tablo 4'te sunulmuştur.

Tablo 4. Duygusal ihmalin dijital teknoloji bağımlılığı üzerindeki etkilerinin özeti

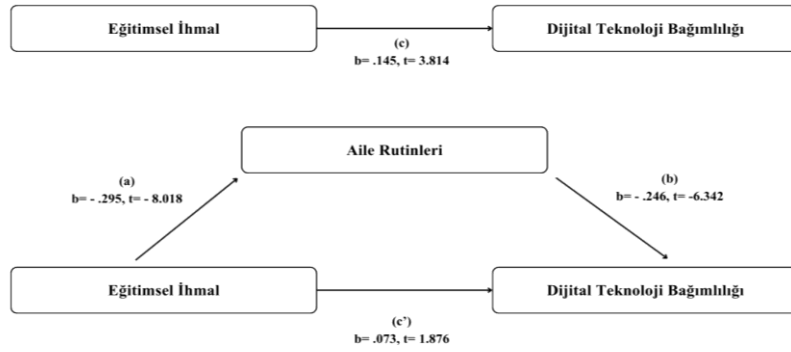
Etki Türü	β	BootSH	BootLLCI	BootULCI	Hipotez
Dolaylı Etki: Duygusal ihmal → Aile rutinleri → Dijital teknoloji bağımlılığı (a×b)	.066	.015	.039	.098	H1.4 kabul

Tablo 4'te görüldüğü üzere duygusal ihmalin dijital teknoloji bağımlılığı üzerindeki etkisinde aile rutinlerinin aracılığına ilişkin yapılan bootstrap analizi, dolaylı etkinin %95 güven aralığı değerlerinin sıfırı içermediğini göstererek, aracılık etkisinin istatistiksel olarak anlamlı olduğunu desteklemektedir.

Dört alt hipotez birlikte değerlendirildiğinde duygusal ihmal ile dijital teknoloji bağımlılığı arasındaki ilişkide aile rutinlerinin aracı rolüne ilişkin kurulan modelin anlamlı olduğu görülmüş ve H1 hipotezi de kabul edilmiştir.

Araştırmada ikinci olarak H2 hipotezi kapsamında geliştirilen modelin anlamlılığının araştırılması amacıyla oluşturulan H2.1, H2.2 ve H2.3 hipotezlerinin sınanmasına yönelik

yapılan analizlerden elde edilen bulgular sunulmuştur. Yapılan analizlerin şekilsel ifadesi Şekil 2’de görülmektedir.



Şekil 2. Eğitimsel ihmalin dijital teknoloji bağımlılığı üzerindeki etkisinde aile rutinlerinin aracı rolüne ilişkin araştırma modeli (Hayes Process Macro Model 4)

Şekil 2’de görüldüğü gibi eğitimsel ihmâl düzeyinin dijital teknoloji bağımlılığı üzerindeki etkisinde aile rutinlerinin aracı rolünün incelenmesinde Hayes Process Macro Model 4 aracılık modeli kullanılmıştır. Elde edilen sonuçlar Tablo 5’te sunulmuştur.

Tablo 5. Eğitimsel ihmâl puanının dijital teknoloji bağımlılığı üzerindeki etkisinde aile rutinlerinin aracı rolü

Etki türü	B	β	SE	t	p	LLCI	ULCI	Hipotez
Doğrudan etki: Eğitimsel ihmâl →Aile rutinleri (a yolu)	-1.393	-.295	.174	-8.018	.000	-1.734	-1.052	H2.1 kabul
R² = .087; F = 64.282; p = 0.000								
Doğrudan etki: Aile rutinleri →Dijital teknoloji bağımlılığı (b yolu)	-.222	-.246	.035	-6.342	.000	-.291	-.154	
Doğrudan etki: Eğitimsel ihmâl →Dijital teknoloji bağımlılığı (c’ yolu)	.310	.073	.165	1.876	.061	.014	.635	
R² = .076; F = 27.808; p = 0.000								
Toplam Etki (c yolu)	.620	.145	.163	3.814	.000	1.127	2.148	H2.2 kabul
R² = .021; F = 14.548; p = 0.000								

Tablo 5’te görüldüğü gibi eğitimsel ihmâl aile rutinleri üzerinde **negatif ve istatistiksel olarak anlamlı** bir etkiye sahiptir ($\beta = -.295$, SE = .174, t = -8.018, p = .000, **a yolu**). Aile rutinleri dijital teknoloji bağımlılığı üzerinde **negatif ve istatistiksel olarak anlamlı** bir etkiye sahiptir ($\beta = -.246$, SE = .035, t = -6.342, p = .000, **b yolu**). Eğitimsel ihmâl dijital teknoloji bağımlılığı üzerinde **istatistiksel olarak anlamlı** bir etkiye sahip değildir ($\beta = .073$, SE = .165, t = 3.814, p = .061, **c’ yolu**).

Eğitimsel ihmal düzeyinin dijital teknoloji bağımlılığına **toplam etkisi** değerlendirildiğinde, eğitimsel ihmal düzeyi dijital teknoloji bağımlılığını **pozitif yönde ve anlamlı biçimde** yordamaktadır ($\beta = .145$, $SE = .163$, $t = 3.814$, $p = .001$, **c yolu**). Bu durum, toplam etkiye yönelik **c yolunun** anlamlı olduğunu göstermektedir. Kurulan modelin toplam dijital teknoloji bağımlılığındaki varyansın yaklaşık %2,1'ini açıkladığı belirlenmiştir ($R^2 = .021$, $F = 14.548$, $p = .000$). Modele aile rutinleri eklendikten sonra eğitimsel ihmalin dijital teknoloji bağımlılığı üzerindeki anlamlılığını kaybetmesi ancak toplam modelde anlamlı olması eğitimsel ihmalin dijital teknoloji bağımlılığı üzerindeki etkisinde aile rutinlerinin **tam aracı** olduğunu göstermiştir (H2.3 Kabul).

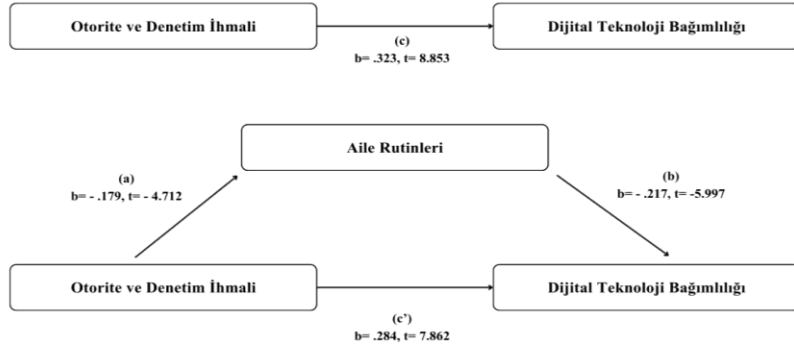
Tablo 6. Eğitimsel ihmalin dijital teknoloji bağımlılığı üzerindeki etkilerinin özeti

Etki Türü	β	BootSH	BootLLCI	BootULCI	Hipotez
Dolaylı Etki: Eğitimsel ihmal → Aile rutinleri → Dijital teknoloji bağımlılığı (a×b)	0.072	.015	.045	.103	H2.3 kabul

Tablo 6’da görüldüğü üzere eğitimsel ihmalin dijital teknoloji bağımlılığı üzerindeki etkisinde aile rutinlerinin aracılığına ilişkin yapılan bootstrap analizi, dolaylı etkinin %95 güven aralığı değerlerinin sıfırı içermediğini göstererek, aracılık etkisinin istatistiksel olarak anlamlı olduğunu desteklemektedir.

Üç alt hipotez birlikte değerlendirildiğinde eğitimsel ihmal ile dijital teknoloji bağımlılığı arasındaki ilişkide aile rutinlerinin aracı rolüne ilişkin kurulan modelin anlamlı olduğu görülmüş ve H2 hipotezi de kabul edilmiştir.

Üçüncü olarak H3 hipotezi kapsamında geliştirilen modelin anlamlılığının araştırılması amacıyla oluşturulan H3.1, H3.2 ve H3.3 hipotezlerinin sınanmasına yönelik yapılan analizlerden elde edilen bulgular sunulmuştur. Yapılan analizlerin şekilsel ifadesi Şekil 3’te görülmektedir.



Şekil 3. Otorite ve denetim ihmalinin dijital teknoloji bağımlılığı üzerindeki etkisinde aile rutinlerinin aracı rolüne ilişkin araştırma modeli (Hayes Process Macro Model 4)

Şekil 3'te görüldüğü gibi otorite ve denetim ihmali düzeyinin dijital teknoloji bağımlılığı üzerindeki etkisinde aile rutinlerinin aracı rolünün incelenmesinde Hayes Process Macro Model 4 aracılık modeli kullanılmıştır. Elde edilen sonuçlar Tablo 7'de sunulmuştur.

Tablo 7. Otorite ve denetim ihmali puanının dijital teknoloji bağımlılığı üzerindeki etkisinde aile rutinlerinin aracı rolü

Etki türü	B	β	SE	t	p	LLCI	ULCI	Hipotez
Doğrudan etki: Otorite ve denetim ihmali → Aile rutinleri (a yolu)	-.561	-.179	.119	-4.712	.000	-.793	-.327	H3.1 kabul
R² = .031; F = 22.206; p = 0.000								
Doğrudan etki: Aile rutinleri → Dijital teknoloji bağımlılığı (b yolu)	-.196	-.217	.033	-5.997	.000	-.260	-.132	
Doğrudan etki: Otorite ve denetim ihmali → Dijital teknoloji bağımlılığı (c' yolu)	.806	.284	.103	7.862	.000	.605	1.007	
R² = .020; F = 14.548; p = 0.000								
Toplam Etki (c yolu)	.916	.323	.103	8.853	.000	.713	1.119	H3.2 kabul
R² = .104; F = 78.368; p = 0.000								

Tablo 7'de görüldüğü gibi otorite ve denetim ihmalinin aile rutinleri üzerinde **negatif ve istatistiksel olarak anlamlı** bir etkiye sahiptir ($\beta = -.179$, SE = .119, t = -4.712, p = .000, **a yolu**). Aile rutinleri dijital teknoloji bağımlılığı üzerinde **negatif ve istatistiksel olarak anlamlı** bir etkiye sahiptir ($\beta = -.217$, SE = .033, t = -5.997, p = .000, **b yolu**). Otorite ve denetim ihmali dijital teknoloji bağımlılığı üzerinde **pozitif ve istatistiksel olarak anlamlı** bir etkiye sahiptir ($\beta = .284$, SE = .103, t = 7.862, p = .000, **c' yolu**).

Otorite ve denetim ihmali düzeyinin dijital teknoloji bağımlılığına **toplam etkisi** değerlendirildiğinde, otorite ve denetim ihmali düzeyi dijital teknoloji bağımlılığını **pozitif yönde ve anlamlı biçimde** yordamaktadır ($\beta = .323$, $SE = .103$, $t = 8.853$, $p = .000$, **c yolu**). Bu durum, toplam etkiye yönelik **c yolunun** anlamlı olduğunu göstermektedir. Kurulan modelin toplam dijital teknoloji bağımlılığındaki varyansın yaklaşık %10,4'ünü açıkladığı belirlenmiştir ($R^2 = .104$, $F = 78.368$, $p = .000$). Modele aile rutinleri eklendikten sonra da otorite ve denetim ihmalinin dijital teknoloji bağımlılığı üzerindeki anlamlılığını koruması, aile rutinlerinin modelde **kısmi aracılık** etkisinin olduğunu göstermektedir (H3.3 kabul).

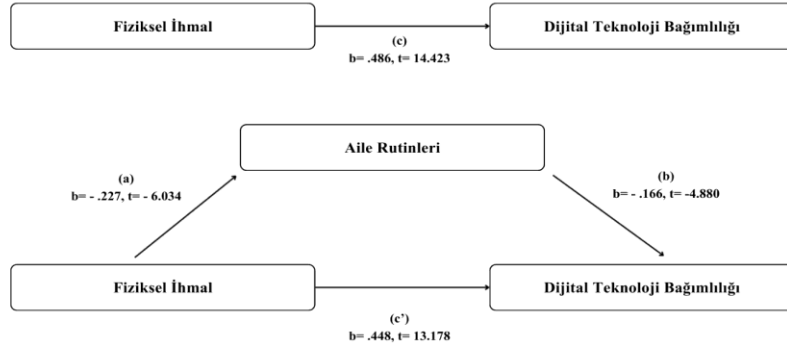
Tablo 8. Otorite ve denetim ihmalinin dijital teknoloji bağımlılığı üzerindeki etkilerinin özeti

Etki Türü	β	BootSH	BootLLCI	BootULCI	Hipotez
Dolaylı Etki: Otorite ve denetim ihmali →Aile rutinleri → Dijital teknoloji bağımlılığı (a×b)	0.039	.012	.017	.065	H3.3 kabul

Tablo 8'de görüldüğü üzere otorite ve denetim ihmalinin dijital teknoloji bağımlılığı üzerindeki etkisinde aile rutinlerinin aracılığına ilişkin yapılan bootstrap analizi, dolaylı etkinin %95 güven aralığı değerlerinin sıfırı içermediğini göstererek, aracılık etkisinin istatistiksel olarak anlamlı olduğunu desteklemektedir.

Üç alt hipotez birlikte değerlendirildiğinde otorite ve denetim ihmali ile dijital teknoloji bağımlılığı arasındaki ilişkide aile rutinlerinin aracı rolüne ilişkin kurulan modelin anlamlı olduğu görülmüş ve H3 hipotezi de kabul edilmiştir.

Son olarak H4 hipotezi kapsamında geliştirilen modelin anlamlılığının araştırılması amacıyla oluşturulan H4.1, H4.2 ve H4.3 hipotezlerinin sınanmasına yönelik yapılan analizlerden elde edilen bulgular sunulmuştur. Yapılan analizlerin şekilsel ifadesi Şekil 4'te görülmektedir.



Şekil 4. Fiziksel ihmalin dijital teknoloji bağımlılığı üzerindeki etkisinde aile rutinlerinin aracı rolüne ilişkin araştırma modeli (Hayes Process Macro Model 4)

Şekil 4'te görüldüğü gibi fiziksel ihmal düzeyinin dijital teknoloji bağımlılığı üzerindeki etkisinde aile rutinlerinin aracı rolünün incelenmesinde Hayes Process Macro Model 4 aracılık modeli kullanılmıştır. Elde edilen sonuçlar Tablo 9'da sunulmuştur.

Tablo 9. Fiziksel ihmal puanının dijital teknoloji bağımlılığı üzerindeki etkisinde aile rutinlerinin aracı rolü

Etki türü	B	β	SE	t	p	LLCI	ULCI	Hipotez
Doğrudan etki: Fiziksel ihmal →Aile rutinleri (a yolu) $R^2 = .051$; $F = 36.406$; $p = 0.000$	-.961	-.227	.159	-6.034	.000	-1.273	-.648	H4.1 kabul
Doğrudan etki: Aile rutinleri →Dijital teknoloji bağımlılığı (b yolu)	-.150	-.166	.031	-4.880	.000	-.210	-.090	
Doğrudan etki: Fiziksel ihmal →Dijital teknoloji bağımlılığı (c' yolu) $R^2 = .262$; $F = 119.440$; $p = 0.000$	1.718	.448	.130	13.178	.000	1.462	1.974	
Toplam Etki (c yolu) $R^2 = .236$; $F = 208.009$; $p = 0.000$	1.862	.486	.129	14.423	.000	1.609	2.116	H4.2 kabul

Tablo 9'da görüldüğü gibi fiziksel ihmal aile rutinleri üzerinde **negatif ve istatistiksel olarak anlamlı** bir etkiye sahiptir ($\beta = -.227$, $SE = .159$, $t = -6.034$, $p = .000$, **a yolu**). Aile rutinleri dijital teknoloji bağımlılığı üzerinde **negatif ve istatistiksel olarak anlamlı** bir etkiye sahiptir ($\beta = -.166$, $SE = .031$, $t = -4.880$, $p = .000$, **b yolu**). Fiziksel ihmal dijital teknoloji bağımlılığı üzerinde **pozitif ve istatistiksel olarak anlamlı** bir etkiye sahiptir ($\beta = .448$, $SE = .130$, $t = 13.178$, $p = .000$, **c yolu**).

