



T.C.
NECMETTİN ERBAKAN ÜNİVERSİTESİ
EĞİTİM BİLİMLERİ ENSTİTÜSÜ



Eğitim Bilimleri Anabilim Dalı
Rehberlik ve Psikolojik Danışmanlık Bilim Dalı

Yüksek Lisans Tezi

**ORTAOKUL ÖĞRENCİLERİNİN ALGILADIKLARI EBEVEYN SOSYOTELİZMİ
VE DİJİTAL BAĞIMLILIKLARI ARASINDAKİ İLİŞKİDE GÜVENLİ
BAĞLANMANIN ARACI ROLÜ**

Kübra KARAMAN
ORCID: 0009-0004-2953-6367

Danışman
Prof. Dr. Bülent DİLMAÇ
ORCID: 0000-0001-5753-9355

Konya – 2026

ÖN SÖZ

Bu araştırma, günümüz teknoloji çağında aile içi iletişimin dijital araçlar gölgesinde kalmasıyla ortaya çıkan "ebeveyn sosyotelizmi" olgusunun, ortaokul düzeyindeki öğrencilerin dijital bağımlılık süreçlerine etkisini ve bu ilişkide güvenli bağlanmanın üstlendiği kritik rolü anlamak amacıyla gerçekleştirilmiştir. Ebeveyn-çocuk arasındaki bağın dijital ekranlar tarafından kesintiye uğramasının, genç nesillerin teknolojiyle olan ilişkisini nasıl şekillendirdiğini ortaya koymak çalışmanın temel motivasyonunu oluşturmaktadır.

Tez konumum belirlenmesinden verilerin analizine kadar her aşamada değerli vaktini ayıran, akademik vizyonu ve yapıcı eleştirileriyle çalışmamı zenginleştiren, sabrını ve rehberliğini hiçbir zaman esirgemeyen saygıdeğer danışmanım Prof. Dr. Bülent DİLMAÇ'a şükranlarımı sunarım. Ayrıca lisansüstü eğitimim süresince bilgi ve tecrübelerinden istifade ettiğim başta Doç. Dr. Tolga SEKİ'ye ve tüm hocalarıma teşekkür ederim.

Tezimin ana izleği olan 'güvenli bağlanma' kavramını sadece literatürde değil, hayatımın her anında bana bizzat yaşatan; varlıklarıyla her daim kendimi güvende ve güçlü hissetmemi sağlayan sevgili anneme, babama, kardeşlerime ve ailemize yeni katılan masumluğu ve sevgisiyle bizi büyüleyen yeğenim Gülce'me; akademik ve manevi anlamda her düştüğümde elimden tutan dostlarım aynı zamanda meslektaşlarım Esra SAÇIKARA ve Neslihan ÖZTÜRK'e sonsuz teşekkürlerimi sunarım.

Bu çalışmanın, dijital çağda daha sağlıklı aile ilişkileri kurulmasına ve ilgili alanda çalışan araştırmacılara ve akademi dünyasına faydalı olmasını temenni ederim.

Kübra KARAMAN

NİSAN 2026

İÇİNDEKİLER

ÖN SÖZ	ii
İÇİNDEKİLER.....	iii
TEZ ÇALIŞMASI ORJİNALLİK RAPORU	v
BİLİMSEL ETİK BEYANNAMESİ	vi
SİMGELER VE KISALTMALAR.....	vii
ÖZET	ix
ABSTRACT.....	x
1. GİRİŞ	1
1.1. Problem Durumu.....	1
1.2. Araştırmanın Amacı.....	4
1.3. Araştırmanın Önemi.....	5
1.4. Varsayımlar	7
1.5. Sınırlılıklar.....	7
1.6. Tanımlar	8
2. ALAN YAZIN	9
2.1. Sosyotelizm	9
2.2. Sosyotelizmin Boyutları	10
2.3. Sosyotelizm ve Bağımlılık Boyutu	12
2.3.1. İnternet ve Akıllı Telefon Bağımlılığı.....	12
2.3.2. Sosyal Medya Bağımlılığı	13
2.3.3. Dijital Oyun ve Uygulama Bağımlılığı	13
2.4. Sosyotelizmin Türleri ve Yapılan Araştırmalar.....	14
2.4.1. Partner Sosyotelizmi ile İlgili Araştırmalar	15
2.4.2. Yönetici Sosyotelizmi ile İlgili Araştırmalar	16
2.4.3. Arkadaş Sosyotelizmi ile İlgili Araştırmalar	17
2.4.4. Akademik Hayatta Karşılaşılan Sosyotelizm ile Yapılan Araştırmalar	18
2.4.5. Ebeveynlik Sosyotelizmi ile Yapılan Araştırmalar	19
2.5. Dijital Bağımlılık	21
2.5.1. Dijitalleşen Dünya.....	21
2.5.2. Dijital Bağlılık/Bağımlılık	22
2.5.3. Dijital Bağımlılık Nedir?	22
2.6. Dijital Bağımlılığın Psikolojik ve Sosyolojik Etkileri	25
2.7. Dijital Bağımlılığın Çocuklar ve Ergenler Üzerindeki Etkileri.....	27
2.8. Çocuklarda Dijital Bağımlılıkla Mücadele Yöntemleri	30
2.9. Bağlanmanın Tanımı ve Gelişimi	31
2.9.1. Bağlanmaya İlişkin Kuram ve Yaklaşımlar	33

2.9.2. Kültürel Farklılıklar ve Bağlanma.....	38
2.9.3. Orta Çocukluk Döneminde Bağlanma.....	40
2.9.4. Orta Çocuklukta Bağlanma ile İlgili Yapılan Çalışmalar.....	42
3. YÖNTEM.....	46
3.1. Araştırmanın Modeli	46
3.2. Araştırmanın Çalışma Grubu.....	46
3.3. Veri Toplama Araçları	47
3.3.1. Kişisel Bilgi Formu	47
3.3.2. Kerns Güvenli Bağlanma Ölçeği (KGBÖ).....	47
3.3.3. Dijital Bağımlılık Ölçeği (CADAS).....	47
3.3.4. Ebeveyn Sosyotelizmi Ölçeği-Anne ve Baba Formları (ESÖ-A/ESÖ-B).....	48
3.4. Verilerin Toplanması.....	48
3.5. Verilerin Analizi	48
4. BULGULAR	50
4.1. Betimsel İstatistikler ve Normallik Test Edilmesi	50
4.2. Değişkenler Arası İlişkiler.....	51
4.3. Anne Sosyotelizmi ile Dijital Bağımlılık Arasındaki İlişkide Anneye Güvenli Bağlanmanın Aracı Rolü.....	51
4.4. Baba Sosyotelizmi ile Dijital Bağımlılık Arasındaki İlişkide Babaya Güvenli Bağlanmanın Aracı Rolü.....	53
5. TARTIŞMA, SONUÇ VE ÖNERİLER	55
5.1. Tartışma	55
5.1.1. Ebeveyn sosyotelizminin güvenli bağlanmaya etkisine ilişkin tartışma	55
5.1.2. Ebeveyn sosyotelizminin dijital bağımlılığa etkisine ilişkin tartışma.....	56
5.1.3. Güvenli bağlanmanın dijital bağımlılığa etkisine ilişkin tartışma	58
5.1.4. Ebeveyn sosyotelizminin dijital bağımlılığa etkisinde güvenli bağlanmanın aracı rolünün tartışması.....	59
5.2. Sonuç	61
5.3. Öneriler.....	61
5.3.1. Araştırmacılara yönelik öneriler	62
5.3.2. Uygulayıcılara yönelik öneriler.....	62
KAYNAKLAR.....	65
EKLER	93

TEZ ÇALIŞMASI ORJİNALLİK RAPORU

Ortaokul Öğrencilerinin Algıladıkları Ebeveyn Sosyotelizmi ve Dijital Bağımlılıkları Arasındaki İlişkide Güvenli Bağlanmanın Aracı Rolü başlıklı tez çalışmamın toplam **66** sayfalık kısmına ilişkin, 13/04/2026 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 çalışması orijinallik raporu sayfası hariç
2. Bilimsel etik beyannamesi sayfası hariç
3. Önsöz hariç
4. İçindekiler hariç
5. Simgeler ve kısaltmalar hariç
6. Kaynaklar hariç
7. Alıntılar dahil
8. 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.

13/04/2026

Kübra KARAMAN

Prof. Dr. Bülent DİLMAÇ

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.

13/04/2026

Kübra KARAMAN

SİMGELER VE KISALTMALAR

Simgeler

β : Standart regresyon katsayısı

B: Regresyon katsayısı

p: İstatistiksel anlamlılık

%: Yüzde

r: Korelasyon katsayısı

α : Cronbach Alpha

\bar{x} : Aritmetik Ortalama

n: Örneklem Sayısı

Kısaltmalar

SPSS: Statistical Package for the Social Sciences

Ss: Standart sapma

TÜİK: Türkiye İstatistik Kurumu

vd.: ve diğerleri

WHO: World Health Organization



ÖZET

Necmettin Erbakan Üniversitesi, Eğitim Bilimleri Enstitüsü
Eğitim Bilimleri Anabilim Dalı
Rehberlik ve Psikolojik Danışmanlık Bilim Dalı
Yüksek Lisans Tezi

ORTAOKUL ÖĞRENCİLERİNİN ALGILADIKLARI EBEVEYN SOSYOTELİZMİ VE DİJİTAL BAĞIMLILIKLARI ARASINDAKİ İLİŞKİDE GÜVENLİ BAĞLANMANIN ARACI ROLÜ

Kübra KARAMAN

Bu araştırmanın amacı, ortaokul öğrencilerinde ebeveyn sosyotelizmi ve dijital bağımlılık arasındaki ilişkide güvenli bağlanmanın aracı rolünü incelemektir. Bu amaç doğrultusunda araştırma, Konya ili Merkez ilçelerindeki Millî Eğitim Bakanlığı'na bağlı ortaokullarda öğrenim gören öğrenciler üzerinde gerçekleştirilmiştir. 215 kız (%48.1) ve 231 erkek (%51.7) olmak üzere toplamda 446 öğrenci araştırmanın örneklemini oluşturmuştur. Araştırmaya katılan öğrencilerin sınıf düzeyleri 5 ve 6.sınıf olarak belirlenmiştir. Katılımcıların yaş ortalaması $11,65 \pm 0,52$ 'dir. Araştırmada veri toplamak amacıyla Kişisel Bilgiler Formu, Kerns Güvenli Bağlanma Ölçeği (KGBÖ), Dijital Bağımlılık Ölçeği (CADAS) ve Ebeveyn Sosyotelizmi Ölçeği-Anne ve Baba Formları (ESÖ-A/ESÖ-B) uygulanmıştır. Veri toplama süreci öncesinde Millî Eğitim Bakanlığı'ndan araştırma izni alınmıştır. Araştırmaya katılan ortaokul öğrencilerinin dijital bağımlılık, algıladıkları ebeveyn sosyotelizmi ve güvenli bağlanma puanları arasındaki ilişkinin belirlenmesi için Pearson korelasyon analizi yapılmıştır. Ebeveyn sosyotelizmi ve dijital bağımlılık arasındaki ilişkide güvenli bağlanmanın aracı rolü AMOS ile analiz edilmiştir. Yapısal eşitlik modelinde, çalışma modeli için bootstrapping yapılarak 5000 alt örneklem oluşturulmuş ve %95 güven aralığında analizler gerçekleştirilmiştir. Pearson korelasyon analizi sonucunda ortaokul öğrencilerinde anneye güvenli bağlanma ile anne sosyotelizmi ve alt boyutları(etkileşim kesintileri, duygusal tepkiler) arasında orta düzeyde, negatif yönlü ilişki bulunmuştur. Ortaokul öğrencilerinin dijital bağımlılık puanları ile anne sosyotelizmi ve alt boyutları arasında pozitif; anneye güvenli bağlanma arasında ise negatif yönlü anlamlı bir ilişki bulunmuştur. Ortaokul öğrencilerinde babaya güvenli bağlanma ile baba sosyotelizmi ve alt boyutları(etkileşim kesintileri, duygusal tepkiler) arasında negatif ve orta düzeyde ilişki bulunmuştur. Ortaokul öğrencilerinde dijital bağımlılık düzeylerinin; baba sosyotelizmi ve alt boyutları (etkileşim kesintileri, duygusal tepkiler) ile pozitif, babaya güvenli bağlanma ile ise negatif yönde ilişkili olduğu saptanmıştır. Aracılık analizi sonuçları, anne sosyotelizminin dijital bağımlılık üzerindeki doğrudan etkisinin anlamlı olduğunu ancak anneye güvenli bağlanmanın bu ilişkide anlamlı bir aracı rol üstlenmediğini göstermiştir. Buna karşın baba modelinde, baba sosyotelizminin dijital bağımlılık üzerindeki doğrudan etkisinin anlamlı olduğu ve babaya güvenli bağlanmanın bu ilişkide zayıf fakat anlamlı bir kısmi aracı rol oynadığı tespit edilmiştir. Elde edilen bulgular, ebeveyn sosyotelizmi ve dijital bağımlılık arasındaki ilişkide güvenli bağlanmanın aracı rolünü yalnızca baba modelinde doğrulamış; çalışma sonunda elde edilen veriler literatür ışığında tartışılarak çeşitli öneriler sunulmuştur.

Anahtar Kelimeler: Ebeveyn sosyotelizmi, Dijital bağımlılık, Güvenli bağlanma, Ortaokul öğrencileri

ABSTRACT

Necmettin Erbakan University, Graduate School of Educational Sciences
Department of Educational Sciences
Guidance and Psychological Counseling Program
Master Thesis

THE MEDIATORY ROLE OF SECURE ATTACHMENT IN THE RELATIONSHIP BETWEEN MIDDLE SCHOOL STUDENTS' PERCEIVED PARENTAL PHUBBING AND THEIR DIGITAL ADDICTION

Kübra KARAMAN

The aim of this study is to examine the mediating role of secure attachment in the relationship between parental phubbing and digital addiction among middle school students. In line with this purpose, the research was conducted with students enrolled in public middle schools affiliated with the Ministry of National Education in the central districts of Konya, Türkiye. The sample of the study consisted of a total of 446 students, including 215 females (48.1%) and 231 males (51.7%). The participants were 5th and 6th grade students, with a mean age of 11.65 ± 0.52 years. Data were collected using the Personal Information Form, the Kerns Security Scale (KSS), the Digital Addiction Scale (Child and Adolescent Digital Addiction Scale – CADAS), and the Parental Phubbing Scale – Mother and Father Forms (PPS-M/PPS-F). Prior to data collection, official permission was obtained from the Ministry of National Education. Pearson correlation analysis was conducted to determine the relationships among digital addiction, perceived parental phubbing, and secure attachment levels of the students. The mediating role of secure attachment in the relationship between parental phubbing and digital addiction was analyzed using AMOS. In the structural equation model, bootstrapping was performed with 5,000 resamples, and analyses were conducted at a 95% confidence interval. The results of the Pearson correlation analysis indicated a moderate, negative relationship between secure attachment to the mother and maternal phubbing and its sub-dimensions (interaction interruptions and emotional reactions). A positive relationship was found between students' digital addiction levels and maternal phubbing and its sub-dimensions, whereas a negative relationship was observed between digital addiction and secure attachment to the mother. Similarly, a moderate, negative relationship was found between secure attachment to the father and paternal phubbing and its sub-dimensions (interaction interruptions and emotional reactions). Digital addiction levels were positively associated with paternal phubbing and its sub-dimensions, and negatively associated with secure attachment to the father. The results of the mediation analysis revealed that maternal phubbing had a significant direct effect on digital addiction; however, secure attachment to the mother did not have a significant mediating role in this relationship. In contrast, in the father model, paternal phubbing had a significant direct effect on digital addiction, and secure attachment to the father played a weak but significant partial mediating role in this relationship. Overall, the findings confirmed the mediating role of secure attachment in the relationship between parental phubbing and digital addiction only in the father model. The results were discussed in light of the relevant literature, and several recommendations were provided.

Keywords: Parental phubbing, Digital addiction, Secure attachment, Middle school students



BÖLÜM 1

1. GİRİŞ

Bu bölümde problem durumu, araştırmanın amacı, araştırmanın önemi, araştırmaya ilişkin varsayımlar, sınırlılıklar ve tanımlara ilişkin açıklamalara yer verilmiştir.

1.1. Problem Durumu

Toplum bilimleri açısından en çok incelenen temel yapılardan biri olan aile, bireyin dünyaya geldiği andan itibaren içinde yer aldığı en önemli sosyal ortamdır. Bu yapı, bireylerin yaşamlarını devam ettirebilmeleri için ihtiyaç duyduğu olanakları ve korumayı sunan dinamik bir sistemdir (Bayer, 2013). Günümüzde meydana gelen hızlı toplumsal değişimler, aile yapısının ana özellikleri ve geleceği ile ilgili bilimsel tartışmaları sürekli olarak canlı tutmaktadır. Özellikle dijitalleşmenin artmasıyla birlikte teknolojik yeniliklerin aile dinamikleri üzerindeki yansımaları giderek daha fazla dikkat çekici hale gelmiştir (Akbaş ve Dursun, 2020). Buradan hareketle, bu araştırmanın temel odak noktası; dijitalleşmenin aile içi ilişkilerdeki görünümünü ebeveyn sosyotelizmi, güvenli bağlanma ve dijital bağımlılık bileşenleri çerçevesinde incelemektir.

Günümüzde teknolojinin aile sistemine entegrasyonu, iletişim dinamiklerinde köklü değişimleri beraberinde getirmektedir. Araştırmalar, dijital araçların yüz yüze etkileşimleri sınırlayarak aile üyeleri arasında izolasyon eğilimlerini artırabildiğini göstermektedir (Tadpatrikar vd., 2021). Bununla birlikte dijital teknolojilerin aile yaşamına dahil olması, geleneksel birliktelik anlayışını dönüştürerek yeni “fiziksel olmayan birlikte olma” biçimlerini ortaya çıkarmıştır (Barbuta vd., 2023). Bu ikili etki, bir yandan aile içi iletişimin niteliğini dönüştürürken diğer yandan dijital çağa özgü yeni etkileşim modellerinin gelişmesine zemin hazırlamaktadır (Akbaş ve Dursun, 2020). Özellikle çocuklarda gözlenen dijital bağımlılık süreçleri, ebeveyn-çocuk arasındaki bağı ve bu bağı oluşturan unsurları etkileme potansiyeline sahiptir.

Dijital bağımlılık; bilgisayarlar, akıllı telefonlar ve dijital platformlardaki aşırı kullanımı kapsayan şemsiye bir kavram olarak ortaya çıkmıştır (Christakis, 2019; Karakose vd., 2022). COVID-19 pandemisiyle birlikte dijital cihazların kullanımındaki artış, çocuk ve ergenlerde sosyal kaygı, nomofobi ve duyarsızlık gibi psikososyal belirtilerle ilişkilendirilmiştir (Ime vd., 2024; Orsolini vd., 2022). Araştırmalar, erken yaşta ve denetimsiz dijital kullanım; sosyal-duygusal gelişim, uyku düzeni ve davranış kontrolü üzerinde risk faktörü

oluşturabildiğini göstermektedir (Aziz vd., 2021; Şenol vd., 2024). Pandemi sürecinde günde 10 saatten fazla dijital cihaz kullanımı, özellikle erkek ergenlerde bağımlılık riskinin yükselmesiyle paralellik göstermiştir (Kaya vd., 2023).

Her ne kadar dijital bağımlılıkla mücadele için çeşitli müdahale yöntemleri geliştirilmiş olsa da araştırmalar aile faktörünün bu süreçteki kritik rolünü ortaya koymaktadır. Özellikle ergenlerde görülen çevrimiçi oyun bağımlılığının; yalnızlık ve stres gibi olumsuz duygulardan kaçış arayışı ile ilişkili olduğu belirtilmektedir (Yaacob vd., 2021). Bu noktada aile yaşam doyumu ile dijital bağımlılık arasındaki negatif korelasyon (Şimşek, 2021; Taş vd., 2022), sağlıklı aile ortamlarının koruyucu bir işlev görebileceğini düşündürmektedir. Aile içi uyum, etkili iletişim (Demirbaş ve Atar Keskin, 2024; Park vd., 2008) ve olumlu ebeveyn tutumları (Taş, 2018), bireylerin duygusal ihtiyaçlarını gerçek yaşamda karşılayarak sanal yönelimleri dengeleyebilmektedir.

Aile ilişkilerinin temelini oluşturan bağlanma kuramı, dijitalleşme sürecinde ortaya çıkan sorunları anlamada güçlü bir teorik çerçeve sunmaktadır. Ailenin özünde bireyi yaşam boyu destekleyen derin bir bağlanma ilişkisi yatar; bu bağ, bireyin gelişimini besleyen temel bir güven mekanizmasıdır. Bowlby'nin (1982b) bağlanma kuramına göre çocukların bakım verenle kurduğu bu özel ilişki, stresli durumlarda yakınlık arayışıyla kendini gösterir ve bireyin yaşamı boyunca kuracağı bağlar için bir içsel çalışma modeli oluşturur (Hazan ve Shaver, 1994). Orta çocukluk döneminde ise bağlanma figürlerinin sadece fiziksel varlığından ziyade "duygusal erişilebilirliği" önem kazanmaktadır (Bowlby, 1982b). Burada kritik nokta, dijital teknolojilerin yoğun kullanımı nedeniyle ebeveynlerin çocuklarına karşı bu duygusal duyarlılığı sergilemekte zorlanabilmeleridir.

Ebeveynlerin çocuklarıyla olan etkileşimleri sırasında dijital araçlara yönelmesi, literatürde 'ebeveyn sosyotelizmi' (parental phubbing) kavramıyla açıklanmaktadır. Ebeveyn sosyotelizmi, ebeveynlerin çocuklarının yanındayken akıllı telefonlarıyla aşırı ilgilenerek sosyal etkileşimi kesintiye uğratmaları olarak tanımlanmaktadır (Bai vd., 2020; Xie ve Xie, 2020). Bu davranış, ebeveynin genel telefon bağımlılığından ziyade çocukla olan ikili etkileşimdeki kesintiye ifade eden daha spesifik bir kavramdır. Araştırmalar bu davranışın çocuklarda duygusal ve davranışsal uyum sorunlarıyla ilişkili olduğunu göstermektedir (Zhang vd., 2021). Özellikle ergenlerde bu durum; olumlu sosyal davranışlarda azalma (Xu ve Xie, 2023), saldırganlık ve öfke ifadelerinde artış (Yang vd., 2024) ile birlikte seyredilmektedir. Wang ve diğerleri (2022) ve Zhao ve diğerleri (2023) tarafından yapılan çalışmalar,

sosyotelizmin reddedilme duyarlılığı ile bağlantılı olduğunu ve hem sosyal geri çekilmeye hem de saldırgan davranışlara eşlik edebildiğini ortaya koymuştur. Siber alanda ise bu durumun hem siber zorbalık yapma (Bai vd., 2020) hem de mağdur olma (Elboj-Saso vd., 2024) riskleri ile korelasyon gösterdiği tespit edilmiştir.