Fiziksel ihmal düzeyinin dijital teknoloji bağımlılığına **toplam etkisi** değerlendirildiğinde, fiziksel ihmal düzeyi dijital teknoloji bağımlılığını **pozitif yönde ve anlamlı biçimde** yordamaktadır ($\beta = .486$, $SE = .129$, $t = 14.423$, $p = .000$, **c yolu**). Bu durum,

toplam etkiye yönelik **c yolunun** anlamlı olduğunu göstermektedir. Kurulan modelin toplam dijital teknoloji bağımlılığındaki varyansın yaklaşık %23,6'sını açıklamaktadır ($R^2 = .236$, $F = 208.009$, $p = .000$). Modele aile rutinleri eklendikten sonra da fiziksel ihmalin dijital teknoloji bağımlılığı üzerindeki anlamlılığını koruması, aile rutinlerinin modelde kısmi aracılık etkisinin olduğunu göstermektedir (H4.3 Kabul).

Tablo 10. Fiziksel ihmalin dijital teknoloji bağımlılığı üzerindeki etkilerinin özeti

Etki Türü	β	BootSH	BootLLCI	BootULCI	Hipotez
Dolaylı Etki: Fiziksel ihmal → Aile rutinleri → Dijital teknoloji bağımlılığı (a×b)	0.038	.011	.019	.060	H4.3 kabul

Tablo 10'da görüldüğü üzere fiziksel ihmalin dijital teknoloji bağımlılığı üzerindeki etkisinde aile rutinlerinin aracılığına ilişkin yapılan bootstrap analizi, dolaylı etkinin %95 güven aralığı değerlerinin sıfırı içermediğini göstererek, aracılık etkisinin istatistiksel olarak anlamlı olduğunu desteklemektedir.

Üç alt hipotez birlikte değerlendirildiğinde fiziksel ihmal ile dijital teknoloji bağımlılığı arasındaki ilişkide aile rutinlerinin aracı rolüne ilişkin kurulan modelin anlamlı olduğu görülmüş ve H4 hipotezi de kabul edilmiştir.

5. TARTIŞMA

Bu bölümde araştırmanın bulgularının literatürde yer alan kuramsal bilgiler ve mevcut araştırma sonuçları doğrultusunda tartışılması ve yorumlanmasına yer verilmiştir. Çalışmada genel amaç doğrultusunda anne çocuk ihmali ve dijital teknoloji bağımlılığı arasındaki ilişkide aile rutinlerinin aracılık etkisinin incelenmesi amacıyla dört ayrı model kurulmuştur. Bunlardan ilki duygusal ihmal ile dijital teknoloji bağımlılığı arasındaki ilişkide aile rutinlerinin aracı rolüne ilişkin kurulan modeldir. Bu model kapsamında dört hipotez geliştirilerek sınanmıştır. İkinci kurulan model eğitimsel ihmal ile dijital teknoloji bağımlılığı arasındaki ilişkide aile rutinlerinin aracı rolünü incelemektedir. Bu model kapsamında üç hipotez geliştirilerek sınanmıştır. Üçüncü kurulan model otorite ve denetim ihmali ile dijital teknoloji bağımlılığı arasındaki ilişkide aile rutinlerinin aracı rolünü incelemektedir. Bu model kapsamında üç hipotez geliştirilerek sınanmıştır. Dördüncü kurulan model fiziksel ihmal ile dijital teknoloji bağımlılığı arasındaki ilişkide aile rutinlerinin aracı rolünü incelemektedir. Bu model kapsamında üç hipotez geliştirilerek sınanmıştır. Çalışmanın tartışma kısmı her bir alt hipotezin bir alt başlık şeklinde ele alınmasıyla yapılandırılmıştır.

Duygusal İhmal ile Aile Rutinleri Arasındaki İlişkiye Ait Bulguların Tartışılması ve Yorumlanması

Yapılan analizler neticesinde; duygusal ihmalin aile rutinleri üzerinde negatif ve istatistiksel olarak anlamlı bir etkiye sahip olduğu görülmüştür. Bu bulgu araştırmada “*Duygusal ihmal, aile rutinlerini negatif yönde ve anlamlı olarak yordamaktadır*” hipotezinin doğrulandığını göstermektedir. Bu nedenle duygusal ihmal arttıkça aile rutinlerinin azaldığını söyleyebilmek mümkündür. Bu bulguya dayalı olarak duygusal ihmalin, ebeveyn çocuk etkileşimlerini azalttığı ve önceden yapılandırılmış aile rutinlerinin (akşam yemeği, kitap okuma saati, uyku zamanı gibi) sürdürülebilirliğine olumsuz etki ettiği söylenebilir. Ebeveynlerin yaşadıkları duyarlılık kaybı çocuklarının duygusal ipuçlarını doğru değerlendirememelerine neden olarak bu tür ailelerde duygusal ihmal görülme riskini artırabilir.

Araştırmadan elde edilen bu bulgunun alanyazında yer alan mevcut araştırma sonuçlarıyla da tutarlılık gösterdiği görülmektedir. Evans ve Wachs (2010) çalışmasında çocuk gelişiminde önemli bir faktör olan “proksimal süreçlerin” yalnızca öngörülebilir ve yapılandırılmış aile rutinleri vasıtasıyla sağlıklı bir biçimde devam edebileceği görüşüne yer vermektedir. Yeteri kadar düzenli rutini olmayan kaotik ev ortamlarında, ebeveynlerin duyarlılık kaybı ve sosyal çekilme yaşadığını vurgulamıştır. Ayrıca düzenli aile rutinlerinin; ebeveyn-çocuk arasındaki etkileşime zarar veren unsurları önlediğini, ebeveynin çocuğun

sinyallerine yönelik duyarlılığın ve öz-yeterliliğine katkıda bulunarak ihmali engelleyen koruyucu bir mekanizma işlevi gördüğünü belirtmektedir. Spagnola ve Fiese (2007) çalışmasında, aile içi ihmal ve istismarın ailedeki rutinlerin fakirleşmesine sebep olan unsurlardan biri olduğunu ortaya koymuştur. Çalışmada bu sonuç duygusal ihmalin yaşandığı aile ortamlarında, rutinlerin çocuğa sağladığı destekleyici duygusal ortam ve bir gruba ait olma hissinin yeterince oluşmadığı, rutinlerin sağlamış olduğu öngörülebilir yapıdan yoksun kalan çocukların duygusal ihmale maruz kalma olasılığını artırdığı şeklinde yorumlanmıştır.

Aile Rutinleri ile Dijital Teknoloji Bağımlılığı Arasındaki İlişkiye Ait Bulguların Tartışılması ve Yorumlanması

Yapılan analizler neticesinde; aile rutinlerinin dijital teknoloji bağımlılığı üzerinde negatif ve istatistiksel olarak anlamlı bir etkiye sahip olduğu görülmüştür. Bu bulgu araştırmada “*Aile rutinleri, dijital teknoloji bağımlılığını negatif yönde ve anlamlı olarak yordamaktadır*” hipotezinin doğrulandığını göstermektedir. Bu nedenle aile rutinleri arttıkça, dijital teknoloji bağımlılığının azaldığını söyleyebilmek mümkündür. Düzenli aile rutinlerinin varlığı, çocukların ekran kullanım sürelerinin sistemsel olarak kısıtlanmasını sağlayabilir ve özellikle okul öncesi dönem çocuklarında bağımlılık riskini düşürebilir.

Araştırmadan elde edilen bu bulgunun alanyazınla tutarlılık gösterdiği görülmektedir. Radesky ve ark. (2015) çalışmasında mobil cihazların, çocuklara her an ulaşılabilir olma imkânı tanınması sebebiyle aile içi etkileşimlerin yerini alma riski taşıdığını belirtmektedir. Ayrıca bazı ailelerin yemek yeme ve günlük işlerini yerine getirme vakitlerinde, mobil cihazları çocuklarını susturmak için bir araç olarak kullandığını vurgulamış ancak bu davranış şeklinin hem aile rutinlerinin sağlıklı bir biçimde uygulanmasına zarar verdiğini hem de çocuğu daha da bağımlı hale getirdiği düşüncesini savunmuştur. Bu kapsamda, ailelerin teknolojisiz zaman geçirebileceği çeşitli rutinler oluşturması bağımlılık riskini önlemek için önemli bir strateji yöntemi olarak görülmektedir. Hiniker ve ark. (2016) çalışmasında, dijital teknolojilerden ayrılamama durumunun aile rutinlerini direkt olarak aksattığını ve rutinlerin teknoloji kullanımında sınırlayıcı bir rol üstlendiği üzerinde durmuştur. Bu çalışmanın dijital teknolojilerin yaratmış olduğu cezbedici etki nedeniyle aile içi rutinlerin göz ardı edilmesine neden olduğu şeklindeki sonucu, aile rutinleri ile dijital teknoloji bağımlılığı arasındaki negatif bir ilişki bulunduğu bulgumuzu destekler niteliktedir.

Duygusal İhmal ile Dijital Teknoloji Bağımlılığı Arasındaki İlişkiye Ait Bulguların Tartışılması ve Yorumlanması

Yapılan analizler neticesinde; duygusal ihmalin dijital teknoloji bağımlılığı üzerinde pozitif ve istatistiksel olarak anlamlı bir etkiye sahip olduğu görülmüştür. Bu bulgu araştırmada “*Duygusal ihmal, dijital teknoloji bağımlılığını pozitif yönde ve anlamlı olarak yordamaktadır*” hipotezinin doğrulandığını göstermektedir. Bu nedenle duygusal ihmal arttıkça, dijital teknoloji bağımlılığının da arttığını söyleyebilmek mümkündür. Bu bulgu duygusal ihmale maruz kalan çocukların, bu eksikliği dijital teknolojilerle doldurmaya yöneldiğini düşündürmektedir. Jessar ve ark. (2017) duygusal ihmali aile mikrosistemlerinden kaynaklanan olumsuz bir faktör ve travmatik bir deneyim olarak değerlendirmektedir. Aile içinde duygusal ihmale maruz kalma çocuğun yetersiz denetim ile karşı karşıya kalmasına neden olarak internet erişimi ve kullanımı için çocuğa artan fırsatlar sunmaktadır.

Araştırmadan elde edilen bu bulgu alanyazınla da tutarlılık göstermektedir. Erat Nergiz ve ark. (2020) çalışmasında, okul öncesi dönem çocuklarındaki aşırı ekran kullanımı ile annelerin ihmal puanı arasında pozitif bir ilişki bulunduğunu ortaya koymuştur. Radesky ve Christakis, (2016) de çalışmasında, aşırı ekran kullanımının aile içi duygusal alışverişin ve ebeveyn-çocuk ilişkisinin yerini aldığını vurgulamaktadır. Jiang ve ark. (2025) ise aile içi duygusal ihmal ile internet bağımlılığı arasında pozitif yönlü anlamlı ilişkiler saptamıştır.

Duygusal İhmal ile Dijital Teknoloji Bağımlılığı Arasındaki İlişkide Aile Rutinlerinin Aracı Rolüne Ait Bulguların Tartışılması ve Yorumlanması

Yapılan analizler neticesinde; duygusal ihmal ile dijital teknoloji bağımlılığı arasındaki ilişkide aile rutinlerinin kısmi aracı role sahip olduğu görülmüştür. Bu bulgu araştırmada “*Duygusal ihmal ile dijital teknoloji bağımlılığı arasındaki ilişkide aile rutinlerinin aracı rolü vardır*” hipotezinin doğrulandığını ortaya çıkarmıştır. Bu bulgu duygusal ihmal ile dijital teknoloji bağımlılığı arasında aile rutinlerinin aracı rolü olduğunu göstermektedir. Bu sonuç duygusal ihmalin, hem doğrudan dijital teknoloji bağımlılığını arttırdığı hem de aile rutinlerini azaltarak dolaylı bir şekilde dijital teknoloji bağımlılığına neden olduğu şeklinde yorumlanmaktadır.

Araştırmadan elde edilen bu bulgu alanyazınla tutarlılık göstermektedir. McDaniel ve Radesky (2018) çalışmasında, yemek yeme veya oyun oynama gibi aile rutinlerinin dijital cihazlar nedeniyle sekteye uğradığını ve bu cihazlardan ötürü ebeveynlerin fiziksel olarak orada olmasına rağmen zihinsel anlamda başka yerde olduğunu ifade etmektedir. Dahası bu durumun

ebeveynlerde duyarlılık kaybına ve duygusal ihmale yol açtığını vurgulamaktadır. Sonuç olarak, dijital cihazların aile rutinlerini kesintiye uğratmasının hem ebeveynlerde hassasiyet kaybına neden olduğu hem de duygusal anlamda ulaşılabilirliği sınırladığı belirtilmiştir. Fiese ve ark. (2002) çalışmasında, yapılandırılmış aile rutinlerinin kaotik ve stresli aile ortamlarında bile çocukların veya ergenlerin psikolojik sağlığını koruyucu bir rol üstlendiğini ifade etmektedir. Bütün bu sonuçlar ışığında duygusal ihmalden dolayı aile bağlarının zayıflaması ve aile içi rutinlerin bozulması durumunda bireylerin bu eksikliği dijital dünyada gidermeye başladığı düşünülmüştür. Sağlam temeller üzerine kurulmuş aile rutinleri aracılığıyla bağımlılık riskinin önüne geçmenin mümkün olabileceği söylenebilir.

Eğitimsel İhmal ile Aile Rutinleri Arasındaki İlişkiye Ait Bulguların Tartışılması ve Yorumlanması

Yapılan analizler neticesinde; eğitimsel ihmalin aile rutinleri üzerinde negatif ve istatistiksel olarak anlamlı bir etkiye sahip olduğu görülmüştür. Bu bulgu araştırmada “*Eğitimsel ihmal, aile rutinlerini negatif yönde ve anlamlı olarak yordamaktadır*” hipotezinin doğrulandığını göstermektedir. Bu nedenle eğitimsel ihmal arttıkça aile rutinlerinin azaldığını söyleyebilmek mümkündür. Bu sonuç çocuklarını eğitimsel açıdan ihmal eden ebeveynlerin çocuklarının akademik gelişimine ilgisiz kaldığı ve böylece ev içi öğrenme rutinlerini sekteye uğrattığı şeklinde yorumlanmıştır.

Araştırmadan elde edilen bu bulgunun alanyazınla tutarlılık gösterdiği görülmektedir. Bradley ve Corwyn (2002) çalışmasında, düşük sosyoekonomik güce sahip ailelerde, çocukların eğitime yeterli düzeyde erişebilmede zorluk yaşayabildiğini ancak aile içinde belirli düzen ve kuralların olmasının sosyoekonomik risklere karşı çocuğun gelişiminde koruyucu bir rol üstlendiğini ifade etmektedir. Düzenli rutinleri olmayan ailelerde, çocukların akademik ihtiyaçlarına cevap alamaması ve destek görememesi nedeniyle eğitimsel ihmal riskinin ortaya çıkabileceği üzerinde durmuştur. Fiese ve Winter (2010) çalışmasında, aile rutinlerinin yalnızca yemek yeme veya uyuma gibi günlük aktivitelerden oluşmadığını aynı zamanda çocuğun ödevlerini kontrol etme ve akademik gelişimini denetlenme işlevi olduğunu belirtmektedir.

Eğitimsel İhmal ile Dijital Teknoloji Bağımlılığı Arasındaki İlişkiye Ait Bulguların Tartışılması ve Yorumlanması

Yapılan analizler neticesinde; eğitimsel ihmalin dijital teknoloji bağımlılığı üzerinde pozitif ve istatistiksel olarak anlamlı bir etkiye sahip olduğu görülmüştür. Bu bulgu araştırmada “*Eğitimsel ihmal, dijital teknoloji bağımlılığını pozitif yönde ve anlamlı olarak yordamaktadır*”

hipotezinin doğrulandığını göstermektedir. Bu nedenle eğitimsel ihmal arttıkça dijital teknoloji bağımlılığının da arttığını söyleyebilmek mümkündür. Ebeveynin çocuğun eğitiminde ihmalkâr davranışlar sergilemesi, çocuğun hayatında dijital cihazları bir tür “zaman geçirme” aracına dönüştürerek gelişimsel bir risk faktörü oluşturabilir. Bu riskin ebeveynin eğitimsel sorumluluklarını dijital araçlara aktararak teknolojiye devredilmiş ebeveynlik rolüne dönüşmesi gibi problemlere neden olabileceği göz önünde bulundurulmalıdır. Ayrıca çocukların sadece akademik eğitim anlamında değil davranış ve ahlak eğitimi konularında da desteklenmesinin dijital teknoloji bağımlılığı konusunda koruyucu bir faktör olarak rol alabileceği düşünülmektedir.

Araştırmadan elde edilen bu bulgu alanyazında yer alan mevcut araştırma sonuçlarıyla da tutarlılık göstermektedir. Domoff ve ark. (2019) geliştirmiş oldukları Problemlili Medya Kullanımı Ölçeği’nde, çocuklarda ekran bağımlılığının dersleri ve okul devamlılığını aksatma ile doğrudan ilişkili olduğunu ortaya koymuştur. Ayrıca ekran bağımlılığı belirtisi gösteren çocukların, akademik sorumluluklardan kaçınma davranışı gösterdiği ifade edilmiştir. Linebarger ve Vaala (2010) çalışmasında, ebeveynlerin çocuklarına karşı eğitimsel ve rehberlik sorumluluklarını yerine getirmediği takdirde çocukların denetimsiz ve uzun süreli bir şekilde ekrana maruz kalabileceğini belirtmektedir.

Eğitimsel İhmal ile Dijital Teknoloji Bağımlılığı Arasındaki İlişkide Aile Rutinlerinin Aracı Rolüne Ait Bulguların Tartışılması ve Yorumlanması

Yapılan analizler neticesinde; eğitimsel ihmal ile dijital teknoloji bağımlılığı arasındaki ilişkide aile rutinlerinin tam aracı role sahip olduğu görülmüştür. Bu bulgu araştırmada “*Eğitimsel ihmal ile dijital teknoloji bağımlılığı arasındaki ilişkide aile rutinlerinin aracı rolü vardır*” hipotezinin doğrulandığını göstermektedir. Eğitimsel ihmal, doğrudan dijital teknoloji bağımlılığına etki etmemekte ancak aile rutinlerini azaltarak dolaylı şekilde bağımlılığa etki etmektedir. Diğer bir ifadeyle; eğitimsel ihmale uğrayan çocuklarda ortaya çıkan dijital teknoloji bağımlılığının; doğrudan söz konusu ihmalden ziyade, bu ihmalin aile içerisindeki ortak aktiviteleri, yapılandırılmış aile rutinlerini ve günlük düzeni aksatmasından kaynaklandığı şeklinde yorumlanmıştır.

Araştırmadan elde edilen bu bulgunun alanyazınla tutarlılık gösterdiği görülmektedir. Wartella ve ark. (2013) çalışmasında, televizyonun arka planda sürekli aktif olması ya da dijital cihazların ebeveynler için rutinleşen araçlara dönüşmesi sonucunda, eğitimsel boşluğun yerini dijital teknoloji bağımlılığına bırakacağını ifade etmiştir. Özellikle kitap okuma, eğitici oyunlar

oyun gibi faaliyetlerin arka plana atıldığı durumlarda, teknoloji odaklı ebeveynlerin çocuklarını sakinleştirmek ve oyalamak için teknolojiyi bir rutine dönüştürmesi, çocuklarda ekran maruziyetini ciddi derecede arttırmaktadır. Hiniker ve ark. (2016), aile rutinlerinin ekran süresini sona erdirme sürecinde meydana gelen olası çatışma durumlarında engelleyici bir işlev gördüğünü ve çocukların sanal dünyadan gerçek dünyaya geçişinde kolaylık sağladığını belirtmiştir. Aynı çalışmada ebeveynlerin, gündelik işlerini yürütmek için çocuklarını teknolojiyle meşgul etmelerinin daha çok çatışmaya sebep olduğu vurgulanmaktadır. Eğitimsel ihmalin söz konusu olduğu aile ortamlarında yapılandırılmış rutinler çocukların dijital araçlarla baş başa kalmasını sınırlayarak, dijital bağımlılık riski üzerinde koruyucu bir rol üstlenebilir.

Otorite ve Denetim İhmali ile Aile Rutinleri Arasındaki İlişkiye Ait Bulguların Tartışılması ve Yorumlanması

Yapılan analizler neticesinde; otorite ve denetim ihmalinin aile rutinleri üzerinde negatif ve istatistiksel olarak anlamlı bir etkiye sahip olduğu görülmüştür. Bu bulgu araştırmada “*Otorite ve denetim ihmali, aile rutinlerini negatif yönde ve anlamlı olarak yordamaktadır*” hipotezinin doğrulandığını göstermektedir. Bu bulguya dayalı olarak otorite ve denetim ihmali arttıkça aile rutinlerinin azaldığını söyleyebilmek mümkündür. Otorite ve denetim olmayan ailelerde rutinlerin sürdürülebilirliğinin zorlaşabileceği düşünülmektedir.

Araştırmadan elde edilen bu bulgunun alanyazınla tutarlılık gösterdiği görülmektedir. Baumrind (1991) çalışmasında ilgisiz (otorite ve denetim eksikliği olan) ebeveynlik tarzının, ileri seviyede aile düzensizliğiyle bağlantılı olduğunu vurgulamaktadır. Bu tarz ebeveynlerin çocuklarının davranışlarını yeterli düzeyde denetlememesi ve onlara sınırları belirgin hale getirilmiş bir ortam sağlamaması aile içindeki düzeni ve rutinleri zayıflatmaktadır. Bunun aksine, denetim sahibi ve sınırları net olan ebeveynlerin çocuklarına sağladıkları yapılandırılmış kurallar aracılığıyla aile içinde daha düzenli bir yapı inşa ettikleri gözlemlenmektedir. Darling ve Steinberg (1993) çalışmasında ihmalkâr ebeveynlik tarzını, denetim eksikliği ve düşük düzeyde talepkârlık ile karakterize etmiştir. Bu ebeveynlik tarzının aile içi rutinlerin işleyişini aksattığını ve bu rutinlerin sürdürülebilirliğini zorlaştırdığını belirtmektedir. Bu bağlamda, rutinler ebeveynlerin aile içi düzeni sağlaması için önemli bir işleve sahipken; otorite ve denetim ihmali ise bu düzenin etkinliğini azaltmakta veya tamamen devre dışı bırakmaktadır.

Otorite ve Denetim İhmali ile Dijital Teknoloji Bağımlılığı Arasındaki İlişkiye Ait Bulguların Tartışılması ve Yorumlanması

Yapılan analizler neticesinde; otorite ve denetim ihmalinin dijital teknoloji bağımlılığı üzerinde pozitif ve istatistiksel olarak anlamlı bir etkiye sahip olduğu görülmüştür. Bu bulgu araştırmada yer alan “*Otorite ve denetim ihmali, dijital teknoloji bağımlılığını pozitif yönde ve anlamlı olarak yordamaktadır*” hipotezini doğrulamaktadır. Yani otorite ve denetim ihmali arttıkça dijital teknoloji bağımlılığının da arttığını söyleyebilmek mümkündür.

Araştırmadan elde edilen bu bulgu alanyazınla tutarlılık göstermektedir. Lauricella ve ark. (2015) çalışmasında, ebeveynlerin küçük yaştaki çocukları üzerinde hala büyük bir denetime sahip olduğunu ve bu denetim sayesinde çocukların ekran kullanım süresinin kontrol altına alındığını vurgulamıştır. Aynı çalışmada ebeveynlerin denetleyici rollerini aksattığı durumlarda çocuklarının teknolojiye daha çok eğilim gösterdiği, bu durumun da hem çocuklarının ekran kullanım süresine sınır koymayı güçleştirdiğini hem de ekran kullanım süresini arttırdığını savunulmuştur. Gentile ve ark. (2014) ebeveynlerin, çocuklarının ekran süresi ve içerik tüketimi hakkında kontrol sahibi olmasının ekran süresini azalttığını ortaya koymuştur. Dahası bu denetimin çocuklarda akademik başarı ve sosyal ilişkiler üzerinde olumlu etkileri olduğunu belirtmiştir. Sonuç olarak ebeveynin otoritesinin yetersiz kaldığı ve denetim mekanizmasının sağlıklı işlemediği aile ortamlarında dijital araç kullanım süresinin artabileceği dolayısıyla dijital teknoloji bağımlılığı konusunda risk gelişebileceği düşünülebilir.

Otorite ve Denetim İhmali ile Dijital Teknoloji Bağımlılığı Arasındaki İlişkide Aile Rutinlerinin Aracı Rolüne Ait Bulguların Tartışılması ve Yorumlanması

Yapılan analizler neticesinde; otorite ve denetim ihmali ile dijital teknoloji bağımlılığı arasındaki ilişkide aile rutinlerinin kısmi aracı role sahip olduğu görülmüştür. Bu bulgu araştırmada “*Otorite ve denetim ihmali ile dijital teknoloji bağımlılığı arasındaki ilişkide aile rutinlerinin aracı rolü vardır*” hipotezinin doğrulandığını göstermektedir. Dolayısıyla otorite ve denetim ihmali ile dijital teknoloji bağımlılığı arasında aile rutinlerinin aracı rolü olduğunu söyleyebilmek mümkündür. Otorite ve denetim ihmali dijital teknoloji bağımlılığını o kadar güçlü ve doğrudan etkilemektedir ki, aile rutinleri aracı değişken olarak bu ikisi arasındaki mekanizmada kısmi (sınırlı) rol alabilmektedir. Yani otorite ve denetim eksikliği bulunan ailelerde aile rutinlerinin sağlıklı bir şekilde yapılandırılmadığı ve bu durumun dijital teknoloji bağımlılığı riskini arttırdığını söyleyebilmek mümkündür. Ayrıca bu durum otorite ve denetim ihmali ile dijital teknoloji bağımlılığı arasındaki ilişkide aile rutinleri dışında başka aracı

mekanizmaların (özdenetim, dürtüsellik, yalnızlık vb.) daha baskın olabileceğini düşündürmektedir.

Fiziksel İhmal ile Aile Rutinleri Arasındaki İlişkiye Ait Bulguların Tartışılması ve Yorumlanması

Yapılan analizler neticesinde; fiziksel ihmalin aile rutinleri üzerinde negatif ve istatistiksel olarak anlamlı bir etkiye sahip olduğu görülmüştür. Bu bulgu araştırmada “*Fiziksel ihmal, aile rutinlerini negatif yönde ve anlamlı olarak yordamaktadır*” hipotezinin doğrulandığını göstermektedir. Bu bulguya dayalı olarak fiziksel ihmal arttıkça aile rutinlerinin azaldığını söyleyebilmek mümkündür. Elde edilen bu sonuç aile içerisinde kurulmuş bir düzenin ve belirli rutinlerin varlığının ebeveynlerin çocuğun temel fiziksel ihtiyaçlarına daha duyarlı davranışlar sergilemesine ve fiziksel ihmal davranışlarının azalmasına sebep olabileceği şeklinde yorumlanmıştır. Aile içi rutinleri zayıf olan aile yapılarında evde düzenli yemek pişirilmesi, ailece yenen düzenli bir yemek saati, düzenli bir uyku saati gibi konularda problemler yaşanır. Bu kaotik ortam ailenin otomatik olarak çocuğu fiziksel olarak ihmal etmesi sonucunu doğuruyor olabilir. Ayrıca rutinlerin varlığı ailede ilişkileri olumlu etkileyen ve stresi azaltan bir unsurdur (Sytsma ve ark., 2001). Aile içi ilişkilerin gelişmesi ve stresin azalmasının da çocuğun fiziksel ihmalinin önünde koruyucu bir etken olarak rol alıyor olabileceği düşünülmektedir.

Fiziksel ihmal ile Dijital Teknoloji Bağımlılığı Arasındaki İlişkiye Ait Bulguların Tartışılması ve Yorumlanması

Yapılan analizler neticesinde; fiziksel ihmalin dijital teknoloji bağımlılığı üzerinde pozitif ve istatistiksel olarak anlamlı bir etkiye sahip olduğu görülmüştür. Bu bulgu araştırmada “*Fiziksel ihmal, dijital teknoloji bağımlılığını pozitif yönde ve anlamlı olarak yordamaktadır*” hipotezinin doğrulandığını göstermektedir. Bu bulgu ışığında fiziksel ihmal arttıkça dijital teknoloji bağımlılığının da arttığını söyleyebilmek mümkündür. Elde ettiğimiz bu sonuç fiziksel ihmalin internet bağımlılığı ile pozitif ilişkili olduğunu gösteren mevcut araştırma sonuçları ile uyumludur (Hua ve ark., 2023; Hsieh ve ark., 2016).

Fiziksel İhmal ile Dijital Teknoloji Bağımlılığı Arasındaki İlişkide Aile Rutinlerinin Aracı Rolüne Ait Bulguların Tartışılması ve Yorumlanması

Yapılan analizler neticesinde; fiziksel ihmal ile dijital teknoloji bağımlılığı arasındaki ilişkide aile rutinlerinin kısmi aracı rolü olduğu görülmüştür. Bu bulgu araştırmada yer alan

“Fiziksel ihmal ile dijital teknoloji bağımlılığı arasındaki ilişkide aile rutinlerinin aracı rolü vardır” hipotezinin doğrulandığını göstermektedir. Fiziksel ihmal dijital teknoloji bağımlılığını o kadar güçlü ve doğrudan etkilemektedir ki, aile rutinleri aracı değişken olarak bu ikisi arasındaki mekanizmada kısmi (sınırlı) rol alabilmektedir. Ayrıca bu durum fiziksel ihmal ile dijital teknoloji bağımlılığı arasındaki ilişkide aile rutinleri dışında başka aracı mekanizmaların (özyeterlilik algısı, bağlanma problemleri, işlevsel olmayan aile yapısı vb.) daha baskın olabileceğine işaret etmektedir. İlerleyen çalışmalarda fiziksel ihmal ile dijital teknoloji bağımlılığı arasındaki ilişkide rol alması muhtemel aracı değişkenler araştırmacılar tarafından ele alınabilir.





6. SONUÇ VE ÖNERİLER

6.1. Sonuç

- Duygusal ihmal, aile rutinleri üzerinde negatif ve istatistiksel olarak anlamlı bir etkiye sahiptir.
- Aile rutinleri, dijital teknoloji bağımlılığı üzerinde negatif ve istatistiksel olarak anlamlı bir etkiye sahiptir.
- Duygusal ihmal, dijital teknoloji bağımlılığı üzerinde pozitif ve istatistiksel olarak anlamlı bir etkiye sahiptir.
- Duygusal ihmal ile dijital teknoloji bağımlılığı arasındaki ilişkide aile rutinleri kısmi aracı role sahiptir.
- Eğitimsel ihmal, aile rutinleri üzerinde negatif ve istatistiksel olarak anlamlı bir etkiye sahiptir.
- Eğitimsel ihmal, dijital teknoloji bağımlılığı üzerinde pozitif ve istatistiksel olarak anlamlı bir etkiye sahiptir.
- Eğitimsel ihmal ile dijital teknoloji bağımlılığı arasındaki ilişkide aile rutinleri tam aracı role sahiptir.
- Otorite ve denetim ihmali, aile rutinleri üzerinde negatif ve istatistiksel olarak anlamlı bir etkiye sahiptir.
- Otorite ve denetim ihmali, dijital teknoloji bağımlılığı üzerinde pozitif ve istatistiksel olarak anlamlı bir etkiye sahiptir.
- Otorite ve denetim ihmali ile dijital teknoloji bağımlılığı arasındaki ilişkide aile rutinleri kısmi aracı role sahiptir.
- Fiziksel ihmal, aile rutinleri üzerinde negatif ve istatistiksel olarak anlamlı bir etkiye sahiptir.
- Fiziksel ihmal, dijital teknoloji bağımlılığı üzerinde pozitif ve istatistiksel olarak anlamlı bir etkiye sahiptir.
- Fiziksel ihmal ile dijital teknoloji bağımlılığı arasındaki ilişkide aile rutinleri kısmi aracı role sahiptir.