Literatürdeki bulgular, ebeveyn sosyotelizmi ile çocuk ve ergenlerde gelişen dijital bağımlılık davranışları (akıllı telefon, oyun ve sosyal medya bağımlılığı) arasında anlamlı bir ilişki olduğunu göstermektedir. Yapılan çok sayıda kesitsel çalışma; ebeveynlerin teknoloji kullanım alışkanlıklarının çocuklardaki akıllı telefon (Chen vd., 2023; Tang vd., 2024), sanal oyun (Shen vd., 2023) ve sosyal medya bağımlılığını (Dong vd., 2023) anlamlı düzeyde yordadığını ortaya koymuştur. Bu sonuçlar, ebeveynlerin dijital davranışlarının çocuklar için bir referans noktası oluşturduğunu ve bu eğilimlerin nesiller arası bir paralellik gösterebileceğini düşündürmektedir.

Mevcut çalışmalar ebeveyn sosyotelizmi ile dijital bağımlılık arasında doğrudan ilişkiler saptasa da, bu ilişkinin altında yatan psikolojik mekanizmalar (özellikle ebeveyne güvenli bağlanmanın aracı rolü) henüz yeterince test edilmemiştir. Ebeveynin dijital araçlarla meşguliyeti, çocukta "duygusal olarak ulaşılamayan ebeveyn" algısı yaratarak güvenli bağlanma sistemini zedeleyebilir. Araştırmanın temel problemi; ortaokul öğrencilerinde algılanan ebeveyn sosyotelizminin dijital bağımlılık üzerindeki etkisinde, ebeveyne güvenli bağlanmanın aracılık rolünü belirlemek olarak yapılandırılmıştır.

Araştırmanın örneklem grubu olarak ortaokul öğrencilerinin (yaklaşık 9-12 yaş) seçilmesi, bu evrenin bağlanma hiyerarşisindeki dönüşüm ve dijital özerklik inşası bakımından taşıdığı spesifik niteliklerden kaynaklanmaktadır. Bu dönemi çocukluktan ayıran temel fark, bağlanma figürlerinin yer değiştirmeye başlamasıdır; ilkökul döneminde ebeveynle kurulan yüksek güven ve iletişim düzeyi, ön ergenlikle birlikte yerini artan çatışmalara ve akranlara yönelen bir "yakınlık arama" (proximity seeking) davranışına bırakmaktadır. Ancak ortaokul yıllarını lise döneminden ayıran kritik nokta, ebeveynlerin hâlâ en temel "güvenli üs" (secure base) olma vasfını korumasıdır (Nickerson ve Nagle, 2005). Dolayısıyla ergenin dış dünyayı keşfederken ana dayanak noktası olarak gördüğü ebeveynin bu evrede sergilediği sosyotelizm davranışı, güvenli bağlanma sistemini sarsarak bireyi duygusal bir boşluğa itme potansiyeli taşımaktadır.

Dijital dünya bağlamında ise ön ergenlik, "dijital yerlilik" kimliğinin pekiştiği ve teknoloji kullanımının ebeveyn denetiminden çıkarak özerkleştiği bir eşıktir. Bu yaş grubundaki bireyler için internet; sadece bir eğlence aracı değil, çevrimdışı dünyada sergilenemeyen yönlerin keşfedildiği bir kimlik inşa alanıdır. Ebeveyn sosyotelizmi nedeniyle aile içinde duygusal ulaşılamazlık yaşayan ortaokul öğrencisi için dijital platformlar, bu eksikliği gidermeye yönelik bir "telafi mekanizması" işlevi görebilmekte; bu durum gelişimsel bir fırsat sunabileceği gibi dijital bağımlılık risklerini de beraberinde getirmektedir (Subrahmanyam ve Šmahel, 2011). Özetle ortaokul dönemi; ebeveynin hâlâ birincil güven figürü olduğu, ancak dijital araçların akran etkileşimiyle birleşerek bir sığınak haline geldiği en kritik köprü aşamasıdır. Bu gelişimsel pencere, sosyotelizmin bağlanma üzerindeki bozucu etkisini ve bunun bağımlılığa yansımalarını incelemek için en uygun örneklem düzeyini oluşturmaktadır.

Araştırmanın kuramsal temelleri ışığında geliştirilen beklenti modeli çerçevesinde şu hipotezler test edilecektir:

H1: Algılanan ebeveyn sosyotelizmi ile ergenlerin dijital bağımlılık düzeyleri arasında pozitif yönlü anlamlı bir ilişki vardır.

H2: Algılanan ebeveyn sosyotelizmi, ebeveyne güvenli bağlanma düzeyini negatif yönde anlamlı şekilde yordamaktadır.

H3: Ebeveyne güvenli bağlanma düzeyi, dijital bağımlılık düzeyini negatif yönde anlamlı şekilde yordamaktadır.

H4: Ebeveyne güvenli bağlanma, ebeveyn sosyotelizmi ile dijital bağımlılık arasındaki ilişkide istatistiksel olarak anlamlı bir aracı role sahiptir.

1.2. Araştırmanın Amacı

Bu araştırmanın temel amacı, ortaokul öğrencilerinde algılanan ebeveyn sosyotelizminin dijital bağımlılık üzerindeki etkisinde güvenli bağlanmanın aracı rolünün test edilmesidir. Bu amaç doğrultusunda aşağıdaki sorulara cevap aranmıştır:

1. Ortaokul öğrencilerinde ebeveyn sosyotelizmi ve alt boyutları(etkileşim kesintileri, duygusal tepkiler), güvenli bağlanma ve dijital bağımlılık arasında anlamlı bir ilişki var mıdır?

2. Ortaokul öğrencilerinde ebeveyn sosyotelizmi; güvenli bağlanmayı anlamlı düzeyde yordamakta mıdır?
3. Ortaokul öğrencilerinde ebeveyn sosyotelizmi; dijital bağımlılığı anlamlı düzeyde yordamakta mıdır?
4. Ortaokul öğrencilerinde güvenli bağlanma: dijital bağımlılığı anlamlı düzeyde yordamakta mıdır?
5. Ortaokul öğrencilerinde ebeveyn sosyotelizmi ile dijital bağımlılık arasındaki ilişkide güvenli bağlanmanın aracı (mediator) bir rolü var mıdır?

1.3. Araştırmanın Önemi

Aile, çocukların bilişsel, duygusal ve sosyal gelişiminde en temel sosyal çevre olarak işlev görmektedir. Ebeveynler, yalnızca çocukların temel ihtiyaçlarını karşılamakla kalmayıp; aynı zamanda onların benlik algısını, davranış örüntülerini ve kişilerarası ilişki modellerini şekillendiren temel belirleyiciler arasında yer almaktadır. Özellikle erken çocukluk döneminde ebeveynlerin tutumları ve iletişim biçimleri, çocuklar tarafından içselleştirilerek yaşam boyu sürecek etkiler yaratmaktadır. Bu bağlamda tutarlı, duyarlı ve güven verici ebeveyn davranışları, çocuğun sağlıklı bir benlik algısı geliştirmesine ve çevresiyle uyumlu ilişkiler kurmasına zemin hazırlamaktadır. Nitekim mevcut araştırmalar, sağlıklı ebeveyn davranışlarının çocukların bilişsel ve duygusal gelişimleri üzerinde kalıcı etkiler bıraktığını ortaya koymaktadır (Ainsworth, 1978; Çalışır, 2009; Georgiou vd., 2008; Macdonald vd., 2021; Subaşı ve Kazan, 2020).

Sağlıklı ebeveyn-çocuk ilişkisinin kuramsal temelinde bağlanma dinamikleri yer almaktadır. Bağlanma kuramına göre güvenli bağlanma geliştiren bireyler, yaşamın ilerleyen dönemlerinde daha yüksek psikolojik dayanıklılığa sahip olmakta ve olumsuz yaşam deneyimlerine karşı daha koruyucu bir yapıya ulaşmaktadır (Bowlby, 1982a). Bu doğrultuda, çocukların güvenli bağlanma geliştirmesi yalnızca ruhsal sağlıklarını desteklemekle sınırlı kalmamakta; aynı zamanda sosyal ve duygusal risklere karşı önemli bir koruyucu faktör olarak işlev görmektedir. Günümüz dijital çağında ise bağlanma stilleri ile teknoloji kullanım alışkanlıkları arasındaki ilişki giderek daha fazla önem kazanmaktadır. Yapılan çalışmalar, kaygılı ve kaçınan bağlanma stillerinin akıllı telefon, internet ve sosyal medya bağımlılığı ile pozitif yönde ilişkili olduğunu; buna karşın güvenli bağlanmanın dijital bağımlılığa karşı koruyucu bir rol üstlendiğini göstermektedir (Alptekin ve Koçyiğit, 2024; Canatar, 2020; Dilsiz ve Kandemir, 2020; Kocairi vd., 2020; Özçelik, 2021). Bu bulgular, güvenli bağlanmanın

yalnızca bireysel ruh sağlığı açısından değil, çağın ortaya çıkardığı yeni dijital riskler karşısında da kritik bir öneme sahip olduğunu ortaya koymaktadır.

Dijitalleşmenin aile yaşamına etkileri yalnızca çocuklarla sınırlı kalmamış; ebeveynlerin teknoloji kullanım alışkanlıkları da aile içi etkileşimleri önemli ölçüde dönüştürmüştür. Literatürde “ebeveyn sosyotelizmi” olarak adlandırılan bu olgu, ebeveynlerin çocuklarıyla birlikte oldukları anlarda teknolojik cihazlara aşırı yönelmelerinin, çocukların duygusal, sosyal ve davranışsal gelişimleri üzerinde olumsuz etkiler yarattığını göstermektedir (Bai vd., 2020; Xie ve Xie, 2020; Zhao vd., 2022). Omrak (2019) tarafından yapılan çalışmada, annelerin bilgisayar ve tablet kullanım süreleri ile çocuklarının teknoloji kullanım düzeyleri arasında anlamlı ilişkiler saptanmıştır. Bu durum, dijital çağda sağlıklı aile ilişkilerinin sürdürülebilmesi için ebeveyn farkındalığının önemini açıkça ortaya koymaktadır. Çocukların dijital dünyadaki maruziyetlerinin, ebeveynlerin tutum ve davranışlarıyla doğrudan ilişkili olması, ebeveyn sosyotelizminin etkilerinin bilimsel olarak incelenmesini gerekli kılmaktadır.

Bu araştırmanın kuramsal açıdan temel nemi, Türkiye’de ortaokul öğrencileri örnekleminde ebeveyn sosyotelizmi, güvenli bağlanma ve dijital bağımlılık arasındaki ilişkileri aracı model çerçevesinde ele alan ilk çalışmalardan biri olmasıdır. Çalışmada, güvenli bağlanmanın ebeveyn sosyotelizmi ile dijital bağımlılık arasındaki ilişkideki aracı rolü test edilerek, ebeveyn sosyotelizminin çocuklarda dijital bağımlılık riskini hangi psikolojik mekanizmalar üzerinden etkilediği açıklanmaya çalışılmaktadır. Böylece dijital bağımlılığın yalnızca davranışsal bir sonuç değil, aynı zamanda bağlanma temelli ilişkisel süreçlerle bağlantılı bir olgu olduğu ortaya konulmaktadır.

Araştırmanın zgn yönlerinden biri de çocukların anneye ve babaya yönelik güvenli bağlanma düzeylerinin ayrı ayrı ele alınmasıdır. Mevcut literatürde bağlanma ve ebeveyn-ocuk ilişkileri çoğunlukla anne-ocuk ilişkisi üzerinden değerlendirilmiş; baba-ocuk ilişkisinin etkisi sınırlı biçimde ele alınmıştır (de Waal vd., 2025; Suzuki vd., 2022). Oysa son yıllarda yapılan çalışmalar, baba-ocuk ilişkisinin çocukların sosyal, duygusal ve psikolojik gelişiminde en az anne kadar belirleyici bir role sahip olduğunu vurgulamaktadır (Elhusseini vd., 2023). Bu alışma, anne ve babaya bağlanmayı ayrı değerkenler olarak ele alarak literatürdeki bu önemli boşluğu doldurmayı amaçlamaktadır.

Yöntemsel açıdan bakıldığında araştırma, ebeveyn sosyotelizmini çocukların algısı üzerinden (ocuk raporlu) len geçerli ve güvenilir ölçekler kullanarak, ebeveyn öz-

bildirimlerine dayalı çalışmalarda ortaya çıkabilecek yanlışlıkları azaltmayı hedeflemektedir. Araştırmada değişkenler arasındaki ilişkilerin incelenmesi amacıyla Pearson Korelasyon Katsayıları hesaplanmış; değişkenler arası aracılık ilişkilerinin sınanmasında ise yapısal eşitlik modellenmesi (YEM) tercih edilmiştir. Bu bağlamda, AMOS 24.0 programı aracılığıyla gerçekleştirilen analizlerde, değişkenler arasındaki doğrudan ve dolaylı etkilerin daha kapsamlı ve bütüncül bir yaklaşımla ortaya konulması amaçlanmıştır.

Uygulamalı ve toplumsal açıdan değerlendirildiğinde ise araştırma bulgularının, okul psikolojik danışmanları ve aile eğitimcileri için ebeveynlere yönelik “dijital ebeveynlik” ve “sağlıklı teknoloji kullanımı” eğitimlerinde kullanılacak somut ve kanıta dayalı veriler sunması beklenmektedir. Ebeveynlerin çocuklarıyla birlikte oldukları zamanlarda telefon ve dijital cihaz kullanımını sınırlandırmalarının, yalnızca iletişim kalitesini artırmakla kalmayıp, çocukların dijital bağımlılık riskini de azalttığı bu araştırma aracılığıyla bilimsel olarak ortaya konulabilecektir. Ayrıca elde edilecek bulguların, Milli Eğitim Bakanlığı’nın aile katılımı, medya okuryazarlığı ve dijital farkındalık programlarına bilimsel dayanak oluşturması açısından da önemli katkılar sağlayacağı düşünülmektedir.

1.4. Varsayımlar

Araştırmaya katılan öğrencilerin, kendilerine uygulanan testleri içtenlikle ve tarafsız bir şekilde yanıtladığı varsayılmaktadır.

1.5. Sınırlılıklar

Bu araştırma aşağıdaki sınırlılıklara sahiptir:

1. Araştırma, 2024-2025 eğitim-öğretim yılında yalnızca Konya ilinin merkez ilçelerinde (Selçuklu, Meram, Karatay) öğrenim gören 5. ve 6. sınıf öğrencilerinden kolayda örnekleme yöntemiyle seçilen bir örnekleme yürütülmüştür.
2. Çalışmada yalnızca devlet okullarında öğrenim gören öğrenciler yer almış olup özel okul ve farklı okul türlerindeki öğrenciler örnekleme dahil edilmemiştir.
3. Araştırma kesitsel (cross-sectional) tasarımla gerçekleştirilmiştir. Bu nedenle değişkenler arasındaki ilişkilerde nedensellik yönü kesin olarak belirlenmemekte, yalnızca ilişkisel çıkarımlar yapılabilmektedir.
4. Araştırmadan elde edilecek olan veriler Ebeveyn Sosyotelizmi Ölçeği, Dijital Bağımlılık Ölçeği, Kerns Güvenli Bağlama Ölçeği ve araştırmacı tarafından hazırlanan Kişisel Bilgi Formu ile sınırlıdır.

1.6. Tanımlar

Ebeveyn Sosyotelizmi: Anne/babanın çocukları yanlarında iken cep telefonlarıyla ilgilenmeleri ve dikkatlerinin dağılması şeklinde tanımlanmaktadır (Bai vd., 2020; Xie ve Xie, 2020; Zhao vd., 2022).

Dijital Bağımlılık: Dijital bağımlılık terimini, internet bağlantısı gerekip gerekmediğine bakılmaksızın bilgisayarlar, akıllı telefonlar, video oyunları ve filmler gibi herhangi bir dijital medya türüne olan bağımlılığı içeren bir şemsiye terim olarak kullanılmaya başlanmıştır (Christakis, 2019; Karakose vd., 2022).

Bağlanma: Bağlanma, çocuğun güven duyduğu bir kişiyle özel bir ilişki kurması ve stres, korku, hastalık veya yorgunluk gibi zorlayıcı durumlarda bu kişiye yakınlık ihtiyacı hissetmesi ve onunla temas arayışına girmesi olarak tanımlanabilir (Bowlby, 1982b).

BÖLÜM 2

2. ALAN YAZIN

Değişkenlere ilişkin mevcut literatürün sentezi ve konuya dair daha önceki çalışmaların sonuçları burada aktarılmaktadır.

2.1. Sosyotelizm

Teknolojinin son zamanlardaki gelişim ve değişim hızına bakıldığında, internetle birlikte cep telefonlarından akıllı telefonlara evrim geçiren araçların insanlar tarafından vazgeçilmez oluşu ilgi uyandırmaktadır (Topal vd., 2023). Akıllı telefonun taşınabilir ve erişilebilir olma özeliği, her yerde ve her zaman kullanılmasına olanak tanımaktadır (Cha ve Seo, 2018). Bu özelliklerinden dolayı insanla olan ilişkisi farklı bağlamlarda açıklanmaya çalışılmaktadır. Bu bağlam kapsamında akıllı telefonların internete erişimi daha hızlı bir şekilde sağlaması ve uygulamalar sayesinde oyun oynama, sohbet etme, müzik dinleme, araştırma yapma gibi birçok aktiviteyi aynı cihazla yapabilme olanağı, akıllı telefonla ilişkilendirilen bağımlılık örüntüsünü açık bir şekilde ortaya çıkarmış ve olguya ilişkin endişeleri artırmıştır (Kwon vd., 2013). Akıllı telefon bağımlılığı, DSM-5 kriterlerine sahip olmamasına rağmen davranışsal bağımlılıklar içerisinde yer almaktadır (Derevensky vd., 2019).

Akıllı telefonların davranışsal olarak kişileri bağımlı hale getirmesinin sosyal olarak bazı sonuçları da literatürde yeni bir kavramla açıklanmaktadır. Sosyotelizmin İngilizce karşılığı olan Phubbing ilk kez reklam ajansı McCann Group tarafından Mayıs 2012'deki kampanyasında tanıtıldı (Verma vd., 2020). Reklam ajansı McCann Melbourne, bir dizi sözlük bilimciyi, yazarı ve şairi bu davranışı tanımlayacak yeni bir kelime üretmeye davet etti. Terim dünya çapında medya kanallarında yer aldı ve McCann tarafından oluşturulan “Stop Phubbing Campaign”(Sosyotelizm’i Durdurun) kampanyasıyla popüler hale getirildi (Sayiner ve Akbağ, 2023; Uğur ve Koç, 2015; Verma vd., 2020).

Sosyotelizm (phubbing) olarak alanyazına giren bu kavram kişinin sosyal bir ortamda birey(ler)le iletişim halindeyken dikkatini ve algısını akıllı telefona vermesi, telefonuyla ilgilenerek kişilerarası iletişimden uzaklaşması şeklinde tanımlanmaktadır (Karadağ vd., 2016). Kısacası bireyin internet ve akıllı telefonuyla sosyalleşmesi ve somut anlamda iletişim halindeyken sosyal medya hesapları ile ilgilenmesi şeklinde açıklanabilir (Ünalın ve Yıldırım, 2020).

Yurt dışı kaynaklarında “phubbing” olarak yer alan kavram telefon(phone) ile küçümsemek/ yok saymak (snubbing) kelimelerinin birleşimi olarak ortaya çıkmıştır (Verma vd., 2020). Sosyal bir ortamda iletişim halindeyken ‘phubber’, karşısındaki kişiye ‘phubbing’i başlatan bireyi tanımlarken, ‘phubbee’ sosyotelizme maruz bırakılan bireyi ifade etmektedir (Chotpitayasunondh ve Douglas, 2018; Karadağ vd., 2016).

2.2. Sosyotelizmin Boyutları

Literatürde görece yeni bir kavram olarak değerlendirilen sosyotelizm, bireylerin günlük yaşamlarında sıklıkla deneyimledikleri bir olgu hâline gelmiştir. Bu kavram üzerine yapılan çalışmaların büyük bir kısmı, davranışın ortaya çıkış nedenlerini ve yol açtığı sonuçları anlamaya yöneliktir. Söz konusu nedenler ve sonuçların birbirinden bağımsız değil, karşılıklı bir etkileşim içerisinde olduğu vurgulanmaktadır (Kahraman, 2023). Nitekim akıllı telefonların sunduğu; her an ve her yerde internete erişim, bilgisayar işlevlerini küçük bir cihaza sığdırma gibi olanaklar, bu cihazları günlük yaşamın ayrılmaz bir parçası kılmıştır. Bu durum, sosyotelizmin tek boyutlu bir eylemden ziyade, bireyin hem yalnız olduğu anları hem de sosyal ilişkilerini kapsayan çok boyutlu bir yapıya sahip olduğunu göstermektedir.

Karadağ ve diğerleri (2015), bu karmaşık yapıyı telefon takıntısı (phone obsession) ve iletişim bozukluğu (communication disturbance) olmak üzere iki temel boyutta ele almaktadır. Sosyotelizmin ilk boyutunu oluşturan telefon takıntısı, bireyin yüz yüze etkileşimin bulunmadığı anlarda dahi akıllı telefona duyduğu yoğun ve sürekli ihtiyacı temsil etmektedir. Bireyin sabah uyanır uyanmaz sosyal medya bildirimlerini veya mesajlarını kontrol etme arzusu, bu takıntılı bağlılığın en somut yansımasıdır. Ancak bu durum sadece bireysel bir alışkanlıkla sınırlı kalmamakta; bireyin sosyal çevresine dahil olduğu anlarda iletişim bozukluğu boyutuna evrilmektedir. Sosyal bir ortamda, bir arada bulunan kişilerin etkileşim halindeyken dikkatlerini telefonlarına yönelmeleri, o andaki iletişimin kalitesini ve sürekliliğini sekteye uğratmaktadır.

Sosyotelizm yalnızca davranışı uygulayan bireyin deneyimleriyle sınırlı kalmayıp, aynı zamanda bu davranışa maruz kalan kişiler açısından da karmaşık süreçleri beraberinde getirmektedir. Chotpitayasunondh ve Douglas (2018), kavramı hem uygulayan hem de maruz kalan bireylerin perspektifinden ele alarak olgunun ilişkisel boyutunu derinleştirmişlerdir. Bu bağlamda sosyotelizm, sadece teknik bir cihaz kullanımı değil, tarafların psikolojik durumlarının ve sosyal algılarının karşılıklı olarak şekillendiği dinamik bir etkileşim süreci olarak değerlendirilmektedir.

Sosyotelist bireyin perspektifinden bakıldığında, sürecin temelinde genellikle nomofobi olarak adlandırılan, cihazdan uzak kalma korkusu yatmaktadır (Chotpitayasunondh ve Douglas, 2018). Bu teknolojik bağıllık, bireyin genel iyi oluş haliyle de yakından ilişkilidir; nitekim Bakır ve Dilmaç (2023) tarafından yapılan araştırma, üniversite öğrencilerinin sosyotelizm davranışları ile depresyon, anksiyete ve stres düzeyleri arasında pozitif ve anlamlı bir ilişki olduğunu, ruh sağlığı göstergelerinin bu davranışı yaklaşık %19 oranında açıkladığını ortaya koymaktadır. Bireyin telefonuna ulaşamadığında hissettiği yoğun endişe hali, zamanla bir kendini yalnızlaştırma stratejisine dönüşebilmektedir. Bazı bireyler için akıllı telefonlar; sosyal ortamlardaki huzursuzluktan, stresten veya ilgisiz kalınan konuşmalardan kaçış sağlayan bir "güvenli alan" işlevi görmektedir. Ancak bu durum, bireyin sosyal çevresi tarafından içe dönük, yalnız ve iletişim becerileri zayıf biri olarak algılanmasına neden olabilmektedir (Bakır ve Dilmaç, 2023).