6.2. Öneriler

- Düzenli aile içi rutinleri tasarlanarak hem ihmal hem de dijital teknoloji bağımlılığı riski azaltılabilir.
- Düzenli aile rutinleri sayesinde çocuğun temel ihtiyaçları (barınma, beslenme, sağlık, eğitim, oyun gibi) sistematik bir şekilde karşılandığı için ihmal riski önlenebilir.
- Birlikte yemek yemek, oyun oynamak ve vakit geçirmek gibi düzenli rutinler sayesinde çocuklar dijital araçlardan uzaklaşabilir ve böylece bağımlılık riski azalabilir.
- Aile rutinleri ebeveynlerin ve çocukların birlikte yürütmüş olduğu tekrar eden davranışlardır. Bu rutinler sayesinde, ebeveynler çocukları ile daha fazla vakit geçirmekte ve etkileşime geçmektedir. Böylece ebeveynler aile rutinleri aracılığıyla çocuklarını denetleme ve kontrol etme olanağı bulmaktadır. Sonuç olarak düzenli aile rutinleri tasarlanarak, otorite ve denetim ihmali riski azaltılabilir.
- Aile rutinlerinin güçlendirilmesi için aile üyelerinin bir arada zaman geçirmesine olanak sağlayan politikalar geliştirilebilir. Örneğin, çalışan ve çocuğu olan ebeveynlerin mesai saatlerinde düzenlemeler yapılarak, çocukları ile daha fazla vakit geçirmelerine imkan tanınabilir.
- Ortak etkinlikler yürütmek, sohbet etmek ve oyun oynamak gibi çeşitli aile rutinleri duygusal bağların güçlenmesine katkıda bulunduğu için duygusal ihmal riskini azaltma konusunda önemli bir işlev görebilir.
- Düzenli aile rutinleri sayesinde ebeveynler çocuklarının gelişimlerini ve ihtiyaçlarını daha yakından takip edebilmektedir. Dolayısıyla bu rutinler, ebeveynlerin olası ihmal risklerini önceden fark etmesine ve önlem alabilmesine olanak sağlayabilir.
- Günümüz problemlerinin başında gelen dijital teknoloji bağımlılığı hemen hemen her yaştan birey için ciddi riskler oluşturmaktadır. Özellikle çocuğun kişiliğinin ve gelişiminin başladığı okul öncesi dönemde bu riskler daha da fazladır. Bundan dolayı okul öncesi dönemde çocuğu olan ailelerde, beraber yemek yemek, uyumadan önce çeşitli aktiviteler gerçekleştirmek ve ortak etkinlikler düzenlemek gibi yapılandırılmış düzenli aile rutinleri ile bu risk bir nebze de olsa azaltılabilir.
- Okul öncesi dönem çocukları kimi zaman ailelerinden bulamadığı duygusal ihtiyacı başka yerlerde arayabilmektedir. Özellikle dijital teknoloji araçları bu konuda öne çıkmakta ve çocukların duygusal boşluklarını doldurmak için bir kaçış noktası olabilmektedir. Düzenli aile rutinleri sayesinde çocukların duygusal bağları

güçlenmekte ve böylece çocuklar duygusal ihtiyaçlarını, dijital araçlardan ziyade aileleriyle gerçekleştirdikleri ortak etkinlikler vasıtasıyla karşılayabilir.

- Sosyal hizmet disiplini, yapısı gereği dezavantajlı kesimlerle çalışmayı temel alan bir meslek alanıdır. Dijital teknoloji bağımlılığına maruz kalan ve ihmale uğrayan çocuklar da dezavantajlı gruplar içerisinde yer aldığı için sosyal hizmet uzmanlarından bu konularda aktif rol alıp, çözümler üretmesi beklenmektedir. Aile ve Sosyal Hizmetler Bakanlığı'nca sosyal hizmet uzmanları belli dönemlerde dijital teknoloji bağımlılığının olası riskleri, siber zorbalık ve anne çocuk ihmal konularında çeşitli seminerler düzenleyebilir.
- Sosyal hizmet uzmanları ebeveynlerle mesleki görüşmeler gerçekleştirerek, çocukların dijital teknoloji kullanımı ve ortak aile etkinlikleri konusunda danışmanlık hizmeti verebilir. Böylece aileler, güvenli internet kullanımı ve alternatif etkinlikler hakkında bilgi sahibi olarak dijital teknoloji bağımlılığının önüne geçebilir.
- İhmali önleme programlarında ailelerin ev içi organizasyonlarını güçlendirecek ve belirli rutinleri oturtmalarını sağlayacak beceriler hedef alınmalıdır. Sosyal hizmet uzmanları, riskli ailelerle yapacakları çalışmalarda günlük düzenli yemek saati, ders çalışma, uyku saati, etkinlik saati gibi rutinlerin oluşturulmasına odaklanmalıdır.
- Sosyal hizmet uzmanları çocuklarını ihmal eden anneler ve ihmale maruz kalan çocuklar ile çalışırken, aile rutinlerini destekleyecek çeşitli psiko-sosyal müdahale planları oluşturabilir. Bu süreçte hem annenin hem de çocuğun motivasyonunu arttırmaya yönelik çeşitli çalışmalar yürütebilir. Örneğin anne için ebeveyn danışmanlığı hizmeti verilerek, çocuğun temel ihtiyaçları ve gelişimi, çocukla düzenli ve kaliteli vakit geçirme ve aile rutinlerinin önemi konusunda bilgilendirme yapılabilir. Anne ve çocuğun başrolde olduğu aile rutinleri oluşturulabilir. Böylece hem anne hem de çocuk belli başlı görevleri yerine getirerek ortak bir bağ kurabilir ve bu da duygusal bir yakınlaşmaya olanak sağlayabilir.



7. KAYNAKLAR

- Ağdemir, S. (1991). Aile ve eğitim. *Sosyal Politika Çalışmaları Dergisi*, 1(1), 1-3.
- Altınok, M. (2021). Lise öğrencilerinin dijital bağımlılık ve yaşam doyumunun incelenmesi. *TEBD*, 19(1), 262-291. <https://doi.org/10.37217/tebd.689774>
- American Psychiatric Association (Ed.). (1994). *Diagnostic and statistical manual of mental disorders* (4. ed., 7. print).
- American Psychiatric Association (Ed.). (2022). *Diagnostic and statistical manual of mental disorders* (5th ed., text rev.). <https://doi.org/10.1176/appi.books.9780890425596>
- Anderson, C. A., & Bushman, B. J. (2001). Effects of violent video games on aggressive behavior, aggressive cognition, aggressive affect, physiological arousal, and prosocial behavior: A meta-analytic review of the scientific literature. *Psychological Science*, 12(5), 353-359. <https://doi.org/10.1111/1467-9280.00366>
- Anderson, C. A., Shibuya, A., Ihori, N., Swing, E. L., Bushman, B. J., et al. Violent video game effects on aggression, empathy, and prosocial behavior in Eastern and Western countries: A meta-analytic review. *Psychological Bulletin*, 136(2), 151-173. <https://doi.org/10.1037/a0018251>
- Andreassen, C. S., & Pallesen, S. (2014). Social network site addiction—An overview. *Current Pharmaceutical Design*, 20(25), 4053-4061. <https://doi.org/10.2174/13816128113199990616>
- Anshari, M., Alas, Y., & Sulaiman, E. (2019). Smartphone addictions and nomophobia among youth. *Vulnerable Children and Youth Studies*, 14(3), 242-247. <https://doi.org/10.1080/17450128.2019.1614709>
- Arı, R. (2008). *Eğitim psikolojisi: Gelişim ve öğrenme* (Testlerle desteklenmiş geliştirilmiş 4.baskı). Nobel Yayın Dağıtım.
- Arıkan, Z. (2012). Madde bağımlılığı, düzelme (remisyon), nüks (relaps) ve önlenmesi. İçinde *Madde bağımlılığı tanı ve tedavi kılavuzu el kitabı* (Ankara, ss. 243-258). T.C. Sağlık Bakanlığı Sağlık Hizmetleri Genel Müdürlüğü.
- Arısoy, Ö. (2009). İnternet bağımlılığı ve tedavisi. *Psikiyatride Güncel Yaklaşımlar*, 1(1), 55-67.
- Arlı, M., & Nazik, M. (2001). *Bilimsel araştırmaya giriş*. Gazi Kitabevi.
- Arslan, A. (2020). Ortaöğretim öğrencilerinin dijital bağımlılık düzeyleri ve şiddet eğilimlerinin belirlenmesi. *Journal of Computer and Education Research*, 8(15), 86-113. <https://doi.org/10.18009/jcer.652390>
- Arslan, A., & Bardakçı, S. (2020). Üniversite öğrencilerinin dijital bağımlılık düzeylerinin iletişim becerileri üzerindeki etkisinin incelenmesi. *Gençlik Araştırmaları Dergisi*, 8(20), 36-70.
- Arslan, A., Kırık, A. M., Karaman, M., & Çetinkaya, A. (2015). Lise ve üniversite öğrencilerinde dijital bağımlılık. *Uluslararası Hakemli İletişim ve Edebiyat Araştırmaları Dergisi*, (8), 34-58. <https://doi.org/10.17361/UHIVE.2015813153>
- Aşkın, D. (2020). Teknoloji çağında aile olmak: Dijital aileler, dijital ebeveynlik ve aile içi yabancılaşma. İçinde *Aile ve sosyoloji* (1. Baskı, ss. 196-212). Eğitim Yayınevi.
- Ayakdaş Dağlı, D., & Yüyen, M. N. (2023). Davranışsal bağımlılıklar ve hemşirelik yaklaşımı. *Bağımlılık Dergisi*, 24(1), 104-112. <https://doi.org/10.51982/bagimli.1086045>
- Ayar, H., Bulut, N., & Gelici, Z. (2023). Erken çocuklukta dijital bağımlılıkla mücadele projesi kapsamında ebeveynlerin çocuklarının dijital medya kullanımına ilişkin görüşlerinin incelenmesi. *Sakarya Üniversitesi İlahiyat Fakültesi Dergisi*, 25(47), 1-33. <https://doi.org/10.17335/sakaifd.1252105>
- Aydın, A. (2015). Dijital vatandaşlık. *Türk Kütüphaneciliği*, 29(1), 142-146.

- Aydın, S. (2025). Okul öncesi dönem çocukların dijital oyun bağımlılık eğilimi ve psikomotor gelişimlerinin araştırılması. *Trakya Üniversitesi Sosyal Bilimler Dergisi*, 27(1), 108-128. <https://doi.org/10.26468/trakyasobed.1675961>
- Aydoğdu, F. (2018). Dijital oyun oynayan çocukların dijital oyun bağımlılıklarının çeşitli değişkenler açısından incelenmesi. *Ulakbilge Sosyal Bilimler Dergisi*, 6(31), 1-18. <https://doi.org/10.7816/ulakbilge-06-31-01>
- Ayhan, B., & Köseliören, M. (2019). İnternet, online oyun ve bağımlılık. *Online Journal of Technology Addiction and Cyberbullying*, 6(1), 1-30.
- Aziz, N., Nordin, M. J., Abdulkadir, S. J., & Salih, M. M. M. (2021). Digital Addiction: Systematic review of computer game addiction impact on adolescent physical health. *Electronics*, 10(9), 996. <https://doi.org/10.3390/electronics10090996>
- Babacan, M. E. (2016). Sosyal medya kullanım alanları ve bağımlılık ilişkisi. *Addicta: The Turkish Journal on Addictions*, 3(1), 7-28. <https://doi.org/10.15805/addicta.2016.3.0017>
- Bağatarhan, T. (2023). Okul öncesi dönem çocuklarında dijital oyun bağımlılık eğilimi ve problem davranışlar. *E-Uluslararası Eğitim Araştırmaları Dergisi*, 14(5), 179-193. <https://doi.org/10.19160/e-ijer.1342294>
- Bağcı Çetin, B. (2023). 5-6 yaş çocuklarının dijital oyun bağımlılığı eğilimlerinin akran zorbalığı davranışlarını yordayıcı rolü. *Hakkâri Eğitim Fakültesi Dergisi (HEFDER)*, 2(2), 10-25.
- Bağcı Çetin, B. (2024). 4-6 yaş aralığındaki çocukların dijital oyun bağımlılığı eğilimlerinin öz-düzenleme becerilerini yordayıcı rolü. *Adnan Menderes Üniversitesi Eğitim Fakültesi Eğitim Bilimleri Dergisi*, 15(1), 1-14.
- Bahadır, Z. (2023). BM çocuk haklarına dair sözleşme çerçevesinde medeni usul hukuku bakımından çocuğun katılım hakkı. *Adalet Dergisi*, (70), 213-254. <https://doi.org/10.57083/adaletdergisi.1285750>
- Bahar, A. (2018). Uyuşturucu madde kullanımının nedenleri ve bağımlılık oluşum sürecinde iletişimsel yaklaşımların rolü ve önemi: Polis kayıtları üzerinden olgusal bir inceleme. *Connectist: Istanbul University Journal of Communication Sciences*, (55), 1-36. <https://doi.org/10.26650/CONNECTIST2018-0032>
- Balcı, Ş., & Gülnar, B. (2009). Üniversite öğrencileri arasında internet bağımlılığı ve internet bağımlılarının profili. *Selçuk İletişim*, 6(1), 5-22.
- Balcı, Ş., Karakoç, E., & Öğüt, N. (2020). Sağlık çalışanları arasında sosyal medya bağımlılığı: İki boyutlu benlik saygısının rolü. *Akdeniz Üniversitesi İletişim Fakültesi Dergisi*, (33), 296-317. <https://doi.org/10.31123/akil.693279>
- Balin, H. (2021). Aile içi rollerde babalığın önemi. *Çocuk ve Medeniyet Dergisi*, 6(11), 55-81. <https://doi.org/10.47646/CMD.2021.247>
- Ballard, M., Gray, M., Reilly, J., & Noggle, M. (2009). Correlates of video game screen time among males: Body mass, physical activity, and other media use. *Eating Behaviors*, 10(3), 161-167. <https://doi.org/10.1016/j.eatbeh.2009.05.001>
- Barton, A. W., Brody, G. H., Yu, T., Kogan, S. M., Chen, E., et al. (2019). The profundity of the everyday: Family routines in adolescence predict development in young adulthood. *Journal of Adolescent Health*, 64(3), 340-346. <https://doi.org/10.1016/j.jadohealth.2018.08.029>
- Basel Almourad, M., McAlaney, J., Skinner, T., Pleva, M., & Ali, R. (2020). Defining digital addiction: Key features from the literature. *Psihologija*, 53(3), 237-253. <https://doi.org/10.2298/PSI191029017A>
- Başdaş, Ö., & Özbey, H. (2020). Digital game addiction, obesity, and social anxiety among adolescents. *Archives of Psychiatric Nursing*, 34(2), 17-20. <https://doi.org/10.1016/j.apnu.2019.12.010>

- Baumrind, D. (1991). The influence of parenting style on adolescent competence and substance use. *The Journal of Early Adolescence*, 11(1), 56-95. <https://doi.org/10.1177/0272431691111004>
- Bel-Serrat, S., Mouratidou, T., Santaliesra-Pasias, A. M., Iacoviello, L., Kourides, Y. A., et al. (2013). Clustering of multiple lifestyle behaviours and its association to cardiovascular risk factors in children: The IDEFICS study. *European Journal of Clinical Nutrition*, 67(8), 848-854. <https://doi.org/10.1038/ejcn.2013.84>
- Berry, J. W. (2005). Acculturation: Living successfully in two cultures. *International Journal of Intercultural Relations*, 29(6), 697-712. <https://doi.org/10.1016/j.ijintrel.2005.07.013>
- Beyazıt, U. (2017). *Çocuk ihmalinin önlenmesine yönelik anne eğitim programının etkililiği* [Doktora Tezi, Ankara Üniversitesi]. YÖK Ulusal Tez Merkezi (Yayın No. 462830).
- Bostan, C., & Kalyon, A. (2024). Ergenlerde Akıllı Telefon Bağımlılığı ve Yaşam Doyumu İlişkisi. *Gençlik Araştırmaları Dergisi*, 12(33), 92-113. <https://doi.org/10.52528/genclikarastirmalari.1385887>
- Boyce, W. T., Jensen, E. W., James, S. A., & Peacock, J. L. (1983). The family routines inventory: Theoretical origins. *Social Science & Medicine*, 17(4), 193-200. [https://doi.org/10.1016/0277-9536\(83\)90116-8](https://doi.org/10.1016/0277-9536(83)90116-8)
- Boyd, D. M., & Ellison, N. B. (2007). Social network sites: Definition, history, and scholarship. *Journal of Computer-Mediated Communication*, 13(1), 210-230. <https://doi.org/10.1111/j.1083-6101.2007.00393.x>
- Bölükbaş, K. (2003). *İnternet cafeler ve internet bağımlılığı üzerine sosyolojik bir araştırma: Diyarbakır örneği* [Yüksek Lisans Tezi, Dicle Üniversitesi]. YÖK Ulusal Tez Merkezi (Yayın No. 137437).
- Bradley, R. H., & Corwyn, R. F. (2002). Socioeconomic status and child development. *Annual Review of Psychology*, 53, 371-399. <https://doi.org/10.1146/annurev.psych.53.100901.135233>
- Bronfenbrenner, U. (1994). Ecological models of human development. *International Encyclopedia of Education*, 3(2), 37-43.
- Buchbinder, M., Longhofer, J., & McCue, K. (2009). Family routines and rituals when a parent has cancer. *Families, Systems, & Health*, 27(3), 213-227. <https://doi.org/10.1037/a0017005>
- Budak, K. S. (2020). *Okul öncesi dönem çocukları için dijital oyun bağımlılık eğilimi ölçeğinin ve dijital oyun ebeveyn rehberlik stratejileri ölçeğinin geliştirilmesi, problem davranışlarla ilişkisinin incelenmesi* [Yüksek Lisans Tezi, Pamukkale Üniversitesi]. YÖK Ulusal Tez Merkezi (Yayın No. 630581).
- Büyüköztürk, Ş., Kılıç Çakmak, E., Akgün, Ö. E., Karadeniz, Ş., & Demirel, F. (2024). *Bilimsel araştırma yöntemleri* (36. baskı). Pegem Akademi.
- Cansel, E. (1969). Sosyal devlet ve aile. *Ankara Üniversitesi Hukuk Fakültesi Dergisi*, 26(3), 11-21. https://doi.org/10.1501/Hukfak_0000001159
- Can Yurt, E., & Saracaloğlu, A. S. (2025). Ekolojik Sistemler Kuramı Bağlamında Öğretmenlerin Hizmet Öncesi Eğitim Yeterliklerine İlişkin Bir Meta-Sentez Çalışması. *Batı Anadolu Eğitim Bilimleri Dergisi*, 16(2), 3066-3092. <https://doi.org/10.51460/baebd.1612467>
- Cengiz Saltuk, M. (2020). *Okul öncesi çocuklarda teknoloji kullanımına ilişkin ebeveynlerin tutum ve davranışlarının araştırılması* [Yüksek Lisans Tezi, İstanbul Aydın Üniversitesi]. YÖK Ulusal Tez Merkezi (Yayın No. 627022).
- Cengiz Saltuk, M., & Erciyes, C. (2020). Okul öncesi çocuklarda teknoloji kullanımına ilişkin ebeveyn tutumlarına dair bir çalışma. *Yeni Medya Elektronik Dergisi*, 4(2), 106-120. <https://doi.org/10.17932/IAU.EJNM.25480200.2020.4/2.106-120>
- Chou, C., Condrón, L., & Belland, J. C. (2005). A review of the research on internet addiction. *Educational Psychology Review*, 17(4), 363-388. <https://doi.org/10.1007/s10648-005-8138-1>