Sosyotelizme maruz kalan bireyler açısından ise deneyim, daha çok öznel bir algı ve duygusal bir ihmal üzerinden şekillenmektedir. Maruz kalan kişi, ilk aşamada algılanan normlar çerçevesinde karşısındakinin ilgisinin sanal ortamda olduğunun bilincine varır. Bu farkındalık, kısa sürede yerini bir görmezden gelinme hissine bırakmaktadır. Birey, karşısındakinin telefonla ilgilenmesini kendi sohbetinin "sıkıcılığına" bağlayarak kendini değersiz ve önemsiz hissedebilir (Chotpitayasunondh ve Douglas, 2018). Bu noktada Bakır ve Dilmaç (2023), sosyal ortamlarda bu davranışa maruz kalanların yoğun bir öfke hissettiklerini ve bu durumun onların mental sağlıklarını doğrudan olumsuz etkilediğini vurgulamaktadır. Söz konusu duygusal yük, nihayetinde kişilerarası çatışma boyutunda kendini gösterir. Maruz kalan kişi iletişim kurma noktasında ısrarcı olsa da, beklediği karşılığı alamadığında duyduğu öfke ve hayal kırıklığı taraflar arasında ciddi bir gerilime neden olabilmektedir (Chotpitayasunondh ve Douglas, 2018).

Sonuç olarak literatürdeki bu yaklaşımlar, sosyotelizmin hem uygulayan hem de maruz kalan açısından asimetrik bir etkileşim yarattığını ortaya koymaktadır. Karadağ ve diğerlerinin (2015) sunduğu "telefon takıntısı" ve "iletişim bozukluğu" gibi temel çerçeveler ile Chotpitayasunondh ve Douglas'ın (2018) ayrıntılı analizleri, güncel ampirik bulgularla birleştiğinde; sosyotelizmin yalnızca bireysel bir davranış bozukluğu değil, bireylerin ruh sağlığını karşılıklı olarak sarsan çok boyutlu bir olgu olduğu anlaşılmaktadır (Kahraman, 2023; Bakır ve Dilmaç, 2023).

2.3. Sosyotelizm ve Bağımlılık Boyutu

Karadağ ve diğerleri (2016) sosyotelizmin birçok bağımlılık türüyle kesiştiğini ve bunun da çok boyutluluğu beraberinde getirdiğini belirtmektedirler. Bu boyutları; akıllı telefon, internet, sosyal medya, oyun ve uygulama bağımlılığı olarak beş başlık altında açıklamışlardır.

2.3.1. İnternet ve Akıllı Telefon Bağımlılığı

Akıllı telefonlar özellikle üniversite öğrencileri tarafından yaygın bir kullanıma sahiptir ve genellikle yapılan araştırmaların bu örneklem grubu ile çalışıldığı görülmektedir (Baskan vd., 2023; Geçgel, 2020; Haug vd., 2015; Kumcağız vd., 2020; Kuyucu, 2017; Topal vd., 2023). Yapılan araştırmada gençlerin telefonlarını daha çok sosyal ağlara girmek ve boş zamanlarında internette gezinme için kullandıkları görülmüştür (Haug vd., 2015; Kumcağız vd., 2020). Akıllı telefonların kullanım amaçlarının ve sıklığının normal sınırları aşması ile bağımlılığın ve problemliliği akıllı telefon kullanımının ortaya çıktığı söylenebilir (Ceyhan, 2011; Sayner, 2022). Bu bağımlılık sadece bizim ülkemizde değil dünya çapında da artarak devam etmektedir (Olson vd., 2022). Akıllı telefon bağımlılığı, kişilerin sosyal hayattaki iletişim becerilerini (Levent, 2020) negatif yönde etkilemekte ve sosyal izolasyon riskini artırmaktadır (Jeon vd., 2023; Zeng vd., 2022). Bu bağımlılık türünün insanlar üzerinde sosyal olumsuzlukları olduğu kadar psikolojik etkileri de vardır. Akıllı telefon bağımlılığın özellikle depresyon (Sağar vd., 2024), anksiyete (Boumosleh ve Jaalouk, 2017), uyku kalitesi (Sanusi vd., 2022) ve yalnızlık (Wang vd., 2024) ile çalışıldığı araştırmalar ve sonuçları dikkat çekmektedir (Demirci vd., 2015). İnsanları psikolojik ve sosyal açıdan bu denli olumsuz etkilemesi bu bağımlılığın göz ardı edilemeyecek derecede önemli olduğunu göstermektedir.

Sosyotelizm davranışının temel anlamda yordayıcısı akıllı telefon bağımlılığıdır. Çünkü sosyotelizm davranışını ortaya çıkaran başlıca ana kaynak akıllı telefonlardır. Üstelik iki bağımlılık türü de aynı özellikleri göstermektedir. Yapılan araştırma bulgularına göre de internet bağımlılığı, sosyotelizm ve akıllı telefon bağımlılığı kavramları birbirleri üzerinde doğrudan ve dolaylı etkiye sahiptir ve bu ilişki iç içe geçmiş bir örüntü göstermektedir (Akgül, 2023). Yapılan benzer çalışmalarda da sosyotelizm ile akıllı telefon bağımlılığı arasında pozitif yönlü ilişki bulunmuştur (Ahmed vd., 2023; Bajwa vd., 2023). Bu sonuçlar ışında sosyotelizme kaynaklık eden bir bağımlılık türünün daha iç içe geçmiş olduğunu göstermektedir (Karadağ vd., 2016).

Bununla birlikte, literatürdeki bulguların önemli metodolojik sınırlılıkları da bulunmaktadır. Öncelikle, araştırmaların çoğunun üniversite öğrencileri örneklemiyle

yürütülmesi (Baskan vd., 2023; Haug vd., 2015) elde edilen sonuçların tüm topluma genellenebilirliğini sınırlamaktadır. Üniversite öğrencilerinin teknoloji kullanım alışkanlıkları, diğer yaş gruplarından farklılık gösterebilir ve bu durum bulguların çeşitliliğini azaltabilir. Ayrıca sosyotelizm ve akıllı telefon bağımlılığına ilişkin çalışmaların büyük kısmı kendi bildirimine dayalı anketlerle gerçekleştirilmiştir. Öznel yanıtların kullanılması, katılımcıların gerçek davranışları yerine algılarını yansıtmaya yol açabilmekte ve elde edilen verilerin güvenilirliğini etkileyebilmektedir. Dolayısıyla, mevcut literatür değerli bulgular sunmakla birlikte, farklı yaş gruplarıyla yapılacak çalışmalar ve davranışsal ölçümlere dayalı araştırmalar, konunun daha sağlam ve genellenebilir biçimde anlaşılmasına katkı sağlayacaktır.

2.3.2. Sosyal Medya Bağımlılığı

İnsanların başlangıçta sadece bilgisayarlar ile takip ettiği sosyal platformlar, akıllı telefon ve teknolojik cihazların kullanıcı sayısının artmasıyla birlikte yaygın kullanım düzeyine ulaştı (Uyar ve Özen, 2023). Sosyal medya bağımlılığı; bireyin genellikle sosyal medya platformlarıyla çok meşgul olmasını, bu platformdaki paylaşımlar hakkında endişeli olmasını, uygulamalara kontrol edilemeyen bir giriş yapma ve sosyal medya kullanma isteği duymasını ifade eder (Andreassen ve Pallesen, 2013). İnsanların sanal ortamda sosyalleşmesine de imkan veren bu sosyal platformları yüz yüze gerçekleşen kişilerarası iletişimi de bozucu bir etkiye sahip olabilmektedir. Ergenler arasında yapılan bir çalışma akranlar arasında yaşanan sosyotelizminin sosyal medya bağımlılığıyla pozitif yönde ilişkisi olduğu sonucuna ulaşılmıştır (Xu vd., 2022). Sosyal medya bağımlılığı ve sosyotelizmin aracılık rolünün incelendiği bir çalışmada romantik ilişkilerde psikolojik ihtiyaçların giderilmesinin ilişki doyumunu etkilediği, bu ilişkide bu iki kavramın aracılık rolünün olduğu tespit edilmiştir (Karaman, 2023). Instagram uygulamasını çok fazla kullanan kişilerin sosyotelizm puanları yüksek bulunmuştur (Balta vd., 2020; Santos vd., 2023). Buradan hareketle sosyotelizm ile sosyal medya bağımlılığının birbirini besleyen iki kavram olabileceği söylenebilir. Literatürde de sosyotelizm ile sosyal medyanın birlikte çalışıldığı birçok çalışma mevcuttur (Chi vd., 2022; Ergün vd., 2023; Mert, 2023; Talan vd., 2024; Tanhan vd., 2024).

2.3.3. Dijital Oyun ve Uygulama Bağımlılığı

Akıllı telefonların küçük birer bilgisayar görevi yapmaları, kişilerin birçok uygulamaya hemen hemen her yerde ulaşım imkanı vermektedir. Dijital oyunlar da bu imkan dahilinde artık bilgisayar başında değil akıllı telefonun olduğu her yerde oynanabilir duruma gelmiştir. Toplumdan her kesimin ama özellikle ergenlerin can sıkıntısını giderme ve oyun oynarken

yaşanılan olumlu hislerin verdiği tatmin duygusu telefonlar üzerinden oynanan oyunları daha fazla oynama istediği oluşturmaktadır (Balcı ve Tezer, 2024). Bu daha fazla oynama istediği ise davranışsal bağımlılık kapsamında değerlendirilmektedir (Derevensky vd., 2019). Kişiyi günlük hayatın sorun ve stresinden uzaklaştırarak zihinsel bir rahatlama sağlaması, kişinin seviyesine göre oyunun şekil alabilmesi ve küçük ilerlemelerde bile ödüllendirmesi oyunlara yönelik bağımlılık riskini artırmaktadır (Karadağ vd., 2016). Yapılan çalışma dijital oyunların düşük sosyal ve iletişim becerilerine sahip bireyler için önemli bir kaçış alanı olduğunu düşündürmektedir (Erdogan, 2023). Ayrıca dışadönük ve uyumlu ergenlerin dijital oyun bağımlılığı puanları daha düşük bulunmuştur (Vollmer vd., 2014). Kişilerin telefonlarıyla oyun oynamaya ayırdıkları süre tahmin edilebilir bir sonuç olarak kişilerarası iletişimde problem oluşturma olasılığını ortaya çıkardığı görülmektedir. Sosyotelizm ile dijital oyun bağımlılığı ilişkisine yönelik yapılan bir çalışmada dijital oyun bağımlılığının sosyotelizm üzerinde olumlu bir etkisinin olduğu tespit edilmiştir. Ayrıca günlük oyun oynama süresi bu ilişkide düzenleyici bir role sahiptir (Göker ve Tekedere, 2022).

Uygulamalar internet, sosyal medya ve oyun dışında kalan birçok fonksiyonu daha telefonlarla erişime sunmaktadır. Örneğin uygulamalar sayesinde anlık yurtda ve dünyadaki son dakika haberlerini, borsadaki hareketliliği takip edebilmekte ve anlık olarak sadece internet erişimi ile sesli ve görüntülü iletişim sağlanabilmekte ve bu imkanlara çok kolay bir şekilde ulaşılabilir olması yeni bir bağımlılık çeşidi ortaya çıkarmaktadır (Karadağ vd., 2016). Whatsapp gibi sınırsız mesaj ve görüntülü konuşma imkanı sunan uygulamalar kişilerin yaşamlarını olumlu ve olumsuz yönde etkilemektedir. Yapılan bir araştırma Whatsapp uygulamasının bir ikilem yarattığını, kullanışlı bir iletişim uygulaması olması yanında dikkat dağıtıcı ve istenmeyen mesajlara maruz bırakması unsurlarını barındırdığını ifade etmektedir (Ahad ve Lim, 2014). İnsanların sürekli uygulamalar yoluyla iletişimde olması sürekli olarak da günlük hayatında bildirim almasına neden olmaktadır. Bu durum günlük hayatta iletişimde iken sohbetin bölünmesine ve dikkatin dağılmasına doğal olarak neden olabilir. Kısaca telefon uygulamalarının kişinin haz alma hissini harekete geçirerek bağımlılığa yol açma riskleri yüksektir (Karadağ vd., 2016).

2.4. Sosyotelizmin Türleri ve Yapılan Araştırmalar

İnsanlar sosyal varlıklardır ve hayatları boyunca birçok role sahip oldukları için farklı ortamlarda bulunurlar. Sosyotelizm davranışının gerçekleştiği farklı mekan ve ortamlara göre türlere ayırmak ve incelemek mümkündür.

2.4.1. Partner Sosyotelizmi ile İlgili Araştırmalar

Çiftler arasındaki romantik ilişkiyi etkileyen faktörler, araştırmacılar tarafından birçok yönden araştırılan konulardan biri olmuştur (Barutçu-Yıldırım vd., 2021; Gazioğlu vd., 2022; Öktem, 2023; Soyer ve Sünbül, 2023). Teknolojik araçların hayatlarımıza aktif olarak dahil olmasıyla çiftlerin teknolojiyi kullanım tarzları ve tutumları da bu ilişkiyi etkileyen önemli bir etken haline gelmiştir (Parmaksız, 2022). Farklı yeni teknolojiler olarak adlandırılan akıllı telefonların, çevrimiçi sosyal ağların ve video oyunlarının kullanımının düşük kaliteli romantik ilişkiler ve cinsel yaşam ile ilişkilendirilmiştir (Fuzeiro, 2021). Bu yeni teknolojik gelişmelerle birlikte çiftler arasındaki romantik ilişkiyi etkileyen yeni bir kavram daha literatüre girmiştir. Partner sosyotelizmi olarak alanyazında yerini alan kavram, çiftlerin yan yana iken partnerlerden birinin telefonu ile ilgilenmesi ve dikkatinin dağılması şeklinde tanımlanmaktadır (Roberts ve David, 2016). Yapılan bir çalışma insanların daha yakın olduğu eş, arkadaş ve akrabalarına kendilerine uzak hissettiği kişilere göre daha fazla sosyotelizm yaptıklarını ortaya koydu (Al-Saggaf ve MacCulloch, 2018). Yapılan çalışmalar partner sosyotelizmin düşük evlilik ve ilişki doyumu (Khodabakhsh ve Ong, 2021; Roberts ve David, 2016, 2016; Wang ve Zhao, 2023; Yam, 2023) neden olduğunu ortaya koymaktadır. Partner sosyotelizmine maruz kalan kişilerin karşı tarafa verdikleri tepkiler görmezden gelme, misilleme, merak ve kırgınlık gibi ilişkiyi yıpratıcı davranış ve duygular olması bu sonucu desteklemektedir (Thomas vd., 2022). Ayrıca sosyotelize maruz kalan kişinin bu davranış karşısında kafasında oluşan belirsizlik ve kaygı durumunun artmasıyla birlikte kendini rahatlatmak için sosyotelist partnerini dijital olarak gözetlemeye ve takip etmeye başvurabilir (Schokkenbroek vd., 2022). Bu da maalesef ilişkideki temel güven duygusunu sarsıcı bir durum olarak karşımıza çıkabilir. Bir kişinin bağlanma stiline de partner sosyotelizminin neden olduğu çatışma ilişkisinde düzenleyici rolünün olduğu bulgusuna ulaşılmıştır. Kaygılı bağlanma stiline sahip olanlar, daha az kaygılı bağlanma stiline sahip olanlara göre daha yüksek düzeyde sosyotelizm kaynaklı çatışma yaşadıklarını bildirmişlerdir (Roberts ve David, 2016).

Partner sosyotelizminin evrensel bir fenomen olduğuna dair bulgular olmakla birlikte, bu davranışın farklı kültürel bağlamlarda farklı sonuçlar doğurabileceği de görülmektedir. Örneğin, Türkiye’de yapılan bir çalışmada çiftler arasında sosyotelizmin yaygın biçimde gerçekleştiği, ancak bu davranışın ilişki memnuniyetini olumsuz yönde etkilemediği bulunmuştur (Çizmecci, 2017). Bu bulgu, kültürel faktörlerin sosyotelizm üzerindeki etkisini gündeme getirmektedir. Türk toplumunda akıllı telefon kullanımının günlük yaşamın önemli bir parçası hâline gelmesi, sosyal ilişkilerde teknolojinin varlığının daha olağan kabul

edilmesine yol açmış olabilir. Ayrıca, toplumsal normlar ve bireylerin teknolojiyle olan yakın ilişkisi, çiftlerin sosyotelizm davranışını bir tehditten ziyade sıradan bir etkileşim biçimi olarak algılamasına neden olmuş olabilir. Dolayısıyla, Türkiye’deki bulgular, sosyotelizmin evrensel bir olgu olmakla birlikte kültürel bağlama göre farklı anlamlar taşıyabileceğini göstermektedir.

Türkiye’de üniversite öğrencileri üzerinde yapılan bir başka araştırmada ise partner sosyotelizmi ile ilişki kalitesi arasındaki ilişkide yetişkin bağlanmanın düzenleyici rolü incelenmiş, yalnızca erkek katılımcılarda kaçınma boyutu puanı yüksek olduğunda anlamlı sonuçlar elde edilmiştir (Topal vd., 2021). Bu bulgu da kültürel ve toplumsal cinsiyet bağlamının, sosyotelizmin ilişkilere yansımaları etkileyebileceğini düşündürmektedir. Sonuç olarak, partner sosyotelizmi farklı kültürel bağlamlarda farklı şekillerde algılanabilen ve ilişki doyumuna farklı düzeylerde yansıyan çok boyutlu bir olgudur. Bu nedenle, ilerleyen çalışmalarda yalnızca davranışın bireysel ve ilişkisel sonuçlarına değil, aynı zamanda kültürel faktörlerin bu davranışı nasıl şekillendirdiğine odaklanılması, literatürün kapsamını genişletecek ve daha bütüncül bir bakış açısı sağlayacaktır.

2.4.2. Yönetici Sosyotelizmi ile İlgili Araştırmalar

Sosyotelizm akıllı telefonlarımızın olduğu her yerde karşımıza çıkabilmektedir. İnsanlar iş yerlerinde de yine birçok işini telefonuyla halledebilmekte fakat bu durumda bazı olumsuzluklara yol açabileceği görülmektedir. Yönetici sosyotelizmi olarak karşımıza çıkan bu kavram iş yerlerinde yöneticilerin astları yanlarındaiken telefonuyla ilgilenmesi ve dikkatini telefonuna vermesi şeklinde tanımlanmaktadır. Eğer çalışan yöneticisi ile iletişim kurmak için çabılıyor fakat yönetici telefonuyla ilgilenmekten çalışanına karşılık vermiyorsa bu durum aralarındaki ilişkiyi zedeleyebilir (Roberts ve David, 2017). Yöneticilerinin astlarına uyguladıkları sosyotelizm davranışı yöneticiye duyulan güven duygusunu olumsuz yönde etkilemektedir (Altıkulaç, 2022; Erdem ve Özdemir, 2021; Roberts ve David, 2017, 2020). Güven ilişkisi kurulamadığında işten alınan verim ve kalite de bu durumdan etkilenebilir. Yapılan çalışmalar yönetici sosyotelizminin görüldüğü iş yerlerinde çalışanların iş performansının ve verimliliklerinin düşük olduğu sonucunu ortaya koymuştur (Roberts ve David, 2017; Yurtseven ve Duman, 2021; Zhen vd., 2022). Ayrıca astların yaptıkları işleri yöneticiler tarafından takdir edilmez ve/veya küçümsenirse veya bunun yerine cep telefonlarını kullanmaya odaklanan yöneticileri tarafından görmezden gelinirse, çalışanlar işlerini daha az anlamlı olarak algılayacaklardır. İş anlamlılığı olarak adlandırılan bu durum yapılan işe daha coşkulu bağlanmayı da artırıcı bir güce sahiptir (Khan vd., 2022). Benzer şekilde yönetici

nezaketsizliği olarak da karşımıza çıkan bu durum yönetici sosyotelizmini yordayıcı güce sahiptir. Ayrıca yönetici sosyotelizminin sosyal dışlanmayı da tahmin edebildiği bulgular arasındadır (Erdem ve zdemir, 2021). Sosyotelizme maruz kalan işgörenler bu davranışa tepki olarak kendilerini savunma amaçlı, seslilik davranışı gösterme eğiliminde olabileceği söylenebilir (Altıkulaç, 2022).

Sosyotelizm davranışı bulaşıcı bir özelliğe sahiptir. Bu özelliği nedeniyle sosyal olarak kabul edilebilir bir norm haline geldiği iddia edilmektedir (Chotpitayasunondh ve Douglas, 2016). Yapılan bir çalışmada patronların sosyotelist davranışlarının çalışanların sosyotelist davranışlarıyla da pozitif ilişkili olduğunu bulmuştur. Özellikle astlar için rol model konumda olan yöneticilerin yapmış olduğu sosyotelizm astlar tarafından daha kolay norm olarak kabul edilecek ve benimsenecektir (Khan vd., 2022).

2.4.3. Arkadaş Sosyotelizmi ile İlgili Araştırmalar

İnsanlar çoğu zaman arkadaşları ile sohbet edebilmek, fikir alışverişinde bulunmak, keyifli zaman geçirmek ve sosyalleşebilmek gibi psikolojik ihtiyaçlarını doyrabilmek için yan yana gelirler. Akılı telefonların yaşamımıza girmesi ile birlikte arkadaşlık ilişkilerinde ve düzeninde de geçmişle kıyaslandığında bazı farklılıklar olduğu görülmektedir. Literatür incelendiğinde araştırmacıların genellikle arkadaş sosyotelizminin yordayıcıları üzerinde araştırmalar yürüttükleri görülmektedir. Bireylerin telefonlarına aşırı bağımlı olduklarında ve daha zayıf öz kontrole sahip olduklarında arkadaşlarına yönelik sosyotelist davranma eğiliminde oldukları sonucuna ulaşılmıştır. Ayrıca sosyotelizmi kabul edilebilir bir sosyal norm olarak gören, teknolojiye aşırı maruz kalan ve sürekli bildirim alan kişilerin de arkadaş sosyotelizmini gösterme eğiliminde oldukları da sonuçlar arasındadır (Sun ve Yoon, 2023). Yapılan bir diğer araştırma ise daha yüksek depresyon, sosyal kaygı ve nevroitiklik seviyelerine sahip olanların daha fazla arkadaş sosyotelizmi yaptığı ile önemli ölçüde ilişkili olduğunu ifade etmektedir (Sun ve Samp, 2022). Yalnızlığın problemlili akıllı telefon kullanımı üzerindeki etkisi ile birlikte arkadaş sosyotelizmi ile pozitif bir ilişki ortaya koyarken kişilerin yaşam menuniyetini olumsuz yönde etkilediği sonucu bulunmuştur (Sun ve Wong, 2024). Arkadaşlar arasındaki iletişimi olumsuz yönde etkileyen bu faktör insanların hayata karşı bakışlarını da olumsuz yönde etkileyecek potansiyele sahip olabilir. Arkadaş sosyotelizminin kişilerin arkadaşlık memnuniyetini ve bağlılığını dolaylı olarak negatif yönde etkilemektedir (Sun ve Yoon, 2023). Sosyotelizme maruz kalan kişilerin ise genellikle bu durumu görmezden geldiklerini ve bu durum üzerinden yaptıkları yorumları genellikle karşıdaki kişinin telefonuyla

ne yaptığı ve kiminle iletişim kurduğuna göre değişmektedir. Örneğin kişi ailesiyle, partneriyle önemli bir konuşma yapıyor ise bu durum karşısında daha olumlu yaklaşıklarını ifade etmişlerdir (Kelly vd., 2019).

2.4.4. Akademik Hayatta Karşılaşılan Sosyotelizm ile Yapılan Araştırmalar

Sınıflarda devrim niteliğinde teknolojik gelişmelerin yaşandığı ve eğitim ortamında öğrenme sürecini kolaylaştırmak için bu teknolojiden faydalandığı görülmektedir. Fakat bu teknolojik imkanlar arasındaki yer alan akıllı telefon kullanımının dikkat dağıtıcı bir unsur olarak ortaya çıktığı görülmektedir. Ders sırasında akıllı telefon kullanımının ‘sınıf sosyotelizmi’ adını aldığı görülmektedir (Nazir, 2020). Günümüz dijital çağında akıllı telefonlar üniversiteli öğrenciler arasında günlük yaşamlarında yaygın olarak kullanılmaktadır (Elemo ve Hamed, 2023). Akıllı telefon kullanımının akademik sınırlar içerisinde kullanımının kolaylaştırıcı etkisinin yanında bazı sonuçları da olabilmektedir. Farklı ülkelerdeki üniversiteli öğrenciler arasında yapılan çalışmalar öğrenciler arasında sosyotelizmin yaygın olarak görüldüğü sonucuna ulaşmıştır (Barbed-Castrejón vd., 2024; Elemo ve Hamed, 2023; Purwar vd., 2023). Öğrencilerin sürekli ellerinin altında bulunan bu akıllı telefonları okul sınırları içine dahil edilmesi beklenen bir sonuç olarak karşımıza çıkmaktadır. Telefonlarının sınıftaki varlığının ortaya çıkma süreci ilk zamanlar sinir bozucu bir telefon melodisiyle bütün öğrencilerin dikkatini dağıtarak çalan telefonun kime ait olduğunu görmek isteyen bakışlarla başladı. Daha sonra mesaj bildirim sesleriyle devam eden süreç en son geldiği nokta uygulamaların birbirinden farklı işlevleriyle kendini göstermiştir. Bu dikkat dağıtıcı özellikler öğretmenler için de zorlayıcı olmaktadır (Uğur ve Koç, 2015). Yapılan çalışmalar sosyotelizmin akademik ortamlarda yaygın olduğunu göstermiştir (Abramova vd., 2017; Medina-Morales ve Villalón-Hernández, 2023). Bu davranışın öğrenme ve öğretme sürecini etkilemesi beklenen muhtemel bir sonuçtur. Yapılan araştırma ders sırasında telefona göz atma, ekrana bakma, mesajlaşma ve oyun oynama gibi dersle ilgisi olmayan etkinliklerin ders süresinin neredeyse üçte birini aldığını ve bunun sonucunda görülen sosyotelizm davranışının öğrencilerin dikkat ve öğrenme süreçlerini olumsuz yönde etkilediği sonucuna ulaşılmıştır (Abramova vd., 2017). Yine Meksika’da yapılan bir çalışma üniversite öğrencilerin %54’ünün sınıf içerisinde akıllı telefonlarını kontrol ettiklerini ifade ediyorlar ki bu da öğretmenlerin sadece %46’sının sosyotelize uğramadığı sonucunu doğurmaktadır (Medina-Morales ve Villalón-Hernández, 2023). Türkiye’de yapılan bir araştırma da ise öğrencilerin %95’i sınıf içerisinde sosyotelizm davranışında bulduklarını ayrıca başkaları tarafından yapılan sosyotelizmi de fark ettiklerini

ifade etmişlerdir. Bu davranışın kendi öğrenme süreçlerinde olumsuz etkisinin olduğunun da farkında olduklarını belirtmişlerdir (Uğur ve Koç, 2015).

2.4.5. Ebeveynlik Sosyotelizmi ile Yapılan Araştırmalar

Teknoloji artık aile sistemine dahil olmuş durumda ve aile içi iletişim kalıplarına etkisi ise yüz yüze iletişimi azaltarak aile üyelerinin izole yaşamaları şeklinde karşımıza çıkmaktadır (Tadpatrikar vd., 2021). Dijital teknolojinin aile yaşamına dahil olması ile birlikte yeni 'birlikte olma' dinamikleri ortaya çıkmıştır (Barbuta vd., 2023). Yine teknolojideki gelişmelerle iş yeri ve ev arasındaki çizgi belirsizleşmeye başlamış, aile refahını olumsuz yönde etkilemiştir (Shi vd., 2023). Gerek iş gerekse boş zamanlarını değerlendirebilmek için insanlar evde geçirdikleri zamanın çoğunu telefon, tablet gibi teknolojik araçlarla geçirebilmektedir. Bunun ebeveyn ve çocuklar üzerinde ayrı ayrı etkileri olabilmektedir. Araştırmanın konusu olan ebeveyn sosyotelizmi bu etki üzerine ortaya çıkmış ve anne/babanın çocukları yanlarında iken cep telefonlarıyla ilgilenmeleri ve dikkatlerinin dağılması şeklinde tanımlanmaktadır (Bai vd., 2020; Xie ve Xie, 2020; Zhao vd., 2022). Ebeveynler ergen çocukları ile etkileşimlerini teknolojinin bölmesine izin veriyor ise ergenler kendilerini değersiz ve ihmal edilmiş hissedebilir bu da davranışsal ve zihinsel sağlıklarını etkileme gücüne sahiptir (Dixon, 2023).

Sosyotelizm davranışının sosyal reddedilmenin yeni bir versiyonu olduğu öne sürülüyor. Ebeveynlerin çocuklarına yapmış olduğu sosyotelizm çocukların kendilerine dair temel öz değerlendirmelerini daha düşük düzeyde kalmasına neden olabilmektedir (Shi vd., 2023). Bu davranışının ergenlerde görülen bazı bağımlılıklarla da ilişkili olduğunu ortaya koyan çalışmalar mevcuttur. Ebeveyn sosyotelizminin ergenler ve çocuklarda akıllı telefon (Campbell, 2003; Chen vd., 2023; Liu vd., 2019; Ma vd., 2024; ZH Mi vd., 2023; Niu vd., 2020; Tang vd., 2024; Zhang vd., 2021), sanal oyun (Shen vd., 2023; Zhou vd., 2022) ve sosyal medya (Dong vd., 2023) bağımlılıkları ile pozitif ilişkili olduğunu ve bu bağımlılıkları yordadığı sonuçlarına ulaşılmıştır.

Cep telefonları günlük yaşamda bizlere birçok kolaylık sağlasa da ebeveynler cep telefonlarını kullanırken ebeveyn-çocuk etkileşimi sırasında sosyotelizmin çocuklar üzerinde davranışsal, duygusal ve bilişsel uyumları dahil olmak üzere uzun vadede olumsuz bir etkiye sahip olacağının farkında olmalıdırlar (Zhang vd., 2021). Ebeveyn sosyotelizminin ergenlerin dışarıya açılan yüzünü oluşturan olumlu sosyal davranışlarını baltaladığı ifade edilmektedir (Xu ve Xie, 2023). Olumlu davranışlar yerine kişilerarası ilişkileri yıpratıcı davranışlar geliştirilebilmektedirler. Ebeveyn sosyotelizminin çocuk ve ergenlerin öfkelerini ifade etme

şekilleri üzerinde etkisi olduğunu gösteren çalışmalar mevcuttur (Yang vd., 2024). Ebeveyn sosyotelizminin çocukların sosyal geri çekilmeleri ve saldırganlık davranışları arasında pozitif bir ilişkisi bulunmuş ve olumlu-olumsuz anne baba davranışları bu ilişkiyi anlamlı düzeyde aracılık etmiştir (X. Wang vd., 2022). Bu bulguyu destekler nitelikte ebeveynleri tarafından sosyotelizme uğrayan ergenlerin reddedilme duyarlılıklarının daha yüksek olma olasılığı saldırganca davranmalarını tetiklemektedir (Zhao vd., 2023). Ebeveyn sosyotelizminin ergenlerin çevrimiçi davranışlar üzerindeki etkisi ise karşımıza siber zorbalık olarak çıkmaktadır. Ebeveynleri tarafından sosyotelizme maruz kalmış ergen ve gençlerin sanal ortamlarda daha fazla siber zorbalık yaptıkları (Bai vd., 2020) ve siber mağduriyete maruz kaldıkları görülmektedir (Elboj-Saso vd., 2024; Jiang vd., 2024).

Ebeveyn-çocuk arasında gerçekleşen sosyotelizmin akademik hayata da yansımaları mevcuttur. Ebeveynlerin çocuklarının öğrenme sürecine katılımında sürekli telefonuyla ilgilenmesi çocuklarda olumsuz duygular oluşturabilmekte ve bu da çocukların akademik katılımlarını zayıflatmaktadır (Hu vd., 2023). Ebeveyn sosyotelizmi, öğrencilerde görülebilen öğrenmeyle ilgili kalıcı bir olumsuz psikolojik durumu anlatan öğrenme tükenmişliği için risk faktörü oluşturmaktadır (Hu vd., 2023).

Ebeveyn ile çocuk iletişimindeki olumsuz tavır ve tutumlar çocukların psikolojik sağlıkları açısından istenmeyen sonuçlar çıkarabilmektedir. Yapılan çalışma ebeveyn sosyotelizminin, geç çocukluk ve ergenlik dönemindeki öğrencilerin depresyonuyla iki yoldan ilişkisi olduğunu göstermiştir. Birincisi ebeveyn sosyotelizminin ebeveyn sıcaklığını ve ilişki ihtiyacını tatmin etmediği ve bunun sonucunda depresyonun ortaya çıktığı şeklinde bir model sunmuştur. İkinci modelde ebeveyn sosyotelizmi, ebeveyn reddine ve ilişki ihtiyacı tatminsizliğine neden olarak depresyon riskini artırmaktadır (Xie ve Xie, 2020). Diğer çalışmalarda ebeveyn sosyotelizminin ergenlerin ruh sağlığını olumsuz etkileyebilecek depresyon için bir risk faktörü olduğunu destekler sonuçlar ortaya koymuşlardır (Lin vd., 2024; P. Wang vd., 2022; Wang vd., 2020; Xiao ve Zheng, 2022). Çocukların yetiştirilmesinden birinci derecede sorumlu olan ebeveynlerin ortaya koymuş olduğu tutum ve davranışlar karakter ve kişilik gelişiminde önemli bir rol oynayabilmektedir. Türkiye yapılan bir çalışmada ergenlerin ebeveyn sosyotelizmine maruz kalma düzeyleri artıkça özgüvenlerinde azalma olduğu görülmüştür (Gökkaya, 2022). Sosyal-duygusal olarak gelişimde ebeveynlerin varlığı ve katılımı önem arz etmektedir. Ebeveynler telefonlarına odaklandıklarında, çocuklarının duygusal ihtiyaçlarını istemeden görmezden gelebilirler ve bu da kaygı ve depresyon gibi

içselleştirme semptomlarının artmasına yol açabilir. Ayrıca, ebeveynlerin akıllı telefonlara bağımlılığı nedeniyle sınırlı dikkat ve duyarlılık, çocuklarda saldırganlık ve hiperaktivite gibi dışsallaştırma sorunlarına yol açabilir (Zhang vd., 2023).

2.5. Dijital Bağımlılık

Son yirmi yılda istikrarlı bir artış gösteren dijital bağımlılık türleri, COVID-19 pandemisiyle birlikte dramatik bir ivme kazanarak dünya genelinde ciddi bir halk sağlığı sorunu haline gelmiştir. İnternet, oyun, akıllı telefon ve sosyal medya gibi farklı alt dalları kapsayan bu olgu, modern çağın en karmaşık davranışsal problemlerinden biri olarak tanımlanmaktadır. Bu bağımlılık türü, kontrolsüz kullanımıyla bireylerin fiziksel sağlığından ruhsal dengesine ve sosyal refahına kadar pek çok alanda derin bozulmalara yol açabilmektedir (Meng et al., 2022). Bu çalışmanın değişkenlerinden biri olan dijital bağımlılık alt başlıklar halinde derinlemesine incelenmeye çalışılmıştır.

2.5.1. Dijitalleşen Dünya

Dijitalleşen dünyada hayatımızın her alanında ve anında teknolojinin bizlere sunduğu farklı araçlar ile iç içe yaşamaktayız. 21. yüzyıl, teknolojide hızla bir değişimin olduğu, bu değişikliklerin gündelik yaşamın akışında ve rutininde yine hızlı şekilde değişim yarattığı bir yüzyıl olmaktadır (Posos Devrani, 2021). Bu dijitalleşme ile birlikte gelen değişimlerin yansımaları olarak dünya üzerinde diplomasiden eğitime, eğitimden dile kadar birçok alan farklı boyutlar kazanarak değişmiş ve gelişmiştir (Demir, 2024). Bu yansımaların insanlar üzerinde bu denli kapsamlı olmasında dijitalleşme ile birlikte gelen teknoloji ve internet kullanımının yaygınlığından bahsedilebilir. TÜİK 2023 verilerine bakıldığında zaman zaman internet kullanan bireylerin oranı %87,1; internete erişim imkanı olan hane oranı ise %95,5 olarak karşımıza çıkmaktadır. Bu oranların 2012 yılında %47 civarında olması tarihsel olarak internet kullanımının ne denli arttığını gözler önüne sermektedir (TÜİK, 2023). Toplumun her kesiminin dijitalleşmenin getirmiş olduğu yeniliklerle ve alışkanlıklarla karşılaşması olası görülmektedir. Bu süreçte çocukların teknoloji ve internetle zaman geçirme sıklıkları da değişim göstermiştir. İnternet kullanımı, 6-15 yaş grubundaki çocuklar için 2013 yılında %50,8 iken 2021 yılında %82,7 olarak rapor edilmiştir (TÜİK, 2021).

Dijitalleşen dünya ile birlikte toplumlar ve bireyler arasında oluşabilecek yeni bir eşitsizliğin ortaya çıkması mümkün görülmektedir; dijital eşitsizlik. Bu kavram dijitalleşme imkanını ulaşılsa bile dijital araçları ve uygulamaları doğru kullanımına dikkat ederek olası risklerin de farkında olabilmeyi ifade etmektedir (Posos Devrani, 2021). Bu eşitsizliğin

incelendiği iki grup ise dijital yerliler ve dijital göçmenler olarak karşımıza çıkmaktadır(Prensky, 2001). Görüldüğü gibi dijitalleşen dünya insanları kategorilere de ayırabilmektedir. Dijital yerliler teknolojinin içine doğan; bilgisayarların, video oyunlarının ve internetin dijital dilini anadili olarak konuşabilen, bilgiyi daha hızlı alma eğilimine sahip genç jenerasyon olarak tarif edilebilir. Dijital göçmenler ise dijital dünyanın içine doğmamış ama hayatımızın ilerleyen bir noktasında yeni teknolojinin pek çok yönüne hayran kalmış ve onu benimsemiş olan grubu ifade etmektedir (Prensky, 2001).

2.5.2. Dijital Bağlılık/Bağımlılık

Dijital bağlı olma durumu; bireyin gündelik aktivitelerini ve ihtiyaçlarını karşılayabilmek için dijital teknolojiyi kullanmasıdır. Dijitale aktarılan dünya düzeni bireyin sürekli bağlı kalmasını zorunlu hale getirmektedir. Dijital bağımlı olma durumu ise kimyasal olarak değil davranışsal olarak gerçekleşen teknoloji bağımlılığıdır. Bu kişiler genellikle kendisine sanal ortamda bir kimlik oluşturan, internetin olmadığı ve mobil cihazları yanında olmadığında kendisini yalnız,asosyal ve eksik hisseden kişilerdir. Dijital medya günlük hayatımızın ayrılmaz bir parçası haline geldikçe, insanlar onu sosyal ağ oluşturma ve oyun da dahil olmak üzere çeşitli amaçlarla kullanarak önemli miktarda zaman harcıyorlar. Bu tür medyaya aşırı bağımlılık, bazı durumlarda stresten, depresyondan ve diğer gerçek hayattaki sorunlardan kaçış fırsatı olarak görülebilmektedir (Yengin, 2019).

2.5.3. Dijital Bağımlılık Nedir?

Dijital bağımlılık, internet bağlantısı gereksinimi olup olmamasına bakılmaksızın bilgisayarlar, akıllı telefonlar, video oyunları ve filmler gibi dijital medya araçlarına yönelik bağımlılık davranışlarını kapsayan bir şemsiye terim olarak kullanılmaya başlanmıştır (Christakis, 2019; Karakose vd., 2022). Bu çalışmada da söz konusu kavram, farklı dijital araç ve hizmetleri kapsayan üst bir kategori olarak ele alınmıştır.

Araştırma kapsamında dijital bağımlılık, dijital teknolojik imkân ve hizmetlerin aşırı kullanımına bağlı olarak gelişen bir bağımlılık türü olarak tanımlanmaktadır (Khang vd., 2013). Bu noktada dijital bağımlılığın yalnızca belirli bir teknolojiye odaklanmadığı, aksine farklı alt bağımlılık türlerini kapsadığı görülmektedir. Örneğin, internet bağımlılığı, çevrim içi ortamda geçirilen sürenin kontrol edilememesiyle ilişkiliyken; akıllı telefon bağımlılığı, mobil cihazların gündelik yaşamın her alanına sızmasıyla ortaya çıkmaktadır. Benzer şekilde oyun bağımlılığı, dijital oyunların aşırı kullanımını ifade ederken; sosyal medya bağımlılığı, çevrim içi sosyal ağlarda geçirilen zamanın kontrolsüzlüğü ile açıklanmaktadır. Bu alt kategoriler,

birbirinden tamamen ayrı olmaktan çok, sıklıkla kesişen ve birbirini besleyen bağımlılık türleri olarak değerlendirilmektedir.

Nitekim bireyler, bağımlılık oluşturan davranışlarını genellikle tek bir dijital platformla sınırlı tutmamakta, aksine farklı dijital araçlar arasında geçiş yaparak bağımlılık davranışlarını pekiştirmektedirler. Bu durum, dijital bağımlılığı sadece tek boyutlu bir olgu olmaktan çıkarıp, çok boyutlu ve iç içe geçmiş bir bağımlılık örüntüsü hâline getirmektedir. İnsanların kendi kontrol mekanizmalarını zayıflatan ve kişisel gelişimlerine ya da yaşam dengelerine zarar veren dijital içeriklerle aşırı etkileşim içinde olmaları da bu bağımlılık davranışlarının temel özelliği olarak tanımlanmaktadır (Y. Wu vd., 2024). Ayrıca artık yalnızca madde kullanımını içermeyen birçok davranış (örneğin, kumar, video oyunları, cinsel ve fiziksel aktiviteler) bağımlılık potansiyeline sahip görülmekte ve bu bağlamda dijital bağımlılıkla ilişkilendirilebilmektedir.

Sonuç olarak, dijital bağımlılık kavramı tek bir alana indirgenemeyecek kadar geniş kapsamlıdır. İnternet, akıllı telefon, sosyal medya ve oyun bağımlılığı gibi alt türler, bu şemsiyenin farklı yüzlerini temsil etmekte; hem ortak noktalara sahip olmakta hem de özgül özellikleriyle birbirinden ayrılmaktadır. Bu yönüyle dijital bağımlılık, modern toplumlarda bireylerin sosyal, psikolojik ve davranışsal yaşamlarını etkileyen çok katmanlı bir olgu olarak değerlendirilmektedir.

Griffiths (2005)'in yapmış olduğu çalışma tüm bağımlılıkların bir dizi ortak bileşenden oluştuğunu savunmaktadır. Dijital bağımlılık da dahil tüm davranışsal bağımlılıklarda görülen bu bileşenler altı alt başlık altında sunulmuştur:

Belirginlik: Dijital medya kullanımı kişi için hayati bir zorunluluk olarak görülmektedir. Hayatında çok önemli belirgin bir yeri vardır.

Ruh Hali Değişikliği: Kullanıcılar için bir başa çıkma mekanizması olarak kullanıldığını ifade etmektedir.

Tolerans: Aynı etkiyi elde etmek için zaman içinde dijital kullanımın arttırılması durumudur.

Yoksunluk belirtileri: Dijital medyaya istenildiği gibi erişilemediğinde veya bu medyayla etkileşimde bulunulamadığında hoş olmayan davranışların gösterilmesidir.

Çatışma: Dijital kullanımdan kaynaklanan bireyin kişiler arası veya kişisel sorunlar yaşaması durumudur.

Nüksetme: Kullanıcının bir süre uzak kaldıktan sonra hızla eski dijital kullanım alışkanlıklarına geri dönmesi.

Griffiths (2005), dijital bağımlılığı davranışsal bağımlılığın tanı kriterleri ile açıklanabilen (çatışma, hoşgörü, yoksunluk semptomları, belirginlik ve nüksetme) ve teknoloji ile olan ilişkinin kişinin hayatına zarar verme boyutu olarak tanımlamaktadır. Teknolojiyle böyle bir ilişki, kişi üzerinde baskı altına alarak takıntılı, dürtüsel ve aşırı olma ile karakterize edilen bir kullanıma yol açabilir (Cemiloglu vd., 2021). Yine yapılan bu çalışmada teorileri bağımlılığa katkıda bulunan: biyolojik, yatkınlık, öğrenme, karar verme, motivasyon, öz düzenleme, psikososyal ve bağlamsal olmak üzere sekiz faktöre göre gruplandırmışlardır. Dijital platformlarda kullanılan tasarımların ve arayüzlerin, kullanıcıları ikna edici müdahaleler geliştirerek bir sitede daha fazla zaman geçirmelerini, alışveriş yapmalarını, bir oyunu oynamaya devam etmelerini sağladıkları görülmektedir (Cemiloglu vd., 2021; Paay vd., 2020). Karanlık kalıplar olarak adlandırılan bu teknikler, esasen web sitelerinin ve uygulamaların kullanıcıları bir şey satın almak veya bir şeye kaydolmak gibi amaçlamadıkları şeyleri yapmaya zorlamak için kullandıkları hileler haline gelmiştir (Paay vd., 2020). Her durumda, bir aracın bağımlılık yapıcı bir davranışı kolaylaştırabileceğinin farkında olmak, yasal olmasa da ahlaki bir gereklilik olmalıdır. Bu gibi zararlı etkilerin varlığı göz önüne alındığında tütün ve alkol gibi endüstrilerin, kullanımın potansiyel sonuçlarına ilişkin farkındalığı artırmak amacıyla belirli yasalar gereği bir etikete sahip olması zorunlu olmasına rağmen, bağımlılık yaratan yazılımlar için hâlâ aynı kurala sahip olunmadığı görülmektedir. Bu nedenle dijital bağımlılık etiketlerinin oluşturulması ile bu durum için farkındalığın oluşturulması fikri savunulmaktadır (Ali vd., 2015).

Dijital bağımlılığın üzerinde uzlaşmış net bir tanımının bulunmaması, bu durumun sağlık sistemlerinde teşhis edilebilir bir ruh sağlığı sorunu olarak değerlendirilmesini zorlaştırmaktadır. Bu terminolojik belirsizliğe odaklanan Almourad ve diğerleri (2020), yaptıkları kapsamlı literatür taraması ile dijital bağımlılığı iki ana eksenle tanımlamıştır. Bu yaklaşımlardan ilki kullanıcı niyet ve davranışlarından oluşan belirtilere odaklanırken; ikincisi, bu davranışların yol açtığı olumsuz sonuçlar üzerinden bir çerçeve çizmektedir.