- Choudhary, A. (2014). Smartphones and their impact on net income per employee for selected U.S. firms. *Review of Business and Finance Studies*, 5(2), 9-17.
- Civelek, M. E., & Sözer, E. G. (2003). *İnternet ticareti: Yeni ekososyal sistem ve ticaret noktaları*. Beta Basım Yayım Dağıtım AŞ.
- Clark, L. S. (2011). Parental mediation theory for the digital age. *Communication Theory*, 21(4), 323-343. <https://doi.org/10.1111/j.1468-2885.2011.01391.x>
- Cocoradă, E., Maican, C. I., Cazan, A.-M., & Maican, M. A. (2018). Assessing the smartphone addiction risk and its associations with personality traits among adolescents. *Children and Youth Services Review*, 93, 345-354. <https://doi.org/10.1016/j.chilyouth.2018.08.006>
- Coşgun, M. (2012). Popüler kültür ve tüketim toplumu. *Batman Üniversitesi Yaşam Bilimleri Dergisi*, 1(1), 837-850.
- Crespo, C., Santos, S., Canavarro, M. C., Kielpikowski, M., Pryor, J., et al. (2013). Family routines and rituals in the context of chronic conditions: A review. *International Journal of Psychology*, 48(5), 729-746. <https://doi.org/10.1080/00207594.2013.806811>
- Crouch, J. L., & Milner, J. S. (1993). Effects of child neglect on children. *Criminal Justice and Behavior*, 20(1), 49-65. <https://doi.org/10.1177/0093854893020001005>
- Curran, M. B. F. X., & Ribble, M. (2017). P-20 model of digital citizenship. *New Directions for Student Leadership*, 2017(153), 35-46. <https://doi.org/10.1002/yl.20228>
- Cüceloğlu, D. (2015). *İnsan ve davranış: Psikolojinin temel kavramları* (25. baskı). Remzi Kitabevi.
- Çakır Balta, Ö., & Horzum, M. B. (2008). Web tabanlı öğretim ortamındaki öğrencilerin internet bağımlılığını etkileyen faktörler. *Ankara Üniversitesi Eğitim Bilimleri Fakültesi Dergisi*, 41(1), 187-205. https://doi.org/10.1501/Egifak_0000000211
- Çakır, Ö., & Oğuz, E. (2017). Lise öğrencilerinin yalnızlık düzeyleri ile akıllı telefon bağımlılığı arasındaki ilişki. *Mersin Üniversitesi Eğitim Fakültesi Dergisi*, 13(1), 418-418. <https://doi.org/10.17860/mersinefd.290711>
- Çakmak, T., & Yılmaz, B. (2009). Okul öncesi dönem çocuklarının okuma alışkanlığına hazırlık durumları üzerine bir araştırma: Hacettepe üniversitesi beytepe anaokulu örneği. *Türk Kütüphaneciliği*, 23(3), 489-509.
- Çavuş, S., Ayhan, B., & Tuncer, M. (2016). Bilgisayar oyunları ve bağımlılık: Üniversite öğrencileri üzerine bir alan araştırması. *İletişim Kuram ve Araştırma Dergisi*, (43), 265-289.
- Çelik, E., & Çelik, O. T. (2023). Çocuklarda dijital bağımlılığın öncülleri ve ardılları: Bir metasentez çalışması. *Milli Eğitim Dergisi*, 52(239), 1913-1944. <https://doi.org/10.37669/milliegitim.1156463>
- Çiftçi, H. (2018). Üniversite öğrencilerinde sosyal medya bağımlılığı. *MANAS Sosyal Araştırmalar Dergisi*, 7(4), 417-434.
- Çoban, R. (2013). *Lise öğrencilerinde dindarlık ve sanal bağımlılık arasındaki ilişki üzerine bir araştırma (Burdur Gölhisar örneği)* [Yüksek Lisans Tezi, Süleyman Demirel Üniversitesi]. YÖK Ulusal Tez Merkezi (Yayın No. 339308).
- Çubukcu, A., & Bayzan, Ş. (2013). Türkiye’de dijital vatandaşlık algısı ve bu algıyı internetin bilinçli, güvenli ve etkin kullanımı ile artırma yöntemleri. *Middle Eastern & African Journal of Educational Research*, 5(1), 148-174.
- Dakak, S., & Gözün Kahraman, Ö. (2024). Çocuk rutinleri ölçeği: Ölçek uyarlama çalışması. *Milli Eğitim Dergisi*, 53(242), 1059-1084. <https://doi.org/10.37669/milliegitim.1233914>

- Darling, N., & Steinberg, L. (1993). Parenting style as context: An integrative model. *Psychological Bulletin*, 113(3), 487-496. <https://doi.org/10.1037/0033-2909.113.3.487>
- Daysal, B., & Yılmazel, G. (2020). Halk sağlığı gözüyle akıllı telefon bağımlılığı ve ergenlik. *Turkish Journal of Family Medicine and Primary Care*, 14(2), 316-322. <https://doi.org/10.21763/tjfmpe.730254>
- Dektaş, M., Temur, E., Aydın, R., Balinan, Ş., & Karadağ, Y. (2023). Ortaöğretim öğrencilerinin boş zaman yönetimi ve dijital bağımlılık düzeylerinin incelenmesi. *Düzce Üniversitesi Spor Bilimleri Dergisi*, 3(1), 83-90.
- Dey, B. L., Yen, D., & Samuel, L. (2020). Digital consumer culture and digital acculturation. *International Journal of Information Management*, 51, 1-6. <https://doi.org/10.1016/j.ijinfomgt.2019.102057>
- Dicle, A. N. (2019). Televizyon bağımlısı ilköğrencilerinin bağımlılık düzeylerine motivasyonel görüşme psiko eğitim programının etkisi. *Milli Eğitim Dergisi*, 48(1), 665-684.
- Dicle, A. N. (2021). Televizyon-online izleme bağımlılığı. *Journal of Cognitive-Behavioral Psychotherapy and Research*, 10(1), 66-89. <https://doi.org/10.5455/JCBPR.60041>
- Dinç, M. (2017). *Lise öğrencilerinde özgül internet bağımlılığının bağlanma stilleri, mizaç özellikleri açısından incelenmesi* [Doktora Tezi, Marmara Üniversitesi]. YÖK Ulusal Tez Merkezi (Yayın No. 469571).
- Doğan, A., & Göker, G. (2012). Tematik televizyon ve çocuk: İlköğretim öğrencilerinin televizyon izleme alışkanlıkları. *Milli Eğitim Dergisi*, 42(194), 5-30.
- Domoff, S. E., Harrison, K., Gearhardt, A. N., Gentile, D. A., Lumeng, J. C., et al. (2019). Development and validation of the problematic media use measure: A parent report measure of screen media “addiction” in children. *Psychology of Popular Media Culture*, 8(1), 2-11. <https://doi.org/10.1037/ppm0000163>
- Dökmen, Ü. (2000). *İletişim çatışmaları ve empati* (34. baskı). Sistem Yayıncılık.
- Dubowitz, H., Black, M., Starr, R. H., & Zuravin, S. (1993). A conceptual definition of child neglect. *Criminal Justice and Behavior*, 20(1), 8-26. <https://doi.org/10.1177/0093854893020001003>
- Dubowitz, H., Papas, M. A., Black, M. M., & Starr, R. H. (2002). Child neglect: Outcomes in high-risk Urban preschoolers. *Pediatrics*, 109(6), 1100-1107. <https://doi.org/10.1542/peds.109.6.1100>
- Duman, N. (2000). *Ankara liselerinde çeteye katılma potansiyeli olan öğrenci grupları ve okul sosyal hizmeti* [Doktora Tezi, Hacettepe Üniversitesi]. YÖK Ulusal Tez Merkezi (Yayın No. 98616).
- Durmuşoğlu Saltalı, N., Emel, A., & Yıldırım Doğru, S. S. (2014). Adoption of mother child negligence scale to Turkish. *Technics Technologies Education Management*, 9(4), 845-853.
- Dworak, M., Schierl, T., Bruns, T., & Strüder, H. K. (2007). Impact of singular excessive computer game and television exposure on sleep patterns and memory performance of school-aged children. *Pediatrics*, 120(5), 978-985. <https://doi.org/10.1542/peds.2007-0476>
- Egger, O., & Rauterberg, G. W. M. (1996). *Internet behaviour and addiction* [Semester Thesis, Swiss Federal Institute of Technology]. Swiss Federal Institute of Technology (Publication No. 587150).
- Erat Nergiz, M., Çaylan, N., Yalçın, S. S., Oflu, A., Tezol, Ö., et al. (2020). Excessive screen time is associated with maternal rejection behaviours in pre-school children. *Journal of Paediatrics and Child Health*, 56(7), 1077-1082. <https://doi.org/10.1111/jpc.14821>
- Erdamar, G., & Kurupınar, A. (2014). Ortaöğretim öğrencilerinde görülen madde bağımlılığı alışkanlığı ve yaygınlığı: Bartın ili örneği. *Afyon Kocatepe Üniversitesi Sosyal Bilimler Dergisi*, 16(1), 65-84. <https://doi.org/10.5578/JSS.7521>
- Erkut, Z., Balcı, S., & Yıldız, S. (2017). Tarihsel süreç içinde çocuk. *Çocuk ve Medeniyet*, 2(3), 17-28.

- Ersöz, B. (2020). Yeni nesil web paradigması-web 4.0. *Bilgisayar Bilimleri ve Teknolojileri Dergisi*, 1(2), 58-65.
- Erten, R., & Kelebek, Ö. (2023). Korunma ihtiyacı olan çocuğun ekolojik sistem kuramı bağlamında incelenmesi: System Crasher filmi örneği. *Dokuz Eylül Üniversitesi Sosyal Bilimler Enstitüsü Dergisi*, 25(3), 1346-1373.
- Eryılmaz, S., & Çukurluöz, Ö. (2018). Lise öğrencilerinin dijital bağımlılıklarının incelenmesi: Ankara ili, Çankaya ilçesi örneği. *Elektronik Sosyal Bilimler Dergisi*, 17(67), 889-912. <https://doi.org/10.17755/esosder.311314>
- Eslek, D., & Yılmaz Irmak, T. (2018). Ekolojik sistemler kuramı çerçevesinde göçmen çocuklar ve oyunları üzerine bir derleme. *Dokuz Eylül Üniversitesi Sosyal Bilimler Enstitüsü Dergisi*, 20(3), 347-362. <https://doi.org/10.16953/deusosbil.297792>
- Evans, G. W., & Wachs, T. D. (Ed.). (2010). *Chaos and its influence on children's development: An ecological perspective*. American Psychological Association. <https://doi.org/10.1037/12057-000>
- Ferretti, L. K., & Bub, K. L. (2014). The influence of family routines on the resilience of low-income preschoolers. *Journal of Applied Developmental Psychology*, 35(3), 168-180. <https://doi.org/10.1016/j.appdev.2014.03.003>
- Ferretti, L. K., & Bub, K. L. (2017). Family Routines and School Readiness During the Transition to Kindergarten. *Early Education and Development*, 28(1), 59-77. <https://doi.org/10.1080/10409289.2016.1195671>
- Fidan, H. (2016). Mobil bağımlılık ölçeği'nin geliştirilmesi ve geçerliliği: Bileşenler modeli yaklaşımı. *Addicta: The Turkish Journal on Addictions*, 3(3), 433-469. <https://doi.org/10.15805/addicta.2016.3.0118>
- Fiese, B. H. (2006). *Family routines and rituals*. Yale University Press.
- Fiese, B. H., Tomcho, T. J., Douglas, M., Josephs, K., Poltrock, S., et al. (2002). A review of 50 years of research on naturally occurring family routines and rituals: Cause for celebration? *Journal of Family Psychology*, 16(4), 381-390. <https://doi.org/10.1037/0893-3200.16.4.381>
- Fiese, B. H., & Winter, M. A. (2010). The dynamics of family chaos and its relation to children's socioemotional well-being. İçinde G. W. Evans & T. D. Wachs (Ed.), *Chaos and its influence on children's development: An ecological perspective*. (ss. 49-66). American Psychological Association. <https://doi.org/10.1037/12057-004>
- Freeman, C. B. (2008). Internet gaming addiction. *The Journal for Nurse Practitioners*, 4(1), 42-47. <https://doi.org/10.1016/j.nurpra.2007.10.006>
- Gentile, D. A., Reimer, R. A., Nathanson, A. I., Walsh, D. A., & Eisenmann, J. C. (2014). Protective effects of parental monitoring of children's media use: A prospective study. *JAMA Pediatrics*, 168(5), 479-484. <https://doi.org/10.1001/jamapediatrics.2014.146>
- George, D., & Mallery, M. (2010). *SPSS for Windows step by step: A simple guide and reference*, 17.0 Update (10th ed.). Boston: Pearson.
- Gezer, D. (2022). *Üniversite öğrencilerinin kişilik özellikleri, psikolojik iyi oluş ve dijital bağımlılık düzeyleri arasındaki ilişkinin incelenmesi* [Yüksek Lisans Tezi, Dokuz Eylül Üniversitesi]. YÖK Ulusal Tez Merkezi (Yayın No. 747960).
- Gezgin, D. M., Şahin, Y. L., & Yıldırım, S. (2017). Sosyal ağ kullanıcılarının nomofobi düzeylerinin çeşitli faktörler açısından incelenmesi. *Eğitim Teknolojisi Kuram ve Uygulama*, 7(1), 1-15. <https://doi.org/10.17943/etku.288485>
- Goodman, A. (1990). Addiction: Definition and implications. *British Journal of Addiction*, 85(11), 1403-1408. <https://doi.org/10.1111/j.1360-0443.1990.tb01620.x>
- Gökbulut, B. (2020). Ortaokul öğrencilerinin akran zorbalığı ve dijital oyun bağımlılığı arasındaki ilişki. *Karaelmas Journal of Educational Sciences*, 8(1), 89-100.

- Gökçearslan, Ş., & Günbatır, M. S. (2012). Ortaöğretim öğrencilerinde internet bağımlılığı. *Eğitim Teknolojisi Kuram ve Uygulama*, 2(2), 10-24.
- Gönen, M., & Balat, G. U. (2002). Çocuk kitaplarına yeni bir yaklaşım: İnternet'te resimli çocuk kitapları (e-books). *Türk Kütüphaneciliği*, 16(2), 163-170.
- Griffiths, M. (1996). Nicotine, tobacco and addiction. *Nature*, 384(6604), 18-18. <https://doi.org/10.1038/384018a0>
- Griffiths, M. (1999). Internet addiction: Fact or fiction? *The Psychologist*, 12(5), 246-250.
- Griffiths, M. (2003). Videogames: Advice for parents and teachers. *Education and Health*, 21, 48-49.
- Güvendi, B., Tekkurşun Demir, G., & Keskin, B. (2019). Ortaokul öğrencilerinde dijital oyun bağımlılığı ve saldırganlık. *OPUS International Journal of Society Researches*, 11(18), 1194-1217. <https://doi.org/10.26466/opus.547092>
- Güzelyurt, T., & Nayci, Ö. (2021). Technology addiction in preschool period: An analysis on illustrated children's books. *Kastamonu Education Journal*, 29(2), 326-333. <https://doi.org/10.24106/kefdergi.722745>
- Harris, A. N., Stoppelbein, L., Greening, L., Becker, S. P., Luebbe, A., et al. (2014). Child routines and parental adjustment as correlates of internalizing and externalizing symptoms in children diagnosed with ADHD. *Child Psychiatry & Human Development*, 45(2), 243-253. <https://doi.org/10.1007/s10578-013-0396-4>
- Hazar, Z., & Hazar, M. (2017). Çocuklar için dijital oyun bağımlılığı ölçeği. *Journal of Human Sciences*, 14(1), 203-216. <https://doi.org/10.14687/jhs.v14i1.4387>
- Hergüner, S. (2011). Duygusal istismar ve ihmal. *İçinde Çocuk hakları açısından çocuk ihmal ve istismarı el kitabı 1. Türkiye çocuk hakları kongresi* (1. baskı, ss. 43-54). Çocuk Vakfı Yayınları.
- Hildyard, K. L., & Wolfe, D. A. (2002). Child neglect: Developmental issues and outcomes. *Child Abuse & Neglect*, 26(6-7), 679-695. [https://doi.org/10.1016/S0145-2134\(02\)00341-1](https://doi.org/10.1016/S0145-2134(02)00341-1)
- Hiniker, A., Schoenebeck, S. Y., & Kientz, J. A. (2016). Not at the dinner table: Parents' and children's perspectives on family technology rules. *Proceedings of the 19th ACM Conference on Computer-Supported Cooperative Work & Social Computing*, 1376-1389. <https://doi.org/10.1145/2818048.2819940>
- Hiniker, A., Suh, H., Cao, S., & Kientz, J. A. (2016). Screen time tantrums: How families manage screen media experiences for toddlers and preschoolers. *Proceedings of the 2016 CHI Conference on Human Factors in Computing Systems*, 648-660. <https://doi.org/10.1145/2858036.2858278>
- Holden, C. (2001). "Behavioral" addictions: Do they exist? *Science*, 294(5544), 980-982. <https://doi.org/10.1126/science.294.5544.980>
- Hosokawa, R., Tomozawa, R., & Katsura, T. (2023). Associations between family routines, family relationships, and children's behavior. *Journal of Child and Family Studies*, 32(12), 3988-3998. <https://doi.org/10.1007/s10826-023-02687-w>
- Howe, D. (2005). *Child abuse and neglect: Attachment, development and intervention*. Palgrave Macmillan. <https://doi.org/10.1007/978-0-230-80239-1>
- Hsieh, Y.-P., Shen, A. C.-T., Wei, H.-S., Feng, J.-Y., Huang, S. C.-Y., et al. (2016). Associations between child maltreatment, PTSD, and internet addiction among Taiwanese students. *Computers in Human Behavior*, 56, 209-214. <https://doi.org/10.1016/j.chb.2015.11.048>
- Hua, Y., Wang, W., Shi, J., Wang, H., Xu, K., et al. (2023). Childhood trauma and internet addiction among Chinese adolescents: The mediating role of coping styles. *Current Psychology*, 42(19), 16507-16517. <https://doi.org/10.1007/s12144-022-02862-0>

- Huang, G., Li, X., Chen, W., & Straubhaar, J. D. (2018). Fall-behind parents? The influential factors on digital parenting self-efficacy in disadvantaged communities. *American Behavioral Scientist*, 62(9), 1186-1206. <https://doi.org/10.1177/0002764218773820>
- İliş, A., & Gülbahçe, A. (2019). Sosyal medya bağımlılığı ile iletişim becerileri arasındaki yordayıcı ilişkinin incelenmesi. *Ekev Akademi Dergisi*, 23(78), 45-60.
- İşman, A., Buluş, B., & Yüzüncüyil, K. S. (2016). Sosyalleşmenin dijital dönüşümü ve dijital benliğin sunumu. *Trt Akademi*, 1(2), 608-619.
- Jessar, A. J., Hamilton, J. L., Flynn, M., Abramson, L. Y., & Alloy, L. B. (2017). Emotional clarity as a mechanism linking emotional neglect and depressive symptoms during early adolescence. *Journal of Early Adolescence*, 37(3), 414-432. <https://doi.org/10.1177/0272431615609157>
- Jiang, H., Zhong, L., Huang, V., & Zhong, R. (2025). The impact of emotional neglect on internet addiction among left-behind adolescents in rural China: A moderated mediation model. *Child Abuse & Neglect*, 163, 107341. <https://doi.org/10.1016/j.chiabu.2025.107341>
- Kabakçı Yurdakul, I., Dönmez, O., Yaman, F., & Odabaşı, H. F. (2013). Dijital ebeveynlik ve değişen roller. *Journal of Social Sciences*, 12(4), 883-896.
- Kaçmaz, C. (2022). *Dijital bağımlılık eğilimi olan ortaokul öğrencilerinin profiline çıkarılması* [Doktora Tezi, İnönü Üniversitesi]. YÖK Ulusal Tez Merkezi (Yayın No. 749259).
- Kalender, B. (2021). *15-18 yaş ergenlerde anne babaya bağlanmanın akıllı telefon bağımlılığı üzerindeki etkisinin ve duygu düzenlemenin aracı rolünün incelenmesi* [Yüksek Lisans Tezi, İstanbul Arel Üniversitesi]. YÖK Ulusal Tez Merkezi (Yayın No. 631699).
- Kanter, A. (2020). Dijital bağımlılığın okul öncesi dönemdeki çocuklarda problem davranışlarına etkisi. *Researcher: Social Science Studies*, 8(2), 207-221. <https://doi.org/10.29228/rssstudies.43864>
- Kara, D. (2023). *Okul öncesi dönem çocuklarının dijital oyun bağımlılığı eğilimleri ile akran oyun davranışları arasındaki ilişkinin incelenmesi* [Yüksek Lisans Tezi, Bursa Uludağ Üniversitesi]. YÖK Ulusal Tez Merkezi (Yayın No. 845710).
- Karaaslan, İ. A., & Budak, L. (2012). Üniversite öğrencilerinin cep telefonu özelliklerini kullanımlarının ve gündelik iletişimlerine etkisinin araştırılması. *Journal of Yaşar University*, 26(7), 4548-4571.
- Karabulut, A., & Gökler, R. (2023). Teknoloji bağımlısı çocuklarla iletişim. *YOBU Sağlık Bilimleri Fakültesi Dergisi*, 4(1), 54-61.
- Karadağ, S. Ç., Sönmez, S., & Dereobalı, N. (2015). An investigation of preschool teachers' recognition of possible child abuse and neglect in Izmir, Turkey. *Journal of Interpersonal Violence*, 30(5), 873-891. <https://doi.org/10.1177/0886260514536274>
- Karagülle, A. E., & Çaycı, B. (2014). Ağ toplumunda sosyalleşme ve yabancılaşma. *The Turkish Online Journal of Design, Art and Communication*, 4(1), 1-9. <https://doi.org/10.7456/10401100/001>
- Karoğlu, H., & Ünüvar, P. (2017). Okul öncesi dönem çocuklarının gelişim özellikleri ve sosyal beceri düzeyleri. *Mehmet Akif Ersoy Üniversitesi Eğitim Fakültesi Dergisi*, 0(43), 231-254. <https://doi.org/10.21764/efd.12383>
- Kaş Güner, C., Yavuz, H. Ö., & Dörtbudak, Z. (2016). Çocuk istismarı- ihmali vakalarıyla karşılaşan hemşirelerin görüş ve uygulamaları. *Sağlık Akademisi Kastamonu*, 1(1), 39-55. <https://doi.org/10.25279/sak.204994>
- Kaymal, B. (2020). *Okul öncesi öğretmenlerinin dijital bağımlılıklarının incelenmesi* [Yüksek Lisans Tezi, Yıldız Teknik Üniversitesi ve İstanbul Aydın Üniversitesi]. YÖK Ulusal Tez Merkezi (Yayın No. 624170).
- Kemp, S. (2025). *Digital 2025: Global overview report*. DataReportal. <https://datareportal.com/reports/digital-2025-global-overview-report>

- Kesici, A., & Fidan Tunç, N. (2018). Investigating the digital addiction level of the university students according to their purposes for using digital tools. *Universal Journal of Educational Research*, 6(2), 235-241. <https://doi.org/10.13189/ujer.2018.060204>
- Kılıç, R. (2023). Sanayi devrimlerinin serüveni: Endüstri 1.0'dan endüstri 5.0'a. *Takvim-i Vekayi*, 11(2), 276-291.
- Kışla, N. (2025). *Okul öncesi dönem çocuklarının dijital oyun bağımlılık eğilimleri ile yaratıcılıkları arasındaki ilişkinin incelenmesi* [Yüksek Lisans Tezi, Aksaray Üniversitesi]. YÖK Ulusal Tez Merkezi (Yayın No. 949112).
- Kirwil, L. (2009). Parental mediation of children's internet use in different european countries. *Journal of Children and Media*, 3(4), 394-409. <https://doi.org/10.1080/17482790903233440>
- Kol, S. (2011). Erken çocuklukta bilişsel gelişim ve dil gelişimi. *Sakarya Üniversitesi Eğitim Fakültesi Dergisi*, 21(21), 1-21.
- Kubey, R., & Csikszentmihalyi, M. (2002). Television addiction is no mere metaphor. *Scientific American*, 286(2), 74-80. <https://doi.org/10.1038/scientificamerican0202-74>
- Kucirkova, N., Littleton, K., & Kyparissiadi, A. (2018). The influence of children's gender and age on children's use of digital media at home. *British Journal of Educational Technology*, 49(3), 545-559. <https://doi.org/10.1111/bjet.12543>
- Kulakçı Altıntaş, H., Üstüner Top, F., & Kuzlu Ayyıldız, T. (2023). Okul öncesi dönemde çocuğu olan ebeveynlerin çocuk ihmali ve istismarı farkındalıklarının belirlenmesi. *Gümüşhane Üniversitesi Sağlık Bilimleri Dergisi*, 12(4), 1702-1710. <https://doi.org/10.37989/gumussagbil.1271047>
- Kurniasanti, K. S., Assandi, P., Ismail, R. I., Nasrun, M. W. S., & Wiguna, T. (2019). Internet addiction: A new addiction? *Medical Journal of Indonesia*, 28(1), 82-91. <https://doi.org/10.13181/mji.v28i1.2752>
- Kurt, S. L. (2016). Çocuk haklarına ilişkin temel uluslararası belgeler ve Türkiye uygulaması. *Sosyal Politika Çalışmaları Dergisi*, 0(36). <https://doi.org/10.21560/spcd.28915>
- Kurt, T. (2025). Ekolojik kuram bağlamında erken çocukluk döneminde ahlak eğitimi. Kilis 7 Aralık Üniversitesi İlahiyat Fakültesi Dergisi, 12(1), 427-453. <https://doi.org/10.46353/k7auifd.1650227>
- Lauricella, A. R., Wartella, E., & Rideout, V. J. (2015). Young children's screen time: The complex role of parent and child factors. *Journal of Applied Developmental Psychology*, 36, 11-17. <https://doi.org/10.1016/j.appdev.2014.12.001>
- Lee, Y.-K., Chang, C.-T., Lin, Y., & Cheng, Z.-H. (2014). The dark side of smartphone usage: Psychological traits, compulsive behavior and technostress. *Computers in Human Behavior*, 31, 373-383. <https://doi.org/10.1016/j.chb.2013.10.047>
- Lemmens, J. S., Valkenburg, P. M., & Peter, J. (2009). Development and validation of a game addiction scale for adolescents. *Media Psychology*, 12(1), 77-95. <https://doi.org/10.1080/15213260802669458>
- Levent, A. (2020). *Üniversite öğrencilerinde akıllı telefon bağımlılığı ve iletişim becerileri arasındaki ilişkinin incelenmesi* [Yüksek Lisans Tezi, İstanbul Gelişim Üniversitesi]. YÖK Ulusal Tez Merkezi (Yayın No. 642295).
- Li, H., Luo, M., Duan, B., Kawulia, A., Su, M., et al. (2024). Family socioeconomic status and young children digital addiction: A moderated mediation model. *Frontiers in Psychology*, 15, 1435575. <https://doi.org/10.3389/fpsyg.2024.1435575>
- Li, J.-B., Lau, J. T. F., Mo, P. K. H., Su, X.-F., Tang, J., et al. (2017). Insomnia partially mediated the association between problematic Internet use and depression among secondary school students in China. *Journal of Behavioral Addictions*, 6(4), 554-563. <https://doi.org/10.1556/2006.6.2017.085>

- Linebarger, D. L., & Vaala, S. E. (2010). Screen media and language development in infants and toddlers: An ecological perspective. *Developmental Review, 30*(2), 176-202. <https://doi.org/10.1016/j.dr.2010.03.006>
- Lissak, G. (2018). Adverse physiological and psychological effects of screen time on children and adolescents: Literature review and case study. *Environmental Research, 164*, 149-157. <https://doi.org/10.1016/j.envres.2018.01.015>
- Lounds, J. J., Borkowski, J. G., & Whitman, T. L. (2004). Reliability and validity of the mother-child neglect scale. *Child Maltreatment, 9*(4), 371-381. <https://doi.org/10.1177/1077559504269536>
- Maher, C., Olds, T. S., Eisenmann, J. C., & Dollman, J. (2012). Screen time is more strongly associated than physical activity with overweight and obesity in 9- to 16-year-old Australians. *Acta Paediatrica, 101*(11), 1170-1174. <https://doi.org/10.1111/j.1651-2227.2012.02804.x>
- Marks, I. (1990). Behavioural (non-chemical) addictions. *British Journal of Addiction, 85*(11), 1389-1394. <https://doi.org/10.1111/j.1360-0443.1990.tb01618.x>
- Massaroni, V., Delle Donne, V., Marra, C., Arcangeli, V., & Chieffo, D. P. R. (2023). The relationship between language and technology: How screen time affects language development in early life—a systematic review. *Brain Sciences, 14*(1), 27. <https://doi.org/10.3390/brainsci14010027>
- McDaniel, B. T., & Radesky, J. S. (2018). Technoference: Parent distraction with technology and associations with child behavior problems. *Child Development, 89*(1), 100-109. <https://doi.org/10.1111/cdev.12822>
- McIlwraith, R., Jacobvitz, R. S., Kubey, R., & Alexander, A. (1991). Television addiction: Theories and data behind the ubiquitous metaphor. *American Behavioral Scientist, 35*(2), 104-121. <https://doi.org/10.1177/0002764291035002003>
- Milot, T., St-Laurent, D., Éthier, L. S., & Provost, M. A. (2010). Trauma-related symptoms in neglected preschoolers and affective quality of mother-child communication. *Child Maltreatment, 15*(4), 293-304. <https://doi.org/10.1177/1077559510379153>
- Mobil İletişim Araçları ve Bilgi Teknolojileri İş İnsanları Derneği. (2023). *MOBİSAD mobil iletişim sektörü raporu*. <https://mobisad.org/wp-content/uploads/rapor-2023.pdf>
- Muñiz, E. I., Silver, E. J., & Stein, R. E. (2014). Family routines and social-emotional school readiness among preschool-age children. *Journal of developmental and behavioral pediatrics : JDBP, 35*(2), 93-99. <https://doi.org/10.1097/DBP.0000000000000021>
- Muslu, M., & Gökçay, G. F. (2019). Teknoloji bağımlısı çocuklarda obeziteye neden olan risk faktörleri. *Gümüşhane Üniversitesi Sağlık Bilimleri Dergisi, 8*(2), 72-79.
- Mustafaoğlu, R., & Yasacı, Z. (2018). Dijital oyun oynamanın çocukların ruhsal ve fiziksel sağlığı üzerine olumsuz etkileri. *Bağımlılık Dergisi, 19*(3), 51-58.
- Mustafaoğlu, R., Zirek, E., Yasacı, Z., & Razak Özdiñçler, A. (2018). Dijital teknoloji kullanımının çocukların gelişimi ve sağlığı üzerine olumsuz etkileri. *Addicta: The Turkish Journal on Addictions, 5*(2), 227-247. <https://doi.org/10.15805/addicta.2018.5.2.0051>
- Neamat, A. S., Shawq, A. H., & Mohammed, W. J. (2022). Association between digital addiction and sleep habits for preschool children. *Pakistan Journal of Medical & Health Sciences, 16*(6), 507-510. <https://doi.org/10.53350/pjmhs22166507>
- Okun, O. (2022). Dijital çağ, dijital kültür. İçinde *Dijital çağda yönetim üzerine güncel konular ve araştırmalar* (ss. 25-43). Nobel Yayıncılık.
- Orunbayev, A., Güneş, M., & Yana, M. (2024). Investigation of the relationship between technology addiction and posture, balance, and muscle strength in preschool children. *Addicta: The Turkish Journal on Addictions, 11*(2), 226-232. <https://doi.org/10.5152/ADDICTA.2024.23145>