Bağımlılığın tek bir nesnel genel geçer tanımının olamayacağı görüşünü savunan bir kesim de mevcuttur. Yapılan araştırma insanların bağımlılığı davranışsal ve bilişsel faktörlere dayalı olarak öznel olarak nasıl algıladıklarını ve tanımladıklarını kültürel bağlamda ortaya çıkarma çalışmıştır. Örneğin Çinli katılımcılar bağımlılığın sosyal imajını ve toplum tarafından kabul edilmesi üzerinde dururken Japon katılımcılar bu davranışının diğer insanlar üzerindeki etkisine daha fazla odaklanmaktadırlar. Batı kökenli katılımcılar ise öznel görüşlerine öncelik verme eğilimindedir. Burada bireyci ve kolektivist kültürler arasındaki farklardan kaynaklı algıların nasıl değiştiğini görebilmekteyiz. Ancak farklı kültürler arasında kategorize edilen eğilimlerde farklılıklar olsa da katılımcılar, pişmanlık dolu duygular yaşamamanın ve bırakma niyetine sahip olmanın bağımlılığın üstesinden gelmeye yardımcı olduğu yönündeki ortak inancı paylaştılar (Wu vd., 2024). Benzer şekilde bir diğer çalışmada da üniversite öğrencilerinin dijital bağımlılığın ne olduğu ve nasıl tanımlanabileceği konusundaki bakış açılarındaki karmaşıklık ve çelişkiler olduğu görülmüş ve dijital cihazları her zaman yanlarında bulduklarını ve kullanmalarının sosyal bir norm haline gelmesinden dolayı dijital bağımlı olduklarının farkında olmadıkları ifade edilmektedir (Turner vd., 2021).

2.6. Dijital Bağımlılığın Psikolojik ve Sosyolojik Etkileri

Dijital bağımlılığın oluşumunda ve etkilerinde insanların psikolojik süreçlerinin aktif rol oynadığı görülmektedir. Özellikle depresyon ve dijital bağımlılığı birlikte ele almış çalışmaların fazlalığı dikkat çekmektedir. Bu konu hakkında yapılan literatür taraması çalışmasında özellikle bu iki konunun 2020 ile 2021 yılları arasında daha fazla çalışıldığı görülmektedir. Bu yıllarda COVID-19'un küresel yaygınlığından kaynaklanmış olabilir. COVID-19 salgını, hem sağlık tehlikeleri hem de karantinalar gibi makroekonomik ihtiyati politikalar nedeniyle yalnızca fiziksel sağlık açısından değil, aynı zamanda psikolojik refah açısından da önemli etkilere sahipti. Sonuç olarak, insanlar yalnızca iş veya eğitim için değil, aynı zamanda sosyalleşmek ve salgının tehditleriyle başa çıkmak için de dijital teknolojilerin kullanımına daha fazla maruz kaldılar (Karakose vd., 2023).

Dijital bağımlılık, özellikle gençler ve öğrenciler arasında psikolojik iyi oluş ve aleksitimi ile ilişkili olarak sıkça incelenmektedir. Çeşitli çalışmalarda, dijital bağımlılık ile ruh sağlığı göstergeleri arasında belirgin bağlantılar gözlemlenmiştir. Örneğin, Gezer (2022) üniversite öğrencilerinde dijital bağımlılık ile psikolojik iyi oluş arasında negatif bir ilişki tespit etmiş, ancak çalışmanın kesitsel tasarımı nedeniyle bu ilişkinin nedensel olup olmadığı belirlenememiştir. Benzer şekilde, Yalçın (2021) genç yetişkinlerde dijital bağımlılık ile

aleksitimi arasında zayıf ama anlamlı pozitif korelasyonlar bulmuş, Ekinci (2021) ise düzenli spor yapan bireylerde dijital bağımlılığın artmasıyla psikolojik iyi oluşun azaldığını gözlemlemiştir; her iki çalışma da ilişkisellik düzeyindedir. Kaya vd.'nin (2023) lise öğrencileri üzerinde yürüttükleri araştırmada, dijital bağımlılık ile iyi oluş arasında sosyodemografik farklılıklar ve kullanım süreleri bağlamında ilişkiler saptanmış, ancak bulgular nedensellik kanıtı sunmamaktadır. Bu çalışmaların ortak değerlendirmesi, dijital bağımlılık ile ruh sağlığı arasındaki ilişkilerin çoğunlukla korelasyonel olduğunu ve nedensel çıkarımların yapılabilmesi için boylamsal veya deneysel tasarımlara ihtiyaç olduğunu göstermektedir. Bu bağlamda, dijital bağımlılığın bireylerin psikolojik iyi oluş ve duygusal farkındalık düzeylerini nasıl etkileyebileceğinin daha net anlaşılması için gelecekte yapılacak çalışmaların metodolojik olarak güçlendirilmesi önem taşımaktadır.

Dijitalleşme süreci eğitim dahil hayatın her alanında kendini göstermektedir. Özellikle gençler arasında yaygın kullanıma sahip dijital araçlar akademik hayatın içinde de öğrencileri etkilemektedir. İnternet ve teknolojinin kullanımı ile birlikte öğrenciler dersleri için önceden hazırlık yapabilmekte, birden fazla ödev ve araştırma yapabilmekte, kendi kendilerine özdisiplin geliştirebilmekte, akran işbirliği içinde akademik çalışmalarla kendilerini geliştirme fırsatları bulabilmektedirler (Apuke ve Iyendo, 2018). Fakat hayatın içinde bu kadar kullanımın artması ve yanlış kullanım ile bağımlılığın gelişmesi de muhtemel görülebilmektedir. Akıllı telefon ve internet bağımlılığı öğrenciler üzerinde hem daha yüksek yüzeysel öğrenme seviyeleri hem de daha düşük derin öğrenme seviyeleriyle ilişkilendirildi (Silva vd., 2018).Yapılan bu çalışmada Tıp fakültesi öğrencileri arasında akıllı telefon ve internet kullanımı neredeyse evrenseldir ve kullanım şekli eğitim aşamasına göre değişiklik göstermektedir; stajyer öğrenciler klinik amaçlı uygulamaları daha fazla tercih ederken, diğer öğrenciler cihazları daha çok sosyal medya ve mesajlaşma için kullanmaktadır. Bu yoğun kullanım, yüzeysel öğrenme ile pozitif, derin öğrenme ile negatif ilişkili bulunmuştur. Yüzeysel öğrenme, öğrencilerin sınıf içi etkinliklere daha az dahil olması ve dikkat dağıtıcı unsurlara maruz kalmasıyla açıklanabilir. Mobil cihazların sunduğu çoklu işlevler, öğrenme sırasında sürekli kesintilere ve dikkatin dağılmasına yol açmakta, bu da bilgilerin yüzeysel işlenmesine neden olmaktadır. Çalışma kesitsel olduğu için nedensel sonuçlar çıkarılamasa da, bulgular akıllı telefon kullanımının öğrenme süreçleriyle ilişkili olduğunu göstermektedir. Eğitimciler, öğrencilerin cihazları daha verimli kullanmalarını sağlamak ve derin öğrenmeyi teşvik edecek stratejiler geliştirmek için önlemler almalıdır.

Yapılan çalışmalar dijital medya ve araçlara olan bağımlılık ile düşük akademik başarı ve uyku bozukluğu arasında pozitif anlamlı bir ilişki olduğunu göstermiştir (Abu-Snieneh vd., 2020; Dresch-Langley ve Hutt, 2022; Tan vd., 2023; Tülübas vd., 2023; Yaman Aktaş vd., 2022). Özellikle yatmadan önce sosyal medya platformlarını kullanma alışkanlığı uyku kalitesinde düşme, gelişmeleri kaçırma korkusuna(FOMO)(Alutaybi vd., 2019), kaygı ve depresyona neden olabilmektedir (Almeida vd., 2023; Das-Friebel vd., 2020; Woods ve Scott, 2016).

Sosyal hayat içerisinde dijital bağımlılığın etkileri üzerinde yapılan çalışmalar incelendiğinde dijital bağımlılık; yüksek sosyal kaygı(Ime vd., 2024), yüksek nomofobi düzeyi(Çobanoğlu vd., 2021), yalnızlık ve sosyal tatminsizlik(Parlak vd., 2023),şiddetli sosyal geri çekilmeyi iade eden modern tip depresyon(MTD)(Orsolini vd., 2022), daha düşük empati ve daha yüksek duyarsızlık(Lee vd., 2022) ile ilişkilendirilmiştir. Ayrıca kişinin hayatında baş etmekte zorlandığı ve düşünmemeye çalıştığı durumlarda zihnini meşgul etmesine yarayan internet uygulamaları ve dijital cihazlar, yaşantısal kaçınma olarak isimlendirilen öz-düzenleme stratejisinin pekişmesine yol açmaktadır. Bu durum kişinin yaşadığı bağımlılığı derinleştirmekte ve çözülmeyen bekleyen sorunları daha büyük problemlere dönüştürmektedir (Kaya ve Balcı, 2023).

2.7. Dijital Bağımlılığın Çocuklar ve Ergenler Üzerindeki Etkileri

Dijital çağ olarak adlandırılan günümüz döneminde dijital araçlara ve uyaranlara ulaşma imkanının kolay olması ve hayatı kolaylaştırması ile birlikte ergenler için vazgeçilmez bir değere sahiptir. Dijitalleşmenin çocuklar ve gençler üzerinde bu kadar etkisi olmasında onlara yönelik sürekli geliştirilen yeni cihazların, eğlenceli ve öğrenmeye yönelik platformların, yazılım ve uygulamaların büyük bir etkisinden bahsedilebilir (Ime vd., 2024). Ergenlerde sıkça görülen çevrimiçi oyun bağımlılığına katkıda bulunan faktörlerin başında duygudurum değişikliği yer almaktadır. Duygudurum değişikliği genellikle kişinin duygularında yeni değişiklikler elde etmeye yönelik çeşitli etkinliklerle uyarılır. Örneğin, bir kullanıcı yalnızlıktan veya sıkıntıdan mutluluk veya heyecan aramak adına çevrimiçi oyunlara katılmayı seçmektedir. Kullanıcı çevrimiçi oyunlar oynayarak gerçek hayattaki sorunlarını unutabilir (Yaacob vd., 2021). Yakın zamanda yaşamış olduğumuz COVID-19 pandemisinin hayatımıza getirmiş olduğu sosyal mesafe, karantina, okulların kapatılması ve ev hapsi gibi önlemler çocuklarda ve ergenlerde görülebilecek sorunlu internet kullanımı ve teknolojiye ilişkin endişeleri artırmıştır (Gupta vd., 2020). Pandemi sırasında fiziksel kısıtlamalar, ergenlerin evde daha fazla zaman geçirmesini zorunlu hale getirdi. Evde çok fazla zaman geçirmenin olumsuz etkilerinden biri

de dijital oyun bağımlılığı riskinin artması olmuştur. Kimlerin bu konuda daha çok risk altında olduğunu tespit etmeye çalışan araştırma sonuçları göre dijital oyun oynamaya altı yaşından önce başlayan, sınırsız ve denetimsiz oynayan, günde 10 saatten fazla oyun oynayan, bilgisayarda dijital oyunlar oynayan ve başka hiçbir aktiviteye katılmayan erkek ergenlerin dijital bağımlılık açısından en riskli grup olduğu bulunmuştur (Kaya ve Pazarcıkcı, 2023). Benzer şekilde pandeminin çocuklar üzerindeki etkilerini araştıran çalışmada çocukların dijital oyun bağımlılıkları ile sosyal-duygusal gelişimleri arasında ilişki bulunmuştur. Bu sonuca göre çocukların dijital oyun bağımlılığı arttıkça sosyal ve duygusal gelişimleri azalmaktadır. Dijital oyun bağımlılığı, çocukların dijital oyun oynama sürecinde sosyal yaşamlarından kopmalarına (yaşamdan kopma), dijital oyunları engellediklerinde tepkisel davranışlar göstermelerine (çatışma), günlük yaşamlarında dijital oyunlarla uzun zaman geçirmelerine (sürekli oyun oynama) ve çocukların yaşamlarını etkilemelerine (yaşamı yansıtma) neden olmaktadır (Şenol vd., 2024).

Yaşadığımız bu çağda teknoloji çocukların hayatına derinlemesine işlemiş durumdadır. Çocukların dijital medyanın kendi sağlıkları üzerindeki etkisi konusunda bakış açılarını ortaya koymaya çalışan bir nitel araştırmada, birkaç fiziksel ve ruhsal sağlık sorunu bildirmişlerdir. Fiziksel olarak göz sorunları, baş ağrıları, yeme sorunları ve yorgunlukla bağlantılı sağlık sorunları deneyimlediklerini bildirirken ruhsal olarak kafalarında cinsel veya kanlı görüntüler kalması, saldırgan davranışlar ve şiddet içerikli oyunlar oynadıktan veya kötü filmler izledikten sonra kabus görme gibi uyku sorunları gibi bilişsel öneme sahip deneyimlerden sıklıkla bahsetmişlerdir (Smahel vd., 2015). 12-18 yaş arasındaki ergenlere odaklanan bir çalışmada ise dijital bağımlılığın obezite, sırt ağrısı ve boyun ağrısı, ortopedik/eklem kası, görme sorunu, işitme sorunu ve fiziksel hareketsizlik gibi fiziksel sağlık üzerinde çeşitli etkilere neden olabileceği sonucuna ulaşılmıştır (Aziz vd., 2021). Benzer şekilde yapılan diğer araştırmalar da internet ve teknoloji kullanımının çocuk ve ergenlerin sağlık ve davranışsal sorunlara neden olabileceği sonuçlarına ulaşmışlardır (Do vd., 2013; Kim ve Chun, 2005; Ko vd., 2009). İnternet bağımlılığı olan ergenlerin psikolojik olarak etkilerinin incelendiği diğer çalışmalarda depresyon ve nevrotiklik, psikotiklik ve yalan söyleme kişilik özellikleri puanlarının daha yüksek olduğu sonuçları rapor edilmektedir (Cao ve Su, 2007; Cheung ve Wong, 2011). Akıllı telefon bağımlılığı ile ilgili yapılan bir diğer çalışmada ise ortaokul öğrencileri üzerinde kötü uyku kalitesi, artan yorgunluk, bozulmuş bilişsel işlevler ve düşük akademik başarıyla ilişkili olduğu görülmektedir (Yaakoubi vd., 2024). Küçük yaş grubu(4-7 yaş) çocuklar üzerinde de

dijital oyun bağımlılığının yeme davranışlarını ve uyku düzenlerini olumsuz yönde etkileri bulunmaktadır (Ural vd., 2024).

Teknolojik cihaz ve uygulamaların insanların beyin yapısına ve işlevlerine yönelik etkisinin ne olduğu da araştırmacılar tarafından merak uyandırmıştır. Yapılan çalışmalarda önemli iki sonucu ortaya koymuşlardır. Bunlardan birincisi Dijital bağımlılık, çocukların ve ergenlerin(0-18 yaş) beyinlerinin yapısı ve işlevselliği üzerinde zararlı etkilere neden olmakta ve ikinci olarak da prefrontal lob, tüm araştırmalarda en tutarlı şekilde etkilendiği bildirilen bölgedir (Ding vd., 2024; Han vd., 2018; Li vd., 2014). Yapılan bir diğer çalışmada ise video oyunu bağımlılığı yüksek çocukların bilişsel beceriler kapsamında bellek, problem çözme ve dikkat becerileri, temel okuma ve yazılı anlatım becerileriyle önemli ölçüde negatif bir korelasyona sahip olduğunu belirtmiştir (Farchakh vd., 2020). Özkontrolün dijital bağımlılıkla ilişkisini ortaya koyan bir çalışmada ise ortaokul öğrencilerinin dijital bağımlılık puanları ile özkontrol puanları arasında güçlü bir negatif ilişki bulunmuştur. Mevcut veriler nedenselliğin yönü hakkında kesin sonuçlara varmamıza izin vermese de, öz kontrol sahibi çocukların olumsuz etkiler (çatışma, ruh hali değişikliği vb.) ortaya çıkmadan önce dijital cihazlarla sürekli etkileşim kurma cazibesine direndikleri görülmektedir. Öte yandan öz kontrolü daha düşük olan çocuklar, bu davranışın olumsuz sonuçlarını fark etmelerine rağmen oyun oynamaktan, video izlemekten veya sohbet etmekten kaçınma konusunda daha az yetenekli görünmektedir (Schulz van Endert, 2021).

Gelişimsel teoriler, ergenlerin olgunlaşmış bir bilişsel kontrol mekanizmaya sahip olmadıklarından ve aşırı ödül arama kapasitelerinden dolayı bağımlılık yaratıcı davranışlar açısından daha riskli görülebilmektedirler. Yapılan elektrofizyolojik çalışma, dijital bağımlılık gösteren ergenlerin ödül işleme sistemlerinin ve bilişsel kontrol yeteneklerinin değiştiğini göstermiştir (Li vd., 2020).

Dijital bağımlılık çocuk ve ergenlerin sosyal hayatları ve etkileşimleri üzerinde de etkilere sahiptir. Yapılan bir çalışmada ergenlerin dijital oyun bağımlılık puanları ile yalnızlık ve sosyal memnuniyetsizlik puanları arasında anlamlı bir ilişki rapor edilmiştir (Parlak vd., 2023). Yine dijital bağımlılığın ergenlerin hayatını nasıl etkilediğine yönelik yapılan bir araştırmada dijital bağımlılık, yalnızlık, utangaçlık ve sosyal kaygı arasında pozitif bir korelasyon bulundu. Ayrıca elde edilen sonuçlar dijital bağımlılığın, yalnızlığın ve utangaçlığın sosyal kaygı üzerinde etkili olduğunu göstermektedir (İme vd., 2024).

2.8. Çocuklarda Dijital Bağımlılıkla Mücadele Yöntemleri

Dijital bağımlılık ile mücadele kapsamında çeşitli yöntemler üzerinde çalışıldığı ve bu yöntemlerin giderek çeşitlendiği görülmektedir. Literatürde yer alan uygulamalardan bazıları; öğrencilere koçluk hizmeti sunulması (Guertler vd., 2024), çevrimiçi ekran destek grupları (Alrobai vd., 2019), mobil uygulamalar aracılığıyla çocuklara yönelik hikâye anlatımı (Lazarinis vd., 2020) ve din eğitimiyle bütünleştirilen programlar (Niklová ve Hanesová, 2024) şeklinde sıralanmaktadır.

Koçluk hizmetleri, bireylerin dijital medya kullanımlarını daha bilinçli hâle getirmeyi ve özdenetim becerilerini geliştirmeyi amaçlamaktadır. Özellikle öğrencilerle yapılan çalışmalarda, koçluk desteğinin zaman yönetimi ve teknoloji kullanım alışkanlıklarının düzenlenmesinde önemli katkılar sağladığı vurgulanmaktadır (Guertler vd., 2024). Benzer şekilde, çevrimiçi ekran destek grupları, bireylerin dijital bağımlılıkla mücadele sürecinde yalnız olmadıklarını hissetmelerini sağlayarak sosyal destek mekanizması işlevi görmektedir. Bu gruplar, katılımcıların deneyimlerini paylaşmalarına ve sağlıklı teknoloji kullanımı konusunda birbirlerini teşvik etmelerine aracılık etmektedir (Alrobai vd., 2019).

Çocuklara yönelik geliştirilen mobil uygulamalar ise daha çok önleyici bir strateji olarak kullanılmaktadır. Hikâye anlatımı yönteminin tercih edilmesinin nedeni, çocukların soyut kavramları daha kolay anlamasını sağlamak ve dijital bağımlılıkla ilgili farkındalıklarını artırmaktır. Bu yaklaşım, özellikle erken yaşta teknolojiye maruz kalan çocukların bilinçli kullanım alışkanlıkları geliştirmelerine destek olmaktadır (Lazarinis vd., 2020). Öte yandan, din eğitimiyle bütünleştirilen programlar ise bağımlılık davranışının yalnızca psikolojik değil, aynı zamanda ahlaki ve değerler temelli bir problem olarak ele alınmasına imkân vermektedir. Bu tür programlarda, bireylerin manevi değerler üzerinden özdenetim geliştirmeleri hedeflenmekte ve dini referansların bağımlılık davranışını sınırlamada etkili olabileceği vurgulanmaktadır (Niklová ve Hanesová, 2024).

Sonuç olarak, dijital bağımlılıkla mücadelede önerilen bu yöntemler farklı yaş gruplarına ve kültürel bağlamlara göre çeşitlilik göstermektedir. Ancak her bir yöntemin uygulanabilirliği ve uzun vadeli etkilerinin farklı bağlamlarda daha kapsamlı araştırmalara ihtiyaç duyduğu görülmektedir.

Dijital bağımlılıkla mücadele de teknolojinin kendisinin kullanımına yönelik çalışmalar da mevcuttur. Ekran süresini dengelemeye yönelik dijital uygulamalar, ebeveynler

ve çocuklar için giderek daha fazla önem kazanmaktadır. Akıllı cihazlarda yer alan ekran süresi takip yazılımları, ebeveynlere çocuklarının teknoloji kullanımını izlemeye ve yönlendirmede kolaylık sağlamakta; çocuklara ise özdenetim becerisi kazandırmaktadır (Tosun vd., 2019). Ayrıca, yapay zekâ destekli yazılımlar sayesinde çocukların içerik tercihleri analiz edilmekte, riskli kullanım davranışları tespit edilerek erken müdahale imkânı sunulmaktadır.

Eğitim ortamlarında kullanılan oyun tabanlı öğrenme sistemleri, çocuk ve gençlerin ilgisini çekmekte ve öğrenme motivasyonunu artırmaktadır. Türkiye’de yapılan araştırmalar, dijital oyun tabanlı uygulamaların fen bilimleri derslerinde öğrencilerin akademik başarılarını artırdığını ve öğrenilen bilgilerin kalıcılığını sağladığını göstermektedir (Dönel Akgül vd., 2022). Ayrıca zekâ oyunları sınıflarının, öğrencilerin dijital oyun bağımlılığı eğilimlerini azalttığı ortaya konmuştur (Dağlı, 2020). Bu bulgular, teknolojinin bağımlılıktan uzaklaştırıcı ve gelişimsel açıdan destekleyici şekilde yapılandırılabilirliğini göstermektedir.

Sonuç olarak, çocuk ve ergenlerde dijital bağımlılıkla mücadele stratejileri artık yalnızca yasaklayıcı ve sınırlayıcı yaklaşımlara değil, aynı zamanda teknolojinin bilinçli ve yapıcı kullanımına dayandırılmaktadır. Dijital okuryazarlık, ekran süresi yönetimi, yapay zekâ tabanlı içerik yönlendirme sistemleri ve oyun tabanlı öğrenme uygulamaları, Türkiye bağlamında çocukların dijital dünyada güvenli, sağlıklı ve üretken bireyler olarak gelişimlerine katkı sağlayan yenilikçi yöntemlerdir. Bu yaklaşımlar, hem bağımlılığın önlenmesinde hem de çocukların dijital çağın gerektirdiği becerilerle donatılmasında önemli rol oynamaktadır.

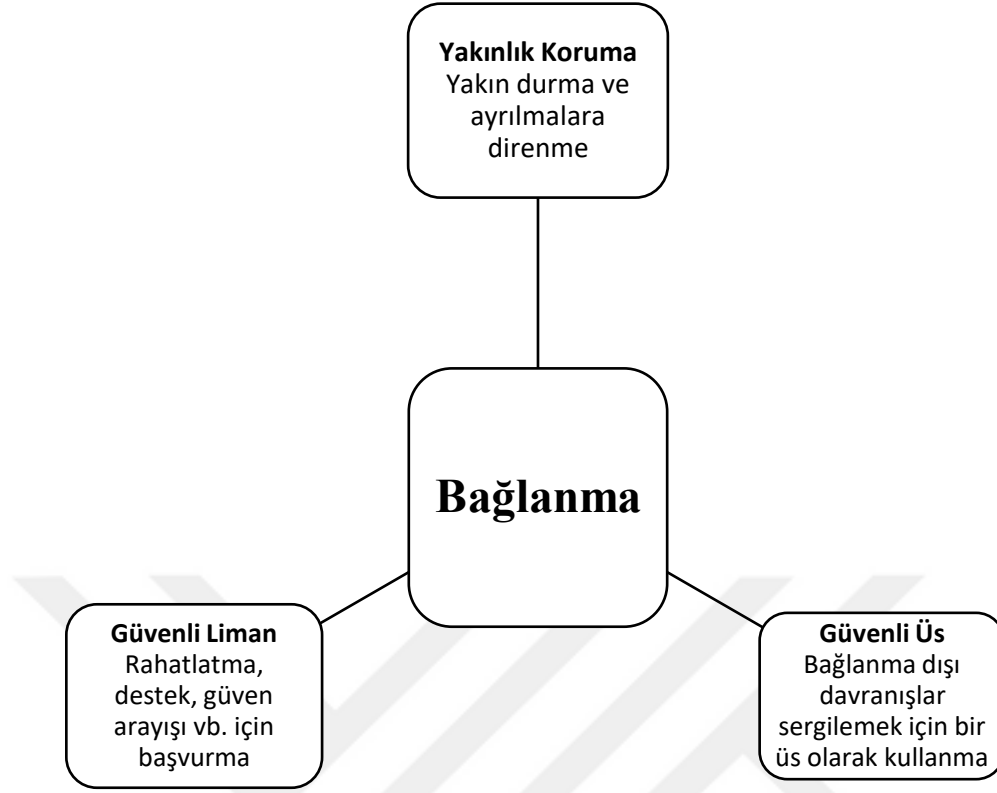
2.9. Bağlanmanın Tanımı ve Gelişimi

Bağlanma kavramı ile çalışan kuramcı ve araştırmacılar öncelikle bu kavramın ne ifade ettiğine odaklanarak tanımlamalar yapmaya çalışmışlardır (Ainsworth, 1964, 1989; Bowlby, 1982b) . Ainsworth (1964) bu olgusunun sözlük tanımından yola çıkarak bazı çıkarımlarda bulunmuştur. Duygusal yakınlık ilişkisi olarak tanımlanan bağlanma, sevgi ve aidiyeti bünyesinde barındıran bir bağ türüdür. Bu ilişkiler, belirli bireylere özgü nitelikler sergiler ve bireyin temel figürleri ayırt edebilme becerisini gerektirir. Bağlanma mekanizması duygusal boyutla sınırlı olmayıp, eylemlerle ifade edilen gözlemlenebilir unsurları da içerir. Bu olgunun yalnızca pasif bir kabullenme değil, katılımcının aktif rol oynadığı dinamik bir gelişim olduğu unutulmamalıdır. Bağlanma davranışları, hedef bireyde karşılıklı tepkiler uyandırarak çift yönlü bir iletişim döngüsü yaratır ve bu etkileşimli düzen, bağın sürekliliğini sağlar. Bowlby (1982b)’e göre ise bağlanma, çocuğun güven duyduğu bir kişiyle özel bir ilişki kurması ve stres,

korku, hastalık veya yorgunluk gibi zorlayıcı durumlarda bu kişiye yakınlık ihtiyacı hissetmesi ve onunla temas arayışına girmesi olarak tanımlanabilir.

Bebeklerde bağlanma süreci doğumdan itibaren başlar. Emzirme, kavrama ve annelerine dönme gibi davranışlar erken belirtilerdir. Yeni doğanlar, ilk haftalardan itibaren bakım verenlerine karşı özel bir ilgi gösterirler. Bu dönemde gülümsemeler, uzun bakışlar ve sesler gözlemlenir. Altıncı aydan sonra sosyal etkileşimleri anlama becerisi gelişir. Bağlanma davranışı genellikle 6 ila 24 ay arasında tamamlanır. Bu dönemden sonra bebekler karmaşık ilişkiler kurmaya hazırdır. Birincil bakım verenle kurulan bağ, diğer insanlarla etkileşimlerinin temelini oluşturur (Kaplan vd., 1994). Anlaşılacağı üzere bağlanma ilişkisi doğumda mevcut değildir, yaşamın ilk yılı boyunca kademeli olarak gelişim gösterir. Bebek, kendine özgü davranış kalıplarıyla bu etkileşime katkıda bulursa da, annenin bebeğin davranışsal ipuçlarını ne ölçüde desteklediği, görmezden geldiği veya karşı çıktığı, etkileşimin niteliğini belirlemede kritik öneme sahiptir (Ainsworth, 1979).

Hazan ve Shaver (1994) ise çalışmalarında bağlanmanın işlevlerini aşağıdaki şekil üzerinde şema etmişlerdir. Buna göre bağlanmanın işlevleri, bebeklerin davranışlarında açıkça görünmektedir. Bebek, korktuğu zaman ya da başka bir sebeple strese girdiğinde, özellikle bağlanma figürünün yanına gitme isteği duyar. Bakımını üstlenen kişi, bu tür anlarda bebeğin huzur ve güven ihtiyacını karşılayabileceği bir "güvenli liman" vazifesi görmektedir. Ayrıca, bakım veren kişi, bebeğin keşfetme gibi bağlanma dışında kalan davranışlar sergileyebilmesi için bir "güvenli üs" işlevi üstlenir. Bowlby'e göre, yakınlık arayışı (yakınlığı koruma ve ayrılığa karşı tepki verme), güvenli liman ve güvenli üs, bağlanmanın ve bir bağlanma ilişkisi kurmanın üç ana özelliğini tanımlamaktadır.



Şekil 2.1. (Hazan ve Shaver, 1994b'den aktarılmıştır.)

2.9.1. Bağlanmaya İlişkin Kuram ve Yaklaşımlar

Öğrenme kuramına göre bağlanma, koşullanma ilkeleriyle açıklanır. Pavlov'un klasik koşullanma deneyinde olduğu gibi, bebekler temel ihtiyaçları karşılandığında rahatlama hissederler. Bu süreçte bakıcılarıyla olumlu bir ilişki kurarlar. Açlık ve susuzluk gibi ihtiyaçları karşılandığında, bebek bu rahatlama hissini bakıcısıyla ilişkilendirir. Bu şekilde bakıcısına karşı güven ve sevgi geliştirir. Benzer şekilde, sosyal etkileşimlerde ödüller alan bir bebek, başkalarının arkadaşlığını olumlu bir deneyim olarak algılar. Bu öğrenme mekanizması, etrafındakilerle bağ kurmasını sağlar. Memnuniyet ve ödül arasındaki ilişki, ilişkisel davranışı güçlendirir. Sonuç olarak, bağlanma süreci öğrenme yoluyla şekillenen bir davranış olarak kabul edilir (Gewirtz ve Peláez-Nogueras, 1992).

Bağlanma teorisi, nesne ilişkileri teorisine dayanır ve Bowlby tarafından geliştirilmiştir. Bu yaklaşım, erken çocukluk deneyimlerine odaklanır. Freud'un içsel çatışmaları yerine, çocuğun önemli kişilerle (genellikle ebeveynleri) ilişkilerini inceler. Çocuk, bilinçsizce bu kişilerin zihinsel temsillerini oluşturur. Ebeveynler yanında olmasa bile, bu içsel imgeler onlarla bir bağ kurar. Bu içselleştirilmiş temsiller, gelecekteki ilişkilerin temelini oluşturur.

Bowlby, bir çocuk ile bakıcısı (özellikle annesi) arasındaki bağı "bağlanma ilişkisi" olarak tanımlamıştır (Burger, 2006). Bowlby'ye göre bebekler, temel ihtiyaçlarını karşılayan kişiye içgüdüsel olarak bağlanırlar. Bakıcının davranışları, çocuğun zihninde belirli kalıplar oluşturur. Kişi, kendisi ve başkaları hakkında olumlu duygular geliştirdiğinde sağlıklı bir kimlik geliştirir. Kendini güvende hissettiğinde, çevresini keşfetmeye başlar. Bağlanma figürü bir sığınak görevi görür. Çocuk bu güveni periyodik olarak sınar. Bu yenilenen güvenlik duygusu, çocuğun özgürce keşfetmesini sağlar. Dolayısıyla bağlanma, kişinin psikolojik dengesini koruyan temel bir mekanizmadır (Bilir, 2016).

Bowlby, mesleği gereği çocuk psikanalizi alanında uzmanlaşmıştır. Bu nedenle erken yaşlarda ortaya çıkan ruhsal bozuklukların kaynaklarını araştırmıştır. Fakat onun asıl özelliği, uygulamacı olmaktan ziyade kuramsal çalışmalara ağırlık vermesidir (Tüzün ve Sayar, 2006). Dünya Sağlık Örgütü'nün (WHO) 1950'de Bowlby'yi Londra'daki kimsesiz çocukların psikolojik durumunu incelemeye davet etmesi, onun araştırma yolculuğunda önemli bir adım olmuştur (Soysal vd., 2005). Daha sonrasında ise Bowlby, bağlanma kavramı ve Bağlanma Teorisi üzerine çalışmalarına İkinci Dünya Savaşı sonrasında, 1956 yılında küçük çocukların anne figüründen kısa süreli ayrılıklara verdiği tepkileri sistematik olarak gözlemlemesiyle çalışmalarına başlamıştır (Bowlby, 2012).

Bowlby ve Ainsworth

Ainsworth ve çalışma arkadaşları, Bowlby'nin ortaya attığı bağlanma kuramını geliştirerek bu teorinin işlevsel tanımını yapmış ve operasyonel hale getirmiştir (Ainsworth vd., 1978; Kesebir vd., 2011; Tüzün ve Sayar, 2006).

20. yüzyılın ortalarında, psikanaliz ve felsefe alanlarında, insanları sadece içsel arzularıyla hareket eden bireyler olarak değil, sosyal ilişkileri içinde değerlendiren bir yaklaşım ortaya çıktı. Bowlby de bu akımın öncü isimlerinden biriydi. Fakat, diğer kuramcılardan farklı olarak, araştırmacı kimliğiyle hayvan davranışları, sistem teorisi, bilişsel psikoloji ve davranışçılıkla Freud'un motivasyon teorilerini güncellemeye çalıştı. Bu çabaları, dönemin birçok meslektaşından olumsuz tepkiler aldı. 1960'lı yıllarda, Bowlby'nin fikirlerine sahip çıkan Kanadalı psikolog Mary Ainsworth, Johns Hopkins Üniversitesi'nde bebekler üzerine gerçekleştirdiği araştırmalarla bu teorilere destek veren sonuçlar elde etti. O dönemde alışılmadık dışında bir yöntemle, anneler ve bebekler ev ortamında izlenerek; annenin beslenme, ağlama, temas, göz teması ve gülümseme gibi önemli davranışları kaydedildi. Ardından, laboratuvar ortamında "yabancı durum (strange situation)" adı verilen bir deneyle 12 aylık

bebeklerin annelerine tepkileri değerlendirildi. Ainsworth'ün çalışması, "güvenli bağlanma"nın çocukların psikolojik gelişimi açısından son derece önemli olduğunu gösterdi. Annenin sevgi dolu, dikkatli, tutarlı ve ilgili tutumları, bu bağlanmanın oluşmasında kritik bir role sahipti. Güvenli bir şekilde bağlanan çocuklar, kendilerine destek sağlanacağına dair bir inanç geliştirerek sağlıklı ilişkiler kurma yeteneği kazanıyordu. Öte yandan, güvensiz bağlanma, ilerleyen yaşlardaki özsayıgı eksiklikleri, ilişki sorunları, yardım talep etme zorluğu ve kişilik gelişiminde olumsuz değişikliklere neden olabiliyordu (Karen, 1998, s.6).

İçsel Çalışma Modelleri

Bağlanma teorisinin temelinde, insanların hayatta kalma ve güvende hissetme ihtiyacıyla güçlü duygusal bağlar kurduğu görüşü yatar. Bu bağlar sayesinde bireyler; çevrelerini anlamlandırma ve tahmin edebilme, yakın ilişkiler sürdürme gibi hayati davranışlar geliştirir ve psikolojik bir güvenlik duygusu ("hissedilen güvenlik") kazanırlar. Bu aşamada, bireyler kendileri ve diğer bireyler hakkında zihinsel kalıplar oluşturur. "İçsel çalışma modelleri" adı verilen bu zihinsel yapılar, bağlanma deneyimimizi şekillendiren ve ilişkilerimizi düzenlememizi sağlayan bir tür içsel kılavuz işlevi görür (Bretherton, 1985).

Bu içsel çalışma modelleri kavramının, bağlanma teorisinin en önemli ve belirleyici bileşenlerinden biri olduğu özellikle vurgulanmalıdır. Bir bilgisayarın işletim sistemi gibi, bu modeller, farkında olmasak bile, ilişkilerimizi nasıl algıladığımızı ve bunları nasıl yönettiğimizi ciddi şekilde etkiler (Pietromonaco ve Barrett, 2000).

Başka bir ifade ile Bowlby'nin kuramına göre, çocuklar zamanla bakım verenlerle olan deneyimlerini özümser ve erken dönem bağlanma ilişkileri, aile dışındaki ilişkiler için bir prototip oluşturur (Hazan ve Shaver, 1994). Bowlby (1973), bu içsel temsillerin (içsel çalışma modelleri) iki temel özelliğini şöyle tanımlar:

- i. "Bağlanma figürünün, genel olarak destek ve koruma çağrılarına yanıt veren bir kişi olarak algılanıp algılanmadığı;"
- ii. "Benliğin, herhangi birinin (özellikle de bağlanma figürünün) yardımsever bir şekilde yanıt verme olasılığı bulunan bir kişi olarak değerlendirilip değerlendirilmediği"

İlki çocuğun diğerlerine dair algısıyla, ikincisi ise kendilik imajıyla ilgilidir (Hazan ve Shaver, 1994). Öncelikle Ainsworth tarafından ortaya konulan bağlanma stillerinin neler olduğunu ve hangi özelliklere sahip oldukları üzerinde durulmalıdır.

Bağlanma Stilleri

Mary Ainsworth'un ortaya koyduğu "Yabancı Durum" deneyinde, bebeklerin annelerinden kısa süreli ayrılmaları ve yeniden kavuştukları zamanda sergiledikleri davranışlar incelenerek bağlanma tarzları saptanır. Bu deneyde özellikle iki önemli an dikkate alınır: annenin gittiği an ve döndüğü an. Yapılan gözlemler neticesinde bebekler üç ana bağlanma sınıfına ayrılır.

Güvenli bir şekilde bağlanan bebekler, anneleriyle ayrıldıklarında makul seviyede stres hissederler; fakat anne geri döndüğünde onu sevgiyle karşılar ve kısa sürede rahatlarlar. Duyarlı ebeveynlerle kurulan bağlantılarda, çocuklar daha az öfkeli ve uyumlu davranışlar sergilerler. Sosyal durumlarda işbirliği yapmaya hazır, iletişim yetenekleri güçlü bireyler olarak öne çıkarlar. Anne figürü, çocuğun ihtiyaçlarına duyarlı ve ulaşılabilir olduğunda, güven duygusu artar. Tanıdık ortamlarda, kısa süreli ayrılıklar genellikle duygusallığa neden olmaz. Çocuk, ebeveyninin fiziksel olarak yanında olmamasına rağmen, ona ulaşmanın mümkün olduğunu bilir. Stresli anlarda, bu bağlanma figürü onlara etkili bir destek unsuru olarak hizmet edebilir. Bu etkileşim biçimleri, karşılıklı güven ve uyum esasına göre şekillenir. Ebeveynin tutarlı ve kabul edici yaklaşımı, çocuğun davranışlarını olumlu şekilde etkiler. Sorunlardan uzak, dengeli bir etkileşim süreci oluşur. Ayrıca bu bebekler duygularını yönetmede başarılıdır ve sağlıklı ilişkilere kurma eğilimindedirler.

Güvensiz-kaygılı bağlanma gösteren bebekler, ayrıldıkları zaman büyük bir kaygı duyar, aşırı bir şekilde itiraz eder ve annelerinden ayrılamazlar. Anne geri geldiğinde ise hem yakınlaşmak hem de öfke duyma gibi karışık tepkiler sergilerler. Bu durum genellikle ebeveynin tutarsız davranışlarıyla ilişkilidir. Kaygılı bağlanma özellikleri taşıyan bebeklerin anneleri, fiziksel temas kurmaktan kaçınmasalar da bu konuda yetersiz kalabilirler. Ebeveynlerin, çocuklarının ihtiyaçlarını anlama noktasında güvenli bağlanan ebeveynler kadar duyarlı olmaları beklenmez; fakat durumları açıkça olumsuz bir tutum sergilemeye yol açmaz. Genelde bebeklerinin ağlama ve iletişim kurma çabalarına daha az yanıt verirler. Bu bağlanma türünü taşıyan çocuklar, anneleriyle etkileşimlerinde genellikle huzursuz ve belirsiz tavırlar gösterir. Sosyal ortamlarda işbirliği yapmada zorluk çekerler adaşlıklarında dalgalı tepkiler verebilirler. Tanıdık ya da yeni ortamlardaki kısa ayrılıklara karşı yoğun tepkiler sergilerler. Anne figürünün sürekli erişilebilir olacağına dair bir güven duygusu oluşturamazlar. Stresli anlarda ani öfke patlamalarıyla tepki verirken bağlanma sistemleri karmaşık bir hale gelir. Bu çocuklar, ebeveynlerini duygusal denge sağlama aracı olarak etkili bir biçimde kullanamazlar.

Bu sorun, karşılıklı etkileşimdeki tutarsızlıkların sonucudur. Anne yeteri kadar duyarlı olmadığında, çocukta güvensizlik duygusu gelişir. Bu nedenle hem duygusal hem de sosyal gelişimleri olumsuz etkilenir.

Güvensiz-kaçınan bağlanma gösteren bebeklerde ise ayrılık anında belirgin bir tepki yoktur, duygusal bir donukluk yaşarlar. Anne döndüğünde ise onu görmezden gelir veya ondan uzaklaşmaya çalışırlar. Bu tutum, ebeveynin sürekli duygusal ihtiyaçları görmezden gelmesinin bir sonucudur. Kaçınan bağlanma örüntüsüne sahip bebeklerin anneleri, fiziksel temas kurmaktan rahatsızlık duyarlar ve bu durumdan hoşlanmazlar. Çocuklarının ihtiyaçlarını fark etmede yetersiz kalırken, aynı zamanda reddedici bir tutum sergilerler. Bebeklerinin iletişim girişimlerine ve ağlamalarına karşı genellikle olumsuz tepkiler verirler. Bu anneler, çocuklarının talepleri kendi rutinlerini böldüğünde öfkelenme eğilimi gösterirler. Kaçınan bağlanan çocuklar ise ebeveynleriyle etkileşimlerinde saldırgan davranışlar sergileyebilirler. Sosyal ilişkilerde işbirliği kurmakta zorlanır, akranlarıyla iletişimde agresif tavırlar benimserler. Tanıdık veya yeni ortamlarda yaşanan kısa süreli ayrılıklar karşısında öfke patlamaları yaşayabilirler. Anne figürünün ihtiyaç anlarında yanlarında olacağına dair inanç geliştiremezler. Stresli durumlarda ebeveyninden uzaklaşma davranışı gösterir, duygusal bağ kurmaktan kaçınırlar. Bu durum, annenin tutarlı şefkat göstermemesiyle ilişkilidir. Çocuk, reddedilme korkusuyla duygusal mesafe koyar. Sonuç olarak, hem duygusal düzenleme hem de sosyal beceriler olumsuz etkilenir (Ainsworth vd., 1978).

Ainsworth'ün öğrencisi olan Main, 1968 ve 1973 yılları arasında yürüttüğü doktora araştırmasında yabancı ortam deneyinde bazı çocukların bu üç sınıfın dışında kaldığını fark etmiştir. Bunun üzerine 1986 yılında, Mary Main ve Judith Solomon tarafından Kaliforniya Üniversitesi, Berkeley'de geliştirilmiş olan Ainsworth Yabancı Durum Prosedürü için yeni bir "dağınık/dağınık (D)" bebek bağlanma sınıflandırması önerilmiştir. Bu dağınık/dağınık davranışlar, genellikle bebeklerin yeniden birleşme anında belirgin şekilde gözlemlenir; ancak prosedürün diğer kısımlarında da görülebilir. Bu durum, bebeğin bakım sağlayıcısına yaklaşmak ile ondan uzaklaşmak arasında bir çatışma yaşadığını veya çevresine karşı bir yönelim bozukluğu olduğunu gösterir. Dağınık/dağınık olarak sınıflandırılan bebek davranışları arasında bakım verenden belirgin bir şekilde korkma, zıt davranışların veya duygusal yanıtların aynı anda ya da sırayla ortaya çıkması, asimetrik, abartılı veya ani hareketler, donuk kalmışlık ve belirgin bir kopukluk (dissosiyasyon) hali yer alabilir. Genel olarak, bu davranışlar kısa süreli olarak gözlemlenir ve ardından bebek, Ainsworth'un A, B

veya C bağlanma türlerinden birine geri döner. Bu nedenle, dağınık/dağınık olarak kodlanan tüm bebeklere, aynı zamanda ek bir A, B ya da C sınıflandırması da verilmektedir (Duschinsky, 2015; Main vd., 1986).

2.9.2. Kültürel Farklılıklar ve Bağlanma

Bağlanma kuramı Batı kültürü ve sanayileşmiş toplumlar bağlamında geliştirilmiş olmasına rağmen, evrensel uygulanabilirliği uzun süredir tartışma konusudur. Kuram, bebeklerin hayatta kalabilmesini sağlayan evrimsel uyumları açıklamakta ve bu nedenle teorik olarak tüm kültürlerde geçerli olabileceği ileri sürülmektedir. Ancak bazı araştırmacılar, kuramın küçük çocuklar ve bakım uygulamalarına dair Batı'ya özgü bir bakış açısı taşıdığını savunmuşlardır (Thompson vd., 2022). (Rothbaum vd., 2007), ABD ve Japonya'daki araştırma bulgularını karşılaştırarak, bağlanma kuramının Batılı düşünme tarzına eğilimli olduğunu öne sürmüştür. Bu eleştiriye karşın, (Kondo-Ikemura, 2001) ve (Posada ve Jacobs, 2001) gibi araştırmacılar, erken bakım uygulamalarındaki kültürel farklılıkların bağlanma işlevlerinin genel geçerliliğini bozmadığını; özellikle ölçme araçları kültürel bağlama uyarlanırsa, kuramın uygulanabilirliğinin sürdüğünü savunmuştur. Örneğin (Behrens, 2004), Japonya'ya özgü amae kavramının (bağımlılık, yakınlık ve kabul ile ilgili bir ilişkiel yapı) anne-bebek ilişkilerine uygulandığında, bağlanma kuramıyla uyumlu pek çok yön içerdiğini göstermiştir.