- Özden, A. T. (2022). 1.0'dan 5.0'a dünya: Web, pazarlama, endüstri ve toplum. *Journal of Business in The Digital Age*, 5(1), 29-44. <https://doi.org/10.46238/jobda.1003371>
- Özgentürk, İ. (2014). Çocuk istismarı ve ihmal. *International Journal of Human Sciences*, 11(2), 265-278. <https://doi.org/10.14687/ijhs.v11i2.2943>
- Özkan, A., & Hira, İ. (2017). Dijital medya ve sosyalleşme: 6-12 yaş çocukların sosyalleşmesine dair ebeveyn görüşleri (İstanbul örneği). *Kesit Akademi Dergisi*, (9), 245-270. <https://doi.org/10.18020/kesit.1214>
- Pagani, L. S., Fitzpatrick, C., Barnett, T. A., & Dubow, E. (2010). Prospective associations between early childhood television exposure and academic, psychosocial, and physical well-being by middle childhood. *Archives of Pediatrics & Adolescent Medicine*, 164(5), 425-431. <https://doi.org/10.1001/archpediatrics.2010.50>
- Page, D. (1984). What is communication? *Education + Training*, 26(2), 50-51. <https://doi.org/10.1108/eb017005>
- Peper, E., & Harvey, R. (2018). Digital Addiction: Increased loneliness, anxiety, and depression. *NeuroRegulation*, 5(1), 3-8. <https://doi.org/10.15540/nr.5.1.3>
- Plowman, L., McPake, J., & Stephen, C. (2010). The Technologisation of Childhood? Young Children and Technology in the Home. *Children & Society*, 24(1), 63-74. <https://doi.org/10.1111/j.1099-0860.2008.00180.x>
- Polat, G. (2014). Madde bağımlılığı tedavisinde sosyal hizmet mesleği. *Okmeydanı Tıp Dergisi*, 30(2), 143-148.
- Radesky, J. S., & Christakis, D. A. (2016). Increased screen time: Implications for early childhood. *Pediatric Clinics of North America*, 63(5), 827-839. <https://doi.org/10.1016/j.pcl.2016.06.006>
- Radesky, J. S., Schumacher, J., & Zuckerman, B. (2015). Mobile and interactive media use by young children: The good, the bad, and the unknown. *Pediatrics*, 135(1), 1-3. <https://doi.org/10.1542/peds.2014-2251>
- Rahmawati, A., & Sujono, F. K. (2021). Digital communication through online learning in Indonesia: Challenges and opportunities. *Jurnal ASPIKOM*, 6(1), 61-76. <https://doi.org/10.24329/aspikom.v6i1.815>
- Reid Chassiakos, Y. (Linda), Radesky, J., Christakis, D., Moreno, M. A., Cross, C., COUNCIL ON COMMUNICATIONS AND MEDIA, Hill, D., et al. Children and adolescents and digital media. *Pediatrics*, 138(5), e20162593. <https://doi.org/10.1542/peds.2016-2593>
- Roche, K. M., & Ghazarian, S. R. (2012). The value of family routines for the academic success of vulnerable adolescents. *Journal of Family Issues*, 33(7), 874-897. <https://doi.org/10.1177/0192513X11428569>
- Rugai, J., & Hamilton-Ekeke, J. T. (2016). A review of digital addiction: A call for safety education. *Journal of Education and E-Learning Research*, 3(1), 17-22. <https://doi.org/10.20448/journal.509/2016.3.1/509.1.17.22>
- Sağlam, M., & Aral, N. (2016). Tarihsel süreç içerisinde çocuk ve çocukluk kavramları. *Çocuk ve Medeniyet*, 1(2), 43-56.
- Sakallı, C., & Bahadıroğlu, D. (2018). Dijital iletişim: Yeni bir dile doğru. *Journal of Turkish Studies*, 13(6), 129-146. <https://doi.org/10.7827/TurkishStudies.13151>
- Saklan, M. B. (2024). *Çocuk istismar ve ihmaline karşı okul öncesi dönem ailelerinin farkındalık düzeylerinin incelenmesi* [Yüksek Lisans Tezi, Necmettin Erbakan Üniversitesi]. YÖK Ulusal Tez Merkezi (Yayın No. 868496).
- Sallayıcı, Z., & Yöndem, Z. D. (2020). Çocuklarda bilgisayar oyun bağımlılığı düzeyi ile davranış problemleri arasındaki ilişki. *Bağımlılık Dergisi*, 21(1), 13-23.
- Sarıgül, U. (2025). Ekolojik sistemler kuramı kapsamında ebeveyn-çocuk ilişkileri ve suça sürüklenen çocuk. *Çocuk ve Medeniyet Dergisi*, 10(16), 87-113. <https://doi.org/10.47646/CMD.2025.358>
- Sayan Karahan, A. (2023). Davranışsal bağımlılıklara yönelik müdahalelere ilişkin bir derleme. *AYNA Klinik Psikoloji Dergisi*, 10(3), 356-375. <https://doi.org/10.31682/ayna.1152083>

- Selman, S. B., & Dilworth-Bart, J. E. (2024). Routines and child development: A systematic review. *Journal of Family Theory & Review*, 16(2), 272-328. <https://doi.org/10.1111/jftr.12549>
- Sevi, O. M., Odabaşoğlu, G., Genç, Y., Soykal, İ., & Öztürk, Ö. (2014). Cep telefonu envanteri: Standardizasyonu ve kişilik özellikleriyle ilişkisinin incelenmesi. *Bağımlılık Dergisi*, 15(1), 15-22.
- Sezer Efe, Y., Erdem, E., & Vural, B. (2021). Lise öğrencilerinde siber zorbalık ve internet bağımlılığı. *Bağımlılık Dergisi*, 22(4), 465-473. <https://doi.org/10.51982/bagimli.936930>
- Shapira, N. A., Lessig, M. C., Goldsmith, T. D., Szabo, S. T., Lazoritz, M., et al. Problematic internet use: Proposed classification and diagnostic criteria. *Depression and Anxiety*, 17(4), 207-216. <https://doi.org/10.1002/da.10094>
- Sheafor, B. W., & Horejsi, C. J. (2016). *Sosyal hizmet uygulaması: Temel teknikler ve ilkeler* (D. B. Çiftçi, Ed.; 3. baskı). Nika Yayınevi.
- Singh, A. K., & Singh, P. K. (2019). Digital Addiction: A conceptual overview. *Library Philosophy and Practice (e-Journal)*, 3538, 1-12.
- Soule, L. C., Shell, L. W., & Kleen, B. A. (2003). Exploring internet addiction: Demographic characteristics and stereotypes of heavy internet users. *Journal of Computer Information Systems*, 44(1), 64-73. <https://doi.org/10.1080/08874417.2003.11647553>
- Soyöz Semerci, Ö. U., & Balcı, E. V. (2020). Lise öğrencilerinde dijital oyun bağımlılığı üzerine bir alan araştırması: Uşak örneği. *Journal of Humanities and Tourism Research*, 10(3), 538-567. <https://doi.org/10.14230/johut869>
- Spagnola, M., & Fiese, B. H. (2007). Family routines and rituals: A context for development in the lives of young children. *Infants & Young Children*, 20(4), 284-299. <https://doi.org/10.1097/01.IYC.0000290352.32170.5a>
- Starcevic, V. (2016). Behavioural addictions: A challenge for psychopathology and psychiatric nosology. *Australian & New Zealand Journal of Psychiatry*, 50(8), 721-725. <https://doi.org/10.1177/0004867416654009>
- Stoltenborgh, M., Bakermans-Kranenburg, M. J., & van IJzendoorn, M. H. (2013). The neglect of child neglect: A meta-analytic review of the prevalence of neglect. *Social Psychiatry and Psychiatric Epidemiology*, 48(3), 345-355. <https://doi.org/10.1007/s00127-012-0549-y>
- Stowman, S. A., & Donohue, B. (2005). Assessing child neglect: A review of standardized measures. *Aggression and Violent Behavior*, 10(4), 491-512. <https://doi.org/10.1016/j.avb.2004.08.001>
- Suna Dağ, Y., Yayan, Y., & Yayan, E. H. (2021). COVID-19 sürecinde çocukların oyun bağımlılığı düzeylerinin uyku ve akademik başarılarına etkisi. *Bağımlılık Dergisi*, 22(4), 447-454. <https://doi.org/10.51982/bagimli.930996>
- Sytsma, S. E., Kelley, M. L., & Wymer, J. H. (2001). Development and initial validation of the child routines inventory. *Journal of Psychopathology and Behavioral Assessment*, 23(4), 241-251. <https://doi.org/10.1023/A:1012727419873>
- Şenol, F. B. (2022). Okul öncesi dönemde çocuğu olan ebeveynlerin çocuk ihmal ve istismarına yönelik farkındalıklarının ve istismarın etkilerine yönelik bilgilerinin incelenmesi. *Elektronik Sosyal Bilimler Dergisi*, 21(82), 559-571. <https://doi.org/10.17755/esosder.1015552>
- Şenol, Y., Şenol, F. B., & Can Yaşar, M. (2024). Digital game addiction of preschool children in the Covid-19 pandemic: Social emotional development and parental guidance. *Current Psychology*, 43(1), 839-847. <https://doi.org/10.1007/s12144-023-04323-8>
- Şentürk Y., B. (2024). *4-6 Yaş arası çocuklarda ebeveyn-çocuk ilişkisi, sosyal beceri ve teknoloji bağımlılığı arasındaki ilişkinin incelenmesi* [Yüksek Lisans Tezi, İstanbul Arel Üniversitesi]. YÖK Ulusal Tez Merkezi (Yayın No. 860624).

- Talu, E., & Elmas, İ. (2020). Ergenlerde akran zorbalığını konu alan “Klass” adlı filmin ekolojik sistemler kuramı açısından incelenmesi. *Gelişim ve Psikoloji Dergisi*, 1(2), 99-123. <https://izlik.org/JA45WG43LS>
- Tilki, M., & Çetin, M. Ç. (2023). Ortaokul öğrencilerinin dijital oyun bağımlılığı ile sosyal duygusal öğrenme becerileri arasındaki ilişkinin incelenmesi. *Beden Eğitimi ve Spor Bilimleri Dergisi*, 17(3), 288-302.
- Tonga, İ. (2024). Dijital oyun bağımlılığı ve okul bağlılığı arasındaki ilişki. *İnönü Üniversitesi Eğitim Bilimleri Enstitüsü Dergisi*, 11(21), 19-35. <https://doi.org/10.29129/inujgse.1294209>
- Turnbull, K. L. P., Mateus, D. M. C., LoCasale-Crouch, J., Coolman, F. L., Hirt, S. E., et al. (2022). Family routines and practices that support the school readiness of young children living in poverty. *Early Childhood Research Quarterly*, 58, 1-13. <https://doi.org/10.1016/j.ecresq.2021.07.004>
- Tutgun-Ünal, A. (2015). Sosyal medya bağımlılığı: Üniversite öğrencileri üzerine bir araştırma [Doktora Tezi, Marmara Üniversitesi]. YÖK Ulusal Tez Merkezi (Yayın No. 396821).
- Tutumlu, R. (2024). Okul öncesi dönem çocuklarının dijital oyun bağımlılığı eğilimleri ile yaratıcılık düzeyleri arasındaki ilişkinin incelenmesi [Yüksek Lisans Tezi, Marmara Üniversitesi]. YÖK Ulusal Tez Merkezi (Yayın No. 870914).
- Tülübaş, T., Karaköse, T., & Papadakis, S. (2023). A holistic investigation of the relationship between digital addiction and academic achievement among students. *European Journal of Investigation in Health, Psychology and Education*, 13(10), 2006-2034. <https://doi.org/10.3390/ejihpe13100143>
- Türkiye İstatistik Kurumu. (2023, August 29). Hanehalkı Bilişim Teknolojileri (BT) Kullanım Araştırması, 2023. <https://veriportali.tuik.gov.tr/press/49407>
- Türkiye İstatistik Kurumu. (2024, August 27). Hanehalkı Bilişim Teknolojileri (BT) Kullanım Araştırması, 2024. <https://veriportali.tuik.gov.tr/press/53492>
- Türkiye İstatistik Kurumu. (2024, October 24). Çocuklarda Bilişim Teknolojileri Kullanım Araştırması, 2024. <https://veriportali.tuik.gov.tr/press/53638>
- Ulusoy, A., & İlhan, V. (2013). Televizyon bağımlılığı ve izleyici: Tv izlememek mümkün mü? *The Journal of Academic Social Science Studies*, Volume 6 Issue 5(6), 1127-1154. <https://doi.org/10.9761/JASSS1443>
- Uncu, G. (2020). Dijital sosyalleşme olgusunun sosyal kuşaklar üzerinde yarattığı deneyimler ve etkiler. *Sosyal Bilimler Dergisi*, 7(47), 333-359. <https://doi.org/10.29228/SOBIDER.45776>
- Uzday, İ. T. (2009). Madde bağımlılığının tarihçesi, tanımı, genel bilgiler ve bağımlılık yapan maddeler. *Meslek İçi Sürekli Eğitim Dergisi*, 21(22), 5-14.
- Ünlü, N. (2020). Teknoloji bağımlılığı araştırması raporu. İçinde Bilişim teknolojileri ve iletişim: Birey ve toplum güvenliği (ss. 107-122). Türkiye Bilimler Akademisi. <https://doi.org/10.53478/TUBA.2020.013>
- Üzgülü, M. A., Bozgüney, R., Can, B., Özlü, M., Akat, A., et al. (2023). Üniversite öğrencilerinin dijital bağımlılık ve yalnızlık düzeylerinin incelenmesi. *Düzce Üniversitesi Spor Bilimleri Dergisi*, 3(1), 75-82.
- Wartella, E., Rideout, V., Lauricella, A. R., & Connel, S. L. (2013). Parenting in the age of digital technology: A national survey (ss. 1-48). Center on Media and Human Development School of Communication, Northwestern University.
- Widyanto, L., & Griffiths, M. (2006). ‘Internet addiction’: A critical review. *International Journal of Mental Health and Addiction*, 4(1), 31-51. <https://doi.org/10.1007/s11469-006-9009-9>
- Yalçın Irmak, A., & Erdoğan, S. (2016). Ergen ve genç erişkinlerde dijital oyun bağımlılığı: Güncel bir bakış. *Türk Psikiyatri Dergisi*, 27(2), 128-137. <https://doi.org/10.5080/u13407>