Daha yakın dönem araştırmalarında, (Keller, 2021) bağlanma araştırmacılarının çoğu zaman tek bir çocuk-bakıcı ilişkisini varsaydığını, kullanılan yöntemlerin düşük ve orta gelirli tarımsal topluluklara uygun olmadığını ve evrimsel uyum süreçlerinin bağlama duyarlı olduğunu vurgulamıştır. Dolayısıyla, bağlanma kuramının kültürler arası geçerliliği savunulduğunda, yeni tartışmalar ortaya çıkmaktadır (Mesman vd., 2016) Bununla birlikte, bağlanma araştırmacıları ve kültürel eleştirmenler, erken ilişkilerin çocukların hayatta kalması ve gelişimi için kritik olduğu konusunda hemfikirdir. Tüm kültürlerde çocuklar bağlanma ilişkileri kurar ve diğer ilişkiler de gelişim açısından önemlidir; hiçbir kültür bebeklerin temel ihtiyaçlarını sürekli görmezden gelemez (Keller ve Joscha, 2013).

Kültürün anne-bebek bağlanmasını etkileyebilecek bağlamsal bir faktör olduğu da yaygın biçimde kabul edilmektedir. Kültürel inançlar, çocuk yetiştirme biçimlerine yansımakta, bu da annelerin bebeklerin bağlanma davranışlarına verdikleri tepkileri ve güvenli bağlanmanın temelinde yer alan duyarlı bakım verme sürecini şekillendirmektedir (Zaidman-Mograbi vd., 2020). Örneğin, çok kültürlü Güney Afrika bağlamında yapılan bir çalışmada, farklı kültürlerden anneler, ruh sağlığı uzmanları ve bağlanma alanındaki uzmanlarla yapılan

görüşmelerde, kültürün annelik davranışlarını etkileyebileceği gözlenmiştir. Katılımcıların tümü iyi bakımın önemini vurgulasa da, bebeklerin bağlanma davranışlarına verilen tepkiler kültürler arasında farklılık göstermiştir (Zaidman-Mograbi vd., 2020). Bu bulgu, bağlanma ve annelik duyarlılığını anlamada yerel bağlamların önemini ortaya koymaktadır.

Araştırmalar ayrıca, toplulukçu ve bireyci kültürler arasındaki benlik ve ilişki anlayışının bağlanma stillerini etkilediğini göstermektedir. (Imamoğlu, 1998), Türk kültüründe bireyci ve toplulukçu eğilimlerin bir arada bulunduğunu, ancak ilişkisellik ve bütünleşme eğilimlerinin baskın olduğunu belirtir. Bu durum, güvensiz bağlanma stillerinde kültürlerarası farklılıkların ortaya çıkmasına yol açabilir. Örneğin, Türk öğrenciler saplantılı bağlanma eğilimindeyken, Amerikalı öğrenciler kayıtsız bağlanma eğilimindedir. Bu, Türk öğrencilerin yakın ilişkilerde daha takıntılı ve başkalarına karşı olumlu bir yaklaşım sergilediğini, Amerikalı öğrencilerin ise daha bağımsız ve uzak bir tutum sergilediğini göstermektedir (Sümer ve Güngör, 1999).

Bireycilik ve toplulukçuluk arasındaki bu farklılıklar, toplumdaki bağlanma örüntülerinin dağılımıyla da doğrudan ilişkilidir. Bireyci toplumlarda kaçman bağlanma örüntüleri daha yaygınken, toplulukçu toplumlarda kaygılı bağlanma örüntüleri öne çıkmaktadır. Dolayısıyla kültürel değişim, yalnızca toplumsal müdahalelerle değil, aile ve çocuk yetiştirme uygulamalarındaki değişiklikler aracılığıyla, özellikle de bağlanma biçimleri üzerinden gerçekleşmektedir (Strand vd., 2019). Bu çerçevede, bireylerin bağlanma stilleri hem kültürel değerlerden hem de yetiştirilme biçimlerinden etkilenmekte, böylece toplulukçu ve bireyci kültürler arasındaki farklılıklar, hem bireysel hem de toplumsal düzeyde kendini göstermektedir. Bowlby'nin bağlanma kuramı, yalnızca fiziksel korunma işlevi görmemekte, aynı zamanda sosyal öğrenmeyi kolaylaştırarak kültürel aktarımı da desteklemektedir. Özellikle güvenli bağlanma, çocukların sosyalizasyon ve taklit yoluyla öğrenmelerini teşvik ederek kültürel değerlerin ebeveynlerden çocuğa aktarılmasına zemin hazırlar (Granqvist, 2021). Bağlanmanın kültürel aktarımın gelişimsel temeli olabileceği ve kültürel evrim ile gen-kültür evrimi modellerine kuramsal bir dayanak sunabileceği öne sürülmektedir. Ayrıca kültürel aktarım yalnızca dikey (ebeveynlerden çocuğa) değil, yatay (akranlar arasında) ve çapraz (öğretmenler, akrabalar vb.) yollarla da gerçekleşebilir; bağlanma güvenliği bu süreçlerde de öğrenmeyi kolaylaştırabilir. Öte yandan, güvensiz bağlanmanın olumsuz kültürel biçimlerin (örneğin nefret ideolojileri) aktarımını kolaylaştırabileceği öne sürülmektedir (Granqvist, 2021).

Özetle, kültürel değerler ve ilişkiler anlayışı bağlanma stillerini belirlemekte; toplulukçu kültürlerde insanlar daha ilişkisel ve birbirine bağlı, bireyci kültürlerde ise bağımsız ve özerk davranışlar sergilemektedir. Bu nedenle, güvensiz bağlanma stillerindeki kültürel farklılıklar daha belirgindir ve gelecekteki araştırmalarda bu farkların ayrıntılı incelenmesi önem taşımaktadır.

2.9.3. Orta Çocukluk Döneminde Bağlanma

Orta çocukluk dönemi (6-12 yaş), gelişim süreçleri arasındaki evrensel olarak bilinen belirli bir aşamadır. Bu yaş grubu, Batı ülkelerinde bebeklik, ergenlik veya okul öncesi dönem kadar net bir şekilde tanımlanmasa da, ergenlik öncesi olarak adlandırılan bu dönem, bedensel ve zihinsel olgunlaşma süreçleri ile tanımlanır (Collins, 1984). Bu gelişim döneminde, çocukların zihinsel, duygusal ve sosyal yeteneklerinde önemli bir gelişim gözlemlenir. Erken çocukluk dönemindeki ani tepkilerin tersine, bu yaş grubunda düşünme süreçleri giderek gerçekçiliğe dayalı ve mantıklı bir yapı kazanır. Sosyalleşme sürecinde aile, çocuğun ilk ve en önemli etkileşim alanı olurken, orta çocukluk döneminde birey aile dışındaki sosyal çevrelerde de kendini tanımlamaya başlar. Bu süreç, akran grupları, okul ortamı ve toplumsal normlarla etkileşim yoluyla gerçekleşir. Toplumsal öğrenme deneyimlerine açık olan çocukta, benlik algısının yanı sıra üst benlik (süperego) gelişimi de belirgin şekilde ortaya çıkar. Böylece, sosyal onay mekanizmaları ve ahlaki değerlendirme yeteneği zamanla daha da olgunlaşır (Öztürk ve Uluşahin, 2020).

Bowlby (1973, 1982b), bağlanma teorisi çerçevesinde bebeklik çağında gelişen duygusal, zihinsel ve davranışsal kalıpların ömür boyu sürdüğünü ve bu süreçlerin bireyin ilerideki yakın ilişkileri için zemin hazırladığını ileri sürmüştür. Bowlby (1982b), bağlanma davranışının bebeklik döneminden sonra da değişiklikler gösterdiğini ve "hedefe göre düzenlenmiş ortaklık" adını verdiği bir evrim geçirdiğini ifade etmiştir. Okul öncesi dönemlerde, bilişsel becerilerin gelişimiyle çocuklar, bakım veren kişilerin kendi hedefleri, motivasyonları ve hisleri olduğunu kavrayabilir hale gelirler ve bağlanma gereksinimlerini giderirken bu unsurları göz önünde bulundurabilirler (Bowlby, 1973). Ergenlik çağında ise soyut düşünme yeteneklerinin kazanılması, benmerkezci düşüncenin azalması ve ebeveyn-çocuk ilişkilerine daha nesnel bir bakış açısıyla yaklaşma imkanı, genel ilişki temsillerinin oluşmasına zemin hazırlar. Orta ve geç çocukluk döneminde de bağlanma sisteminde değişimler meydana gelir; ancak bu değişiklikler erken çocukluk ya da ergenlik dönemindekiler kadar belirgin olmayabilir (Dwyer, 2005).

Gelişim psikolojisi üzerine yapılan incelemelerde ise orta çocukluk döneminde (6-12 yaş) bağlanma desenlerinin niteliklerinde önemli değişiklikler yaşandığını göstermektedir. Bu süreçte, bireyin hayatındaki bağlanma tarzlarının önemi ve etkisi sabit kalırken, güvenli bağlanmanın davranışsal işaretlerinin sıklığında ve yoğunluğunda anlamlı bir düşüş gözlemlenmektedir (Dwyer, 2005; Mayseless, 2005). Araştırmalar, bu yaş grubundaki çocukların temel bağlanma figürlerinin hala ebeveynler (özellikle anne ve baba) olduğunu ortaya koymaktadır (Lieberman vd., 1999). Bu sonuç, ergenlik ve yetişkinlik dönemlerindeki bağlanma etkileşimlerinden belirgin bir şekilde farklılık göstermektedir. Bilişsel ve duygusal olgunlaşmanın bir sonucu olarak, orta çocukluk dönemindeki bireylerin bağımsızlık alanları genişlemekte ve yeni ilgi alanları ve aktiviteler keşfetme isteği, sosyal çevreyle daha fazla iletişim kurma, akran ilişkilerine daha fazla vakit ayırma gibi gelişmelerle kendini göstermektedir. Bu gelişmeler, doğal olarak çocukların bağlanma figürleriyle geçirdiği zamanın azalmasına neden olmaktadır. Ancak bu, bağlanmanın öneminin azaldığı anlamına gelmez. Aksine, bağlanma sistemi daha az belirgin olsa da, çocuğun duygusal güvenliğini sağlamada hayati bir rol oynamaya devam etmektedir. Bu dönüşüm süreci, çocuğun sağlıklı gelişiminin bir parçası olarak görüldüğü için bağlanma ile bağımsızlık arasındaki dengenin sağlanması bakımından oldukça kritiktir (Mayseless, 2005).

Çocukluk döneminde bilişsel ve sosyal bilişsel yetenekler gelişim gösterir (Collins vd., 2002). Çocuklar diğerlerinin perspektiflerini daha iyi kavrayarak sosyal durumlarla başa çıkmak için daha karmaşık yöntemler geliştirmeye başlarlar. Bu durum, bağlanma ilişkilerinin giderek daha karmaşık bir yapıya bürünmesine yol açar (Dwyer, 2005). Bowlby (1982b), çocukların bağlanma figürlerinin fiziksel varlığına olan bağımlılıklarının azaldığını, fakat bu figürlerin duyarlılık ve erişilebilirliğine dair beklentilerin daha fazla önem kazandığını belirtir. Orta çocukluk döneminde, çocukların kendilik algıları ve diğer bireylere dair görüşleri daha derinleşir (Harter, 1998). Güçlenen öz benlikleri sayesinde, davranışlarını daha etkin bir şekilde yönetebilirler ve bağlanma sistemleri daha az sıklıkta devreye girer (Bowlby, 1982a). Ebeveynler, zamanla çocuklarına daha fazla bağımsızlık tanır ve çocuklar, akranları ve diğer yetişkinlerle geçirdikleri zaman içinde farklı bağlantıları karşılaştırma imkanı bulurlar (Collins vd., 2002). Geç çocukluk döneminde, fiziksel temastan ziyade iletişim, bağlanma gereksinimini karşılama açısından daha öncelikli bir hale gelmektedir (Bowlby, 1982b). Bununla birlikte, ilkökul çağındaki çocuklar, stres yaşadıklarında ebeveynlerinin elini tutma, hasta olduklarında onlara yaklaşma ya da üzgün ya da korkmuş hissettiklerinde kucaklaşma gibi fiziksel temas arayışında olabilirler. Çocuklar geliştikçe, bağımlılık gereksinimlerini kelimelerle dile getirme

yetenekleri artar. Bu nedenle, çocuklar yalnızca konuşmakla kalmaz, aynı zamanda hislerini net bir şekilde ifade ederek de bağıllık ihtiyaçlarını aktarabilirler (Dwyer, 2005).

Literatür araştırmasında ebeveynlere güvenli bağ geliştiren erken yaş gruplarının (Ainsworth vd., 1978), ergenlik dönemindeki bireylerin (Georgiou vd., 2008; Macdonald vd., 2021; Raja vd., 1992; Stein vd., 1994) ve yetişkin grubunun (Çalışır, 2009; Subaşı ve Kazan, 2020; Şirin ve Kabasakal, 2015) olumlu yönde ruh sağlığı geliştirdikleri yönünde araştırmalar mevcuttur. Fakat orta çocukluk ya da ergenlik öncesi yaş grubunda yer alan bireylerin güvenli bağlanma düzeyleri ve bununla ilişkili olabilecek değişkenlerin yurtiçi ve yurtdışı çalışmalarında yeterince yer bulamadığı görülmüştür (Sümer ve Şendağ, 2009; Zevalkink ve Ankone, 2022).

2.9.4. Orta Çocuklukta Bağlanma ile İlgili Yapılan Çalışmalar

Yapılan araştırmalar incelendiğinde genellikle orta yaş çocukların duygusal ve sosyal gelişimlerinde kilit rol oynayan değişkenlerle çalışıldığı görülmüştür. Örneğin Cooke ve diğerleri (2019) tarafından yapılan meta-analiz çalışması ile 18 yaş altı çocuklarda ebeveyn-çocuk bağlanma stilleri ile duygu deneyimleri ve düzenleme becerileri arasındaki ilişkileri sistematik olarak incelemiştir. Meta-analiz sonuçları, ebeveyn-çocuk bağlanma biçimleri ile çocukların duygusal gelişimleri arasında güçlü bağlantılar bulunduğunu göstermektedir. 72 çalışmayı inceleyen bu ayrıntılı analiz, güvenli bir bağlanma gösteren çocukların daha fazla olumlu duygular deneyimlediğini, daha az olumsuz duygular yaşadığını ve zor durumlarda daha etkili duygusal düzenleme yöntemleri benimsediklerini ortaya koymaktadır. Bu çocukların bilişsel olarak yeniden değerlendirme yapma ve sosyal destek arama gibi sağlıklı başa çıkma yollarını daha fazla kullandıkları gözlemlenmiştir. Diğer taraftan, kaçınan bağlanma sergileyen çocukların olumlu duyguları daha az yaşadığı, duygusal düzenleme yeteneklerinin zayıf olduğu ve yardım isteme davranışlarının daha sınırlı olduğu belirlenmiştir. Kaygılı veya kararsız bağlanma gösteren çocuklar, hem normal yaşam koşullarında hem de stresli anlarda daha yoğun olumsuz duygular yaşamaktadırlar ve bu duyguları yönetmekte zorlanmaktadırlar. Dağınık bağlanma örüntüsüne sahip çocuklarda ise genel olarak olumlu duyguların az, olumsuz duyguların ise fazla olduğu gözlemlenmiştir. Bu veriler, bağlanma ilişkilerinin çocukların duygusal yaşamı üzerinde ne kadar derin bir etki yarattığını kanıtlar niteliktedir, ancak farklı güvensiz bağlanma türlerinin özgün duygusal profilleri üzerine daha fazla araştırma yapılması gerektiğini de göstermektedir (Cooke vd., 2019). Duygu düzenlemeyi de içine öz düzenleme

davranışı da aynı şekilde güvensiz bağlanan çocuklarda daha düşük puanlarla ilişkili bulunmuştur (Heylen vd., 2019).

Benzer bir konulu başka bir çalışmada Brumariu (2015), orta çocukluk dönemindeki ebeveyn-çocuk bağlanmasının duygu yönetimiyle olan ilişkisini sistematik bir biçimde ele alan çalışmaları bir araya getirmiştir. Araştırmalar, güvenli bir şekilde bağlanan çocukların hem bağlanma ilişkileri içinde hem de bağımsız durumlarda etkili duygu yönetimi stratejileri oluşturabildiğini ortaya koymaktadır (Borelli vd., 2019; Brenning vd., 2012). Ancak, güvensiz bağlanma stillerinin (kaygılı, kaçınan, dağınık) duygu yönetimi süreçlerinde nasıl farklılık gösterdiğine dair bilgiler kısıtlıdır (Cassidy, 1994; Sroufe, 1983). Yapılan bir diğer çalışma ise ek olarak bağlanma biçimlerinin yalnızca genel duygu yönetimi becerileri ile değil, aynı zamanda duygusal tepkilerin gücü (reaktiflik) ve duygusal dengeye geri dönme hızı (iyileşme) gibi dinamik süreçlerle de bağlantılı olduğunu ortaya koymaktadır (Kerns vd., 2023). Elhousseini ve diğerlerinin (2023) yapmış olduğu deneyde bütün bu sonuçları desteklemekle birlikte güvenli bağlanmanın -özellikle baba/çocuk ilişkisinde- çocukların başkalarının sıkıntısına karşı aşırı duygusal tepkilerini azaltarak prososyal davranışı desteklediğini göstermekte ve babaların duygusal sosyalleşmedeki önemli rolünü vurgulamaktadır.

Orta çocukluk dönemi aynı zamanda okul-akran ilişkisinin de ön planda olduğu bir yaş aralığı olmakla birlikte bağlanmanın sosyal gelişim açısından nasıl etkilerde bulunduğu da araştırmacıların dikkatini çekmiştir. Shulman ve diğerlerinin (1994) yapmış olduğu araştırmada, ergenlik döneminin öncesindeki arkadaşlık oluşumuna dair bir model önerilmiş ve erken dönem ebeveyn-çocuk ilişkilerinin ilerleyen arkadaşlık dinamikleri ile akran yeterliliği arasındaki bağlantılar incelenmiştir. Güvenli bir bağ kuran bireylerin daha yüksek akran yeterliliği gösterdiği, ancak her iki bağlanma grubunun da arkadaşlık ilişkileri geliştirebildiği belirlenmiştir. Farklı bağlanma geçmişlerine sahip çocukların arkadaşlıklarının kalite ve gelişim süreçlerinde değişiklikler olduğu belirtilmiş ve üç adımlı bir arkadaşlık gelişim modeli önerilmiştir. Bağlanmanın akran ilişkileri üzerindeki etkisini konu alan bir diğer araştırma ise güvenli bağlanan çocukların, kaçınan ve dağınık bağlanan çocuklara kıyasla akranları tarafından daha az dışlanmış olarak değerlendirildiğini ve kaçınan çocukların, asosyal davranışlarda yüksek, ilişkisel saldırganlıkta ise düşük puan alırken; dağınık bağlanan çocuklar düşük prososyal davranış, yüksek akran mağduriyeti ve ilişkisel saldırganlık sergilediği sonucuna ulaşmışlardır (Seibert ve Kerns, 2015). Bu sonuçları destekleyici çalışmalar da literatürde mevcuttur (Freitag vd., 1996).

Çocuklarda sosyal becerilerin geliştirilmesi ve sosyal yeterlilik düzeylerinin artırılması, bireylerin toplumsal uyumunu sağlamak ve sağlıklı sosyal etkileşimler kurmalarına olanak tanımak açısından hem bireysel hem de toplumsal düzeyde kritik öneme sahiptir (Damar, 2019). Sosyal becerilerin ayrıntılı olarak incelendiği çalışmanın bulguları, anne ile çocuk arasında kurulan ilişkinin çocukların sosyal yetenekleri üzerindeki önemli etkisini göstermektedir. Elde edilen verilere göre, güvenli bağlanmanın düzeyi arttıkça, çocukların prososyal davranışları (yardımseverlik, paylaşım vb.) da artmakta; buna karşın, saldırganlık ve utangaçlık gibi davranışlar azalmaktadır. Özellikle, güçlü bir anne-çocuk bağına sahip olan çocukların işbirliği ve öz disiplin yeteneklerinin daha yüksek olduğu gözlemlenmiştir. Bağlanma kalitesinin düşük olduğu durumlarda ise saldırgan davranışların arttığı ve sosyal uyum becerilerinin zayıfladığı belirlenmiştir. Bu sonuçlar, erken çocukluk döneminde güvenli bir bağ kurmanın, çocuğun sosyal gelişimini ve akran ilişkilerini olumlu bir şekilde desteklediğini göstermektedir. Araştırma, bağlanma odaklı müdahale programlarının çocukların sosyal becerilerini artırmada etkili olabileceğine işaret etmektedir (Damar, 2019). Orta çocukluk döneminin sosyal gelişim ile ilgili ek olarak yapılan araştırmalarda bağlanma stilleri ile konuşma kaygısı (Serin ve Durukan, 2023), problem çözme (Balcı ve Kolburan, 2020) ve sözel beceriler (Kamza ve Putko, 2021) arasında güvenli bağlanma lehine sonuçlar elde edilmiştir.

Erken dönem güvensiz bağlanmanın gelişimsel gecikmeler, kimlik dağınıklığı ve psikopatoloji riski gibi uzun vadeli etkilerinin olabileceğini konu alan çalışmalar literatürde karşımıza çıkan bir diğer araştırma konusudur (Işıkoğlu ve Kesebir, 2020). 10-12 yaş arasındaki çocukların bağlanma davranışlarını araştırmak amacıyla yeni bir ölçüm aracı oluşturularak yapılan bir araştırmada elde edilen bulgular, bu bağlanma stillerinin annenin tutumlarıyla (anne kabulü/psikolojik kontrolü) ve çocuğun ruhsal durumu (sosyal yeterlilik, depresyon ve davranış problemleri gibi) ile uyumlu bir şekilde bağlantılı olduğunu ortaya koymaktadır (Brumariu vd., 2018). Benzer şekilde yapılan bir diğer çalışmada da, orta çocukluk döneminde güvenli bağlanmanın davranış problemleri (karşı gelme, saldırganlık, sosyal içe kapanıklık, dikkat sorunları ve sosyal sorunlar) ile negatif yönde anlamlı bir ilişki gösterdiği şeklinde destekleyici sonuçlar elde edilmiştir (Işıkoğlu ve Kesebir, 2020). Yapılan bir diğer araştırma sonucu hem anne hem de babaya güvenli bağlanmanın, çocukların benlik algısının çeşitli unsurlarında (fiziksel görünüm, akademik yeterlilik, sosyal kabul vb.) daha olumlu bir şekilde değerlendirilmesi ile düşük kaygı seviyeleriyle bağlantılı olduğu ortaya konulmuştur. Özellikle dikkat çekici bir sonuç olarak, anne ve babaya duyulan bağın, çocukların fiziksel görünüm

algıları ile genel özsaygı hisleri üzerinde daha belirgin bir etkisi olduğu belirlenmiştir (Sümer ve Şendağ, 2009). Çelik ve diğerleri (2017) tarafından yürütülen çalışmada güvenli bağlanma düzeyi arttıkça bireylerin sosyal kaynaklı mükemmeliyetçilik eğilimlerinin azaldığını ortaya koymaktadır. Özellikle anne ile kurulan güvenli bağlanma ilişkisinin, bireylerin başkalarının beklentilerini karşılama konusundaki kaygılarını anlamlı derecede düşürdüğü gözlemlenmiştir. Mükemmeliyetçilik ile ilgili yapılan bir diğer araştırmada ise güvenli bağlanma ile bir ilişki bulunamamıştır (Aydın, 2019).