- Yaşar, Z. F., & Akduman, G. G. (2007). Çocuk ihmali-istismarı ve adli diş hekimliği. TSK Koruyucu Hekimlik Bülteni, 6(5), 389-394.
- Yavuzer, H. (1998). Çocukunuzun ilk 6 yılı (2. baskı). Remzi Kitabevi.
- Yavuzer, H. (2004). Çocuk psikolojisi (26. baskı). Remzi Kitabevi.
- Yay, M. (2019). Dijital ebeveynlik (2. baskı). Yeşilay Yayınları.
- Yee, N. (2006). Motivations for play in online games. *Cyberpsychology & Behavior*, 9(6), 772-775. <https://doi.org/10.1089/cpb.2006.9.772>
- Yengin, D. (2019). Teknoloji bağımlılığı olarak dijital bağımlılık. *The Turkish Online Journal of Design, Art and Communication*, 9(2), 130-144. <https://doi.org/10.7456/10902100/007>
- Yıldırım, E. (2008). Uyuşturucu kullanımının sosyolojik boyutu uyuşturucuya yönelik talep azaltımı [Yüksek Lisans Tezi, Kırıkkale Üniversitesi]. YÖK Ulusal Tez Merkezi (Yayın No. 261363).
- Yıldırım, F., & Çalışkan, Z. (2024). Covid-19 pandemi döneminde okul öncesi çocuğu olan ebeveynlerin çocuk ihmali ve istismarına yönelik farkındalıklarının değerlendirilmesi. *Sağlık Bilimleri Dergisi*, 33(1), 74-82. <https://doi.org/10.34108/eujhs.1291911>
- Yılmaz, B., & Bekiroğlu, S. (2020). Çocukluk döneminde dijital bağımlılık. İçinde F. Paslı & H. Aslantürk (Ed.), *Çocuklarla çalışma temel alanlar, uygulamalar, güncel tartışmalar* (1. bs, ss. 357-374). Nobel Akademik Yayıncılık.
- Yılmaz, H., & Arslan, E. (2024). Okul öncesi dönem çocuklarının sosyal duygusal iyi oluş ve psikolojik sağlamlıkları ile dijital oyun bağımlılık eğilimleri arasındaki ilişkinin incelenmesi. *MSKU Journal of Education*, 11(1), 53-69. <https://doi.org/10.21666/muefd.1372901>
- Yılmaz, K. (2024). Okul öncesi dönem çocuklarının dijital oyun bağımlılığı ve iletişim becerilerinde annelerinin sosyal medya bağımlılıklarının aracı rolü [Yüksek Lisans Tezi, Marmara Üniversitesi]. YÖK Ulusal Tez Merkezi (Yayın No. 894569).
- Yıldırım, M., & Yayan, E. H. (2023). Development study of 2–5 age Technology Addiction Scale (TAS). *Archives of Psychiatric Nursing*, 43, 111-117. <https://doi.org/10.1016/j.apnu.2023.01.005>
- Yılmaz Kurt, F., Öner, B., & Bulut, A. (2025). Digital addiction: Are children in danger? Are parents aware? *Journal of Pediatric Nursing*, 80, 121-128. <https://doi.org/10.1016/j.pedn.2024.11.018>
- Yorulmaz Demir, D. S., & Tanyer, D. (2024). Validity and reliability evaluation of the Family Routines Inventory in Turkish: A methodological research. 10. International European Congress on Advanced Studies in Basic Sciences. ISBN: 978-625-367-799-2
- Young, K. S. (1998). Internet addiction: The emergence of a new clinical disorder. *CyberPsychology & Behavior*, 1(3), 237-244. <https://doi.org/10.1089/cpb.1998.1.237>
- Young, K. S. (2004). Internet addiction: A new clinical phenomenon and its consequences. *American Behavioral Scientist*, 48(4), 402-415. <https://doi.org/10.1177/0002764204270278>
- Young, K. S. (2009). Internet addiction: Diagnosis and treatment considerations. *Journal of Contemporary Psychotherapy*, 39(4), 241-246. <https://doi.org/10.1007/s10879-009-9120-x>
- Young, K. S., Pistner, M., O'Mara, J., & Buchanan, J. (2000). Cyber disorders: The mental health concern for the new millennium. *CyberPsychology & Behavior*, 3(5), 475-479. <https://doi.org/10.1089/cpb.1999.2.475>
- Yurduseven Evci, V. (2022). An evaluation on the problem of digital addiction in youth. *Journal of Social Sciences And Education*, 5(1), 115-134. <https://doi.org/10.53047/josse.1092958>

Yüksel, H., & Yüksel, M. (2014). Çocuk ihmali ve istismarı bağlamında Türkiye’de çocuk gelinler gerçeği. Çankırı Karatekin Üniversitesi Sosyal Bilimler Enstitüsü Dergisi, 5(2), 1-24.

Zastrow, C. (2014). Introduction to social work and social welfare: Empowering people (11th ed.). Brooks/Cole.

Zubaroglu Yanardağ, M., Bilge, M., & Yanardağ, U. (2020). Davranış bağımlılığı ve sosyal hizmet uygulamaları üzerine bir inceleme. Celal Bayar Üniversitesi Sağlık Bilimleri Enstitüsü Dergisi, 7(4), 551-560. <https://doi.org/10.34087/cbusbed.713866>





8. EKLER

8.1. EK 1 Etik kurul kararı



NECMETTİN ERBAKAN ÜNİVERSİTESİ
SOSYAL VE BEŞERİ BİLİMLER BİLİMSEL ARAŞTIRMALAR ETİK KURULU
ETİK KURUL KARARI

Etik Kurul Toplantı Tarihi/Sayısı ve Karar No	Tarih :11/07/2025 Toplantı Sayısı:14 Karar No :2025/651
Araştırmanın Başlığı	OKUL ÖNCESİ DÖNEM ÇOCUKLARINDA DİJİTAL TEKNOLOJİ BAĞIMLILIĞI İLE ANNE ÇOCUK İHMALİ ARASINDAKİ İLİŞKİDE AİLE RUTİNLERİNİN ARACI ROLÜ.
Sorumlu Araştırmacı	Prof. Dr. Neslihan DURMUŞOĞLU SALTALI
Yardımcı Araştırmacı	Lisansüstü Öğrenci: Enes IŞIK
Etik Kurul Kararı	26060 sayılı başvuru Etik Kurul tarafından değerlendirilmiş olup, başvurunun bilimsel araştırma etiği açısından “ Uygun ” olduğuna karar verilmiştir.

11/07/2025

Doç. Dr. Mustafa AYDIN
Etik Kurul Başkanı

8.1. EK 2 Sosyo-demografik bilgi formu

1. Çocuğun Yaşı (ay olarak)?

2. Cinsiyeti?

Kız () Erkek ()

3. Annenin Eğitim Düzeyi?

İlköğretim () Lise () Lisans ve üzeri ()

4. Babanın Eğitim Düzeyi?

İlköğretim () Lise () Lisans ve üzeri ()

5. Algılanan Gelir Düzeyi?

Geliri giderinden az () Geliri giderine denk () Geliri giderinden fazla ()

6. Toplam Çocuk Sayınız?

1 () 2 () 3 ve üzeri ()

7. Okul Öncesi Eğitime Devam Eden Çocuğun Doğum Sırası?

İlk çocuk () İkinci çocuk () Üçüncü veya sonraki çocuk ()

8. Aile Tipi?

Çekirdek Aile () Geniş Aile () Tek Ebeveynli Aile (Boşanmış, eşini kaybetmiş veya hiç evlenmemiş) ()

8.1. EK 3 2-5 Yaş teknoloji bağımlılığı ölçęi

Madde no		Hiçbir zaman	Nadiren	Bazen	Sık sık	Her zaman
1	Ağladığında teknolojik alet ile susar	1	2	3	4	5
2	Teknolojik alet ile meşgul iken seslendiğimizde bakmaz	1	2	3	4	5
3	Teknolojik alet ile meşgul iken sakin ve hiç olmadığı kadar mutludur	1	2	3	4	5
4	Teknolojik alet kullanmadığı zamanlarda kullanmak için sabırsızlanır	1	2	3	4	5
5	Uzun saatler sıkılmadan teknolojik alet ile vakit geçirebilir	1	2	3	4	5



8.1. EK 4 Anne çocuk ihmal ölçeği

	Bana tamamen uygun	Bana oldukça uygun	Kararsızım	Bana Pek Uygun değil	Bana hiç uygun değil
1. Çocuğumla oynar onunla vakit geçiririm.					
2. Çocuğumun yapmaktan zevk aldığı şeyleri bilirim.					
3. Çocuğumun ödevleri ile ilgilenirim ve gerektiğinde yardım ederim.					
10. Çocuğumu gerektiğinde doktora götürürüm.					
11. Çocuğumun arkadaşlarını tanımam.					
12. Çocuğumun yeteri kadar yemek yemesine özen gösteririm.					
13. Çocuğum okuldaki bir konuyu anlamakta sıkıntı çekerse yardım ederim.					
19. Evimin temiz ve düzenli olmasına dikkat ederim					
20. Çocuğumu mevsime uygun sıcak veya soğuktan koruyacak şekilde giydiririm.					

8.1. EK 5 Aile rutinleri ölçeği

Maddeler	Böyle bir rutininiz yok	Haftada 1-2 gün	Haftada 3-5 gün	Her gün	
1	Aile üyelerinden biri, dışardan eve geldiğinde diğerlerine haber verir.	0	1	2	3
4	Aile üyeleri eve geldiğinde günlerinin nasıl geçtiği hakkında birbiriyle sohbet ederler.	0	1	2	3
8	Ebeveynler ve çocuklar gün içinde eğitim videosu, belgesel gibi eğitici video ya da program izler.	0	1	2	3
13	Aile üyelerinin rutin bir uyuma saati vardır.	0	1	2	3
14	Aile üyelerinin rutin bir uyanma saati vardır.	0	1	2	3

8.1. EK 6 Ölçek izin yazışmaları

MY maksude yıldırım 27 Haz
Siz kişisine ...


 2-5 Yaş Teknoloji Bağımlılığı Ölçeği
DOCX - 22 KB

Merhabalar Enes,
Ölçeği çalışmanızda kullanabilirsiniz. Ölçek maddeleri ve puanlama bilgilerinin yer aldığı dosyayı ekte gönderiyorum. Başarılar diliyorum. Kolay gelsin.

Enes Işık < >, 27 Haz
2025 Cum, 15:31 tarihinde şunu yazdı:

Sayın Hocam merhabalar,
Ben Enes IŞIK. Necmettin Erbakan Üniversitesi Sosyal Hizmet Bölümü yüksek lisans öğrencisiyim. Tez çalışmamda izniniz ile "Development study of 2-5 age Technology Addiction Scale (TAS)"ı kullanmak istiyorum. Uygun görmeniz halinde ölçeği kullanabileceğime dair mail bilgisini ve ölçek maddeleri ile değerlendirmesini paylaşmanız beni mutlu edecektir.

DS Deniz Sümeyye YORULMAZ DEMİR Dün
Siz ve Deniz Koçoğlu kişisine ...

 Aile Rutinleri Ölçeği_2025_açıklama dosy...
PDF - 142 KB

Enes merhaba,

Ölçek ve açıklaması ektedir.

Atıf ile ilgili olarak sizlere haber vereceğiz. Ölçekle ilgili herhangi bir sorunuz olursa çekinmeden haber verebilirsiniz.

İyi çalışmalar dilerim.

NS Neslihan Saltalı 29 Ha
Siz kişisine ..

Sevgili Enes elbette ölçeği kullanabilirsin. Çalışmada kolaylıklar diliyorum. iPhone'umdan gönderildi

Enes Işık < > şunları
yazdı (28 Haz 2025 15:58):

Merhaba hocam,
Ben Necmettin Erbakan Üniversitesi Sosyal Hizmet Yüksek Lisans öğrencisi Enes IŞIK. Tez çalışmamda müsaadenizle "Anne Çocuk İhmalı" ölçeğinizi kullanmak istiyorum. Uygun gördüğünüz takdirde ölçeği kullanabileceğime dair mail bilgisini ve ölçek maddelerini benimle paylaşmanız beni mutlu edecektir. İyi çalışmalar.

8.1. EK 7 Araştırma uygulama izin belgesi



T.C.
MİLLÎ EĞİTİM BAKANLIĞI
ARAŞTIRMA UYGULAMA İZİN BELGESİ



Başvuru No: MEB.TT.2025.028734.01

T.C. Kimlik No: 13*****36

Adı Soyadı: ENES IŞIK

Araştırmanın Adı: Okul Öncesi Dönem Çocuklarında Dijital Teknoloji Bağımlılığı ile Anne Çocuk İhmali Arasındaki İlişkide Aile Rutinlerinin Aracı Rolü

Araştırmanın Niteliği: Yüksek Lisans Tezi

Araştırmanın Örneklem / Çalışma Grubu: Veli

Veri Toplama Aracının Başlığı: Demografik Bilgi Formu, 2-5 Yaş Teknoloji Bağımlılığı Ölçeği (TAS), Anne Çocuk İhmal Ölçeği, AİLE RUTİNLERİ ÖLÇEĞİ

Araştırma Uygulama İzininin Kabul Tarihi: 15.08.2025

Araştırma Uygulama İzininin Bitiş Tarihi: 15.08.2026

Yukarıda kimliği yazılı araştırmacı "Araştırma Uygulama İzinleri Genelgesine (2024/41)" göre belirtilen kapsamda araştırmasını yapmayı taahhüt etmiştir. Araştırmacının bilgi ve belgelerinin uygunluğu kontrol edilmiş olup aşağıda ifade edilen bilgiler kapsamında araştırma uygulama izni Millî Eğitim Bakanlığı ilgili birimleri tarafından onaylanmıştır.

Uygulama Yapılacak İller	Uygulama Yapılacak Birimler	Uygulama Yapılacak MEB Teşkilatları	Uygulama Yapılacak MEB Teşkilatının Kurum Kodu
ANKARA	Anaokulu	Kahramankazan Anaokulu	750134
ANKARA	Anaokulu	Satıkadin Anaokulu	768241
ANKARA	Anaokulu	Sevimli Anılar Anaokulu	774677
ANKARA	İlkokul	Atatürk İlkokulu	708496
ANKARA	İlkokul	Gazi İlkokulu	853263
ANKARA	İlkokul	Hamdiye Unlu ilkokulu	708545
ANKARA	İlkokul	Milli Egemenlik İlkokulu	766854
ANKARA	İlkokul	Mehmet Akif Ersoy İlkokulu	767638
ANKARA	İlkokul	İbrahim Bitik İlkokulu	853213
ANKARA	İlkokul	İmrendi İlkokulu	725123

Serhat Mah. 1290. Sokak No.8/B 06374 Yenimahalle/Ankara TÜRKİYE
Telefon No: (0312) 413 43 00, Belgegeçer No: (0312) 413 45 12
e-posta: ttkb.egitimaraştirmalari.arastirmaizinleri@meb.gov.tr, internet adresi: ttkb.meb.gov.tr



T.C.
MİLLÎ EĞİTİM BAKANLIĞI
ARAŞTIRMA UYGULAMA İZİNİ BELGESİ



Uygulama Yapılacak İller	Uygulama Yapılacak Birimler	Uygulama Yapılacak MEB Teşkilatları	Uygulama Yapılacak MEB Teşkilatının Kurum Kodu
ANKARA	İlkokul	Şehit Alper Kocaman İlkokulu	708616
ANKARA	İlkokul	100.Yıl İstiklal İlkokulu	775111
ANKARA	Ortaokul	Hamdi Eriş Ortaokulu	725064
ANKARA	Ortaokul	Fatih Ortaokulu	887499
ANKARA	Ortaokul	Şahin Ortaokulu	709296
ANKARA	Anaokulu	Açelya Anaokulu	774688
ANKARA	Anaokulu	Türkkonut Anaokulu	970027
ANKARA	Anaokulu	Mehmetçik Anaokulu	751485
ANKARA	Anaokulu	Hayriye Andiçen Anaokulu	751544
ANKARA	Anaokulu	Yenikent İlksan Anaokulu	966748
ANKARA	Anaokulu	Şehit Mehmet Güneç Anaokulu	760620
ANKARA	Anaokulu	İlkadım Anaokulu	768076
ANKARA	Anaokulu	Şehit Cüneyt Sertel Anaokulu	876219
ANKARA	Anaokulu	TOKİ Mehmet Akif Anaokulu	973388

Not: Okul/kurum yöneticileri tarafından "Araştırma Uygulama İzni" belgesinin ve veri toplama araçlarının (araçlardaki maddelerinin) modülde yer alan belge ve araçlarla aynı olduğu kontrol edilmelidir. Belgeler aynı olmadığı durumda araştırma uygulama izni verilmeyecektir.

Serhat Mah. 1290. Sokak No.8/B 06374 Yenimahalle/Ankara TÜRKİYE
Telefon No: (0312) 413 43 00, Belgegeçer No: (0312) 413 45 12
e-posta: ttkb.egitimaraştirmalari.arastirmaiznleri@meb.gov.tr, internet adresi: ttkb.meb.gov.tr