Bağlanma ilişkisinin niteliği, bireyin psikolojik bağışıklık sisteminin temelini oluşturmakta ve yaşamın zorluklarına karşı bir savunma kalkanı işlevi görmektedir (Doksat ve Ciftci, 2016). Yani güvenli bağlanma, bireyin psikolojik bağışıklık sisteminin antikorları gibi işlev görerek, duygusal enfeksiyonlara karşı doğal bir koruma sağlamaktadır. Yakın zamanda geçirmiş olduğumuz COVID-19 karantinası süresince ebeveyn ve çocuk arasındaki ilişki kalitesinin, çocukların içe kapanma, dışa açılma ve uyku sorunlarındaki değişikliklerle bağlantısını araştıran bir çalışmada ebeveyn çocuk arasındaki düşük ilişki kalitesinin (artan çatışma, azalan yakınlık ve güvensiz bağlanma) daha fazla uyku ve davranış problemleri ile ilişkili olduğunu göstermiştir. Sonuçlar, ebeveyn-çocuk bağının, pandemi gibi kriz dönemlerinde orta çocukluk dönemindeki uyumda ne kadar önemli bir rol oynadığını vurgulamaktadır (Dubois-Comtois vd., 2024).

BÖLÜM 3

3. YÖNTEM

Bu bölümde araştırmanın modeli, katılımcılara ilişkin özellikler, veri toplama araçları ve verilerin analizinde kullanılacak istatistiksel yöntem ve teknikler hakkında bilgi verilmiştir.

3.1. Araştırmanın Modeli

Bu çalışma, ortaokul öğrencilerinde ebeveyn sosyotelizmi ve dijital bağımlılık arasındaki ilişkide güvenli bağlanmanın aracı rolünü inceleyen ilişkisel tarama modelinde bir araştırmadır. İlişkisel tarama modeli, iki veya daha fazla değişken arasındaki ilişkileri saptamak ve neden-sonuç ile ilgili ipuçlarına ulaşmak amacıyla yapılan araştırmalardır (Büyüköztürk, 2023). Bu çalışmada, ebeveyn sosyotelizminin dijital bağımlılık üzerindeki etkisinde güvenli bağlanmanın aracı rolü test edilmiştir. Aracılık analizi, bağımsız değişkenin bağımlı değişken üzerindeki etkisinin hangi mekanizma veya üçüncü bir değişken vasıtasıyla gerçekleştiğini inceleyen bir modeldir. Preacher ve Hayes (2008) tarafından kavramsallaştırılan bu yaklaşım, değişkenler arasındaki doğrudan ilişkinin yanı sıra aracı değişken üzerinden işleyen dolaylı etkileri saptamaya olanak tanır. Çalışmada bu yöntem, sosyotelizmin güvenli bağlanma üzerindeki etkisi ile bu bağın dijital bağımlılığa aktardığı dolaylı rolleri analiz etmek amacıyla kullanılmıştır.

3.2. Araştırmanın Çalışma Grubu

Araştırma, 2024-2025 eğitim-öğretim yılında yalnızca Konya ilinin merkez ilçelerinde (Selçuklu, Meram, Karatay) öğrenim gören 5. ve 6. sınıf öğrencilerinden uygun örnekleme yöntemiyle seçilen bir örnekleme yürütülmüştür. 215 kız (%48.1) ve 231 erkek (%51.7) olmak üzere toplamda 446 öğrenci araştırmaya dahil edilmiştir. Aşağıdaki Tablo 3.1’de cinsiyet ve yaşa göre dağılım gösterilmiştir.

Tablo 3.1. Araştırma grubuna ait demografik bilgiler

Değişken	Ort.	Ss
Yaş	11.65	.52
Cinsiyet	N	%
Kız	215	48.1
Erkek	231	51.7

3.3. Veri Toplama Araçları

Bu bölümde araştırmada kullanılan veri toplama araçlarına ilişkin açıklamalara yer verilmiştir.

3.3.1. Kişisel Bilgi Formu

Araştırmacı tarafından geliştirilen formda katılımcıların cinsiyetleri ve yaşlarını belirlemeye yönelik sorular yer almıştır.

3.3.2. Kerns Güvenli Bağlanma Ölçeği (KGBÖ)

Kerns ve diğerleri (1996) tarafından geliştirilen ve 15 maddeden oluşan KGBÖ 9-12 yaş kapsayan orta çocukluk ve ön ergenlik dönemindeki çocuklara uygun olarak geliştirilmiştir. Ölçek hem anne hem baba için iki ayrı form şeklinde doldurulmaktadır. Ölçekte toplamda 7 madde (1, 3, 4, 9, 10, 13, 15) ters kodlandıktan sonra analiz edilmelidir. Ölçeğin puanlanması 15-60 puan arasında elde edilen puanların yüksekliği veya düşüklüğüne göre toplam puan üzerinden değerlendirilmektedir. Buna alternatif olarak ölçekten alınan toplam puanların madde sayısına bölünerek elde edilen 1-4 arasındaki ortalama değer üzerinden de değerlendirme yapılabilmektedir. Kerns ve diğerlerinin (1996) yaptıkları çalışmada, ölçeğin yüksek düzeyde iç tutarlık güvenirliğine (Cronbach $\alpha = .84$) ve test tekrar test güvenirliğine ($r = .74$) sahip olduğu görülmüştür. Ölçeğin Türk örneklemini üzerinde geçerlilik ve güvenirlik çalışması Sümer ve Şendağ (2009) tarafından yapılmıştır. Ölçeğin iki form için de yüksek düzeyde iç tutarlılığa sahip oldukları; Cronbach alfa değerlerinin anne formu için .84, baba formu için de .88 olduğu bulunmuştur (Sümer ve Şendağ, 2009). Bu çalışmada güvenirliğe ilişkin Cronbach alfa değerleri anne formu için .84, baba formu için .87 olarak bulunmuştur.

3.3.3. Dijital Bağımlılık Ölçeği (CADAS)

Seema ve diğerleri (2022) tarafından geliştirilen ölçek ile 11-19 yaş arasındaki ergenlerin dijital cihazlara yönelik davranış ve duygularını değerlendirmek amaçlanmıştır. Ölçek 10 maddeden oluşmaktadır ve ters madde yoktur. Ölçek yedili likert tipidir. Ölçekten elde edilen toplam puana göre değerlendirme yapılmaktadır. Elde edilen toplam puanın yüksek oluşu yüksek dijital bağımlılığı göstermektedir. Ölçeğin Cronbach alfa değerleri .83 bulunmuştur. Ölçeğin Türk örneklemini üzerinde geçerlilik ve güvenirlik çalışması Türk ve diğerleri (2024) tarafından yapılmıştır. Ölçeğin güvenirlik çalışmaları kapsamında Cronbach alpha (.875) ve McDonald ω (.872) değerleri hesaplanmıştır (Türk vd., 2024). Bu çalışmada ise güvenirliğe ilişkin Cronbach alfa katsayısı .83 olarak bulunmuştur.

3.3.4. Ebeveyn Sosyotelizmi Ölçeği-Anne ve Baba Formları (ESÖ-A/ESÖ-B)

Ölçek Akbağ ve diğerleri (2024) tarafından geliştirilen bu ölçek; Ebeveyn Sosyotelizmi Ölçeği-Anne ve Baba Formları (ESÖ-A/ESÖ-B), ebeveyn sosyotelizmini ergenlerin algıları üzerinden değerlendiren beşli Likert tipinde öz-bildirim ölçekleridir. Tüm maddeler beşli ölçek üzerinde “hiçbir zaman (1)” ile “her zaman (5)” arasında değerlendirilmektedir. Alt ölçeklerden ve ölçeğin bütününden alınan puanların yüksek olması, ebeveynin sosyotelizm davranışını gösterme eğiliminin yüksek olduğuna işaret etmektedir. Ölçeğin her iki formu da aynı maddelerden oluşmaktadır ve bu maddeler anneler ve babalar için ayrı ayrı uygulanmaktadır. Her iki formda da ters kodlanmış madde bulunmamaktadır. Toplam 10 maddeden oluşan ölçek formları, iki boyutlu bir yapıya sahiptir. “Etkileşim kesintileri” adlı ilk boyut 4 maddeden (1, 2, 3 ve 4 no.lu maddeler), “duygusal tepkiler” adlı ikinci boyut ise 6 maddeden (5, 6, 7, 8, 9 ve 10 no.lu maddeler) oluşmaktadır. Akbağ ve diğerleri (2024), ölçeğin her iki formu için yeterli iç tutarlılık değerleri rapor etmiştir (PBS-M: Cronbach alfa = .88 ve McDonald omega = .88; PBS-F: alfa = .91 ve omega = .91). Bu çalışmada ise güvenilirliğe ilişkin Cronbach alfa katsayısı anne formu için .88 ve baba formu için .88 olarak bulunmuştur.

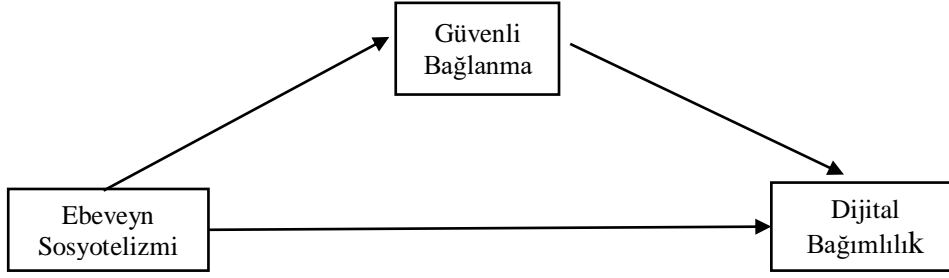
3.4. Verilerin Toplanması

Araştırma için öncelikle Necmettin Erbakan Üniversitesi’nden 29/11/2024 tarihinde etik kurul onayı (Karar No: 2024/883) ve Millî Eğitim Bakanlığı’ndan araştırma izni alınmıştır. Öğrencilerin velilerinden uygulama öncesi araştırmacı tarafından bilgilendirilmiş onam alınmıştır. Ardından ilgili ölçme araçları formlar halinde basılmış ve çalışmaya gönüllü olarak katılmak isteyen öğrencilerinden araştırmacı tarafından veriler toplanmıştır.

3.5. Verilerin Analizi

Bu çalışmada elde edilen veriler öncelikle IBM SPSS Statistics programı kullanılarak analiz edilmiştir. Veri seti eksik veri açısından incelenmiş ve eksik veri içeren 13 gözlem analiz dışı bırakılmıştır. Ardından betimsel istatistikler (frekans, yüzde, ortalama, standart sapma) hesaplanmış, değişkenler arası ilişkiler korelasyon analizi ile incelenmiş ve ölçeklerin güvenilirliği Cronbach alfa katsayıları ile değerlendirilmiştir. Verilerin normal dağılıma uygunluğu çarpıklık ve basıklık değerleri incelenerek test edilmiştir. Ayrıca çalışmada yer alan değişkenlerin arasındaki ilişkilerin görülmesi amacıyla Pearson Korelasyon Katsayıları hesaplanmıştır. Ardından değişkenler arası aracılık ilişkilerinin belirlenmesi amacıyla yapısal eşitlik modellemesi (YEM) yapılmıştır. Analizler SPSS 25.0 ve AMOS 24.0 programları ile yapılmıştır. Aracılık analizinde dolaylı etkinin anlamlılığı bootstrap yöntemi ile değerlendirilmiş, 5.000 yeniden örnekleme yapılmış ve %95 güven aralığı esas alınmıştır.

Literatür ışığında (Hayes ve Preacher, 2014), bootstrapping'de güven aralıklarının sıfır içermemesi durumunda incelenen etki anlamlı olarak kabul edilmiştir. Araştırmanın aracılık modeli Şekil 3.1 de gösterilmiştir.



Şekil 3.1. Ebeveyn Sosyotelizmin Dijital Bağımlılığa Etkisinde Güvenli Bağlanmanın Aracı Rolü

BÖLÜM 4

4. BULGULAR

Bu başlık altında araştırmanın amacı kapsamında toplanan verilerin istatistiksel analiziyle elde edilen bulgulara yer verilmiştir.

4.1. Betimsel İstatistikler ve Normalliğin Test Edilmesi

Tablo 4.1. Betimsel İstatistikler ve Normallik

Ölçek	Minimum	Maksimum	Ortalama	SS	Çarpıklık	Basıklık
Sosyotelizm (anne)	1.00	4.90	2.19	.87	.81	-.14
Etkileşim kesintileri (anne)	1.00	4.75	1.97	.90	.98	.29
Duygusal tepkiler (anne)	1.00	5.00	2.34	1.02	.70	-.60
Sosyotelizm (baba)	1.00	4.80	2.29	.85	.56	-.51
Etkileşim kesintileri (baba)	1.00	4.75	2.23	.96	.65	-.42
Duygusal tepkiler (baba)	1.00	4.83	2.34	.96	.60	-.59
Güvenli bağlanma (anne)	1.27	3.93	3.01	.54	-.65	-.03
Güvenli bağlanma (baba)	1.20	3.93	2.96	.58	-.52	-.21
Dijital Bağımlılık	1.20	6.80	2.93	1.08	.80	.66

Tablo 4.1.'de değişkenlere ve alt boyutlarına ilişkin minimum–maksimum, ortalama, standart sapma ile çarpıklık–basıklık değerleri sunulmuştur. Anne formu için sosyotelizm toplam puanlarının 1.00 ile 4.90 arasında değiştiği, ortalamanın 2.19 ve standart sapmanın .87 olduğu görülmektedir. Anne formunun etkileşim kesintileri alt boyutunda ortalama 1.97 (SS=.90; min=1.00, max=4.75), duygusal tepkiler alt boyutunda ise ortalama 2.34 (SS=1.02; min=1.00, max=5.00) elde edilmiştir. Baba formu için sosyotelizm puanları 1.00–4.80 aralığında olup ortalama 2.29, standart sapma .85'tir. Alt boyut düzeyinde, etkileşim kesintileri 2.23 (SS=.96; min=1.00, max=4.75) ve duygusal tepkiler 2.34 (SS=.96; min=1.00, max=4.83) ortalamalarına sahiptir. Güvenli bağlanma puanlarının anne formunda ortalama 3.01 (SS=.54; min=1.27, max=3.93), baba formunda ise ortalama 2.96 (SS=.58; min=1.20, max=3.93) olduğu görülmektedir. Dijital bağımlılık tek faktörlü ölçekte puanlar 1.20 ile 6.80 arasında değişmekte; ortalama 2.93 ve standart sapma 1.08'dir. Normallik açısından tüm değişkenlerin çarpıklık ve basıklık katsayılarının kabul gören ± 2 bandı içinde yer aldığı dikkat çekmektedir. Bu bulgular, değişkenlerin normal dağılım varsayımını karşıladığını göstermektedir.

4.2. Değişkenler Arası İlişkiler

Tablo 4.2. Değişkenler Arası Pearson Korelasyon (r) Katsayıları

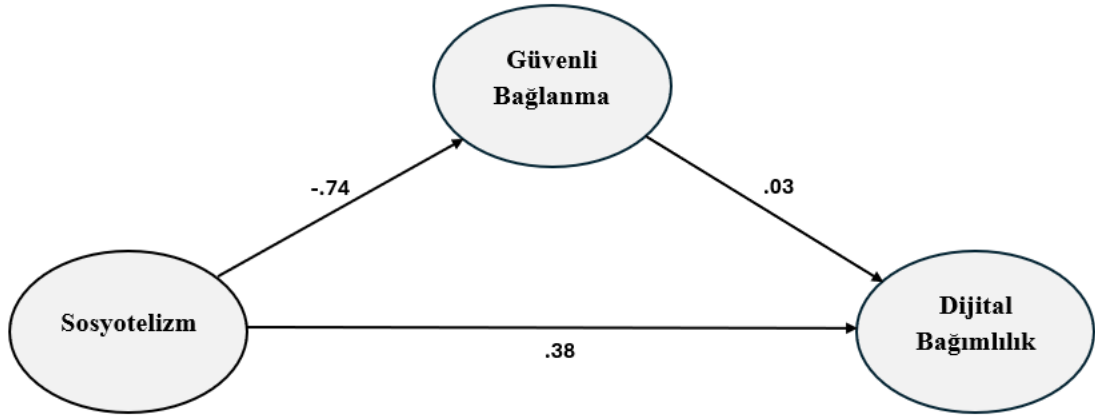
Ölçek	1	2	3	4	5	6	7	8	9
1.Sosyotelizm (anne)	-								
2.Etkileşim kesintileri (anne)	.82**	-							
3.Duygusal tepkiler (anne)	.94**	.60**	-						
4.Sosyotelizm (baba)	.70**	.50**	.70**	-					
5.Etkileşim kesintileri (baba)	.45**	.50**	.35**	.82**	-				
6.Duygusal tepkiler (baba)	.73**	.40**	.79**	.92**	.54**	-			
7.Güvenli bağlanma (anne)	-.58**	-.52**	-.52**	-.44**	-.35**	-.41**	-		
8.Güvenli bağlanma (baba)	-.40**	-.32**	-.38**	-.57**	-.52**	-.49**	.54**	-	
9.Dijital Bağımlılık	.26**	.28**	.20**	.28**	.30**	.20**	-.21**	-.17**	-

Tablo 4.2.'de değişkenler arası ilişkilere işaret eden Pearson korelasyon katsayıları gösterilmiştir. Anneye ilişkin sosyotelizm toplam puanı ile alt boyutlar güçlü ve pozitif ilişkilidir (etkileşim kesintileri $r=.82$, $p<.01$; duygusal tepkiler $r=.94$, $p<.01$). Alt boyutlar kendi aralarında da anlamlı biçimde ilişkilidir ($r=.60$, $p<.01$). Anneye güvenli bağlanma ile anne sosyotelizmi ($r=-.58$, $p<.01$) ve alt boyutları arasında orta düzeyde, negatif yönlü ilişkiler gözlenmiştir (etkileşim kesintileri $r=-.52$, $p<.01$; duygusal tepkiler $r=-.52$, $p<.01$). Dijital bağımlılık, anne sosyotelizmi ($r=.26$, $p<.01$), ve alt boyutları ile pozitif yönde (etkileşim kesintileri $r=.28$; duygusal tepkiler $r=.20$, $p<.01$), anneye güvenli bağlanma ile ise negatif yönde ilişkilidir ($r=-.21$, $p<.01$). Baba sosyotelizmi ile alt boyutları arasında da güçlü ve pozitif ilişkiler bulunmaktadır (etkileşim kesintileri $r=.82$, $p<.01$; duygusal tepkiler $r=.92$, $p<.01$). Baba sosyotelizminin alt boyutları da birbiriyle oldukça yüksek düzeyde ilişkilidir ($r=.92$, $p<.01$). Babaya güvenli bağlanma ile baba sosyotelizmi ($r=-.57$, $p<.01$) ve alt boyutları arasındaki ilişkiler negatif ve orta düzeydedir (etkileşim kesintileri $r=-.52$, $p<.01$; duygusal tepkiler $r=-.49$, $p<.01$). Dijital bağımlılık ise baba sosyotelizmi ($r=.28$, $p<.01$) ve alt boyutlarıyla (etkileşim kesintileri $r=.30$, $p<.01$; duygusal tepkiler $r=.20$; $p<.01$) pozitif; babaya güvenli bağlanma ile negatif ilişkilidir ($r=-.17$, $p<.05$).

4.3. Anne Sosyotelizmi ile Dijital Bağımlılık Arasındaki İlişkide Anneye Güvenli Bağlanmanın Aracı Rolü

Şekil 4.1. ve Tablo 4.3.'te anne modeline ilişkin bulgulara yer verilmiştir. Anne modeli için kurulan aracılık yapısının hem ölçüm hem de yapısal bileşenleri kabul edilebilir düzeyde uyum vermiştir. Ölçüm modelinde $CMIN/DF=2.11$, $GFI=.90$, $AGFI=.91$, $RMSEA=.05$, $CFI=.93$ ve $TLI=.94$ elde edilmiş; gözlenen değişkenlerin faktör yükleri $.65-.88$ aralığında toplanmıştır. Yapısal modelin genel uyumu ise daha iyi düzeydedir ($CMIN/DF=1.77$, $GFI=.98$,

AGFI=.96, RMSEA=.04, CFI=.99, TLI=.98). Bu göstergeler, modelin veriyle istikrarlı biçimde örtüştüğüne işaret etmektedir.



Şekil 4.1. Sosyotelizm ile Dijital Bağımlılık Arasındaki İlişkide Güvenli Bağlanmanın Aracı Rolü (Anne)

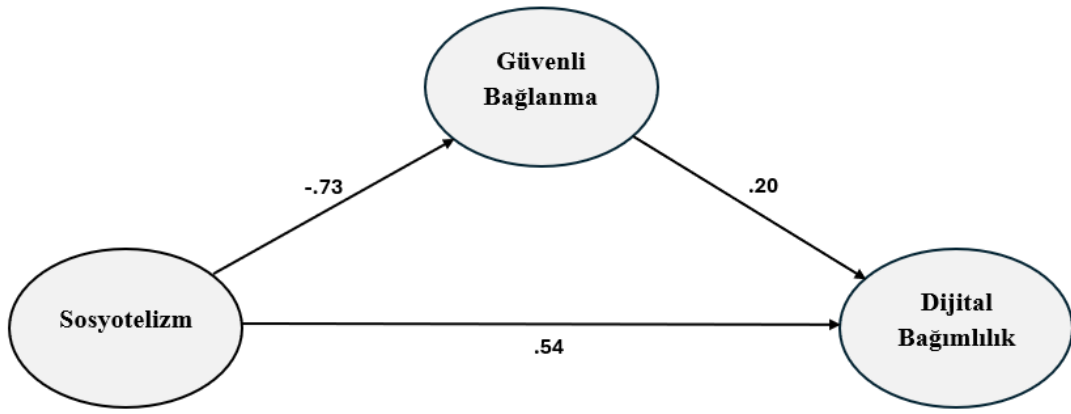
Şekil 4.1. ve Tablo 4.3. birlikte incelendiğinde, öğrencilerin annelerinde algıladıkları sosyotelizmin güvenli bağlanmayı güçlü ve negatif yönde yordadığı görülmektedir ($\beta=-.74$, %95 GA $[-.80, -.67]$, $p<.001$). Sosyotelizmin dijital bağımlılık üzerindeki doğrudan etkisi pozitif ve anlamlıdır ($\beta=.38$, %95 GA $[.19, .58]$, $p<.001$). Buna karşılık güvenli bağlanmanın dijital bağımlılığı açıklayıcı katkısı istatistiksel olarak anlamlı değildir ($\beta=.03$, %95 GA $[-.14, .24]$, $p=.74$). Buna bağlı olarak, bootstrap ile sınanan dolaylı etki (Sosyotelizm \rightarrow Güvenli Bağlanma \rightarrow Dijital Bağımlılık) anlamlı bulunmamıştır ($\beta=-.02$, %95 GA $[-.18, .10]$, $p=.74$). Toplam etki ise $\beta=.36$ (%95 GA $[.25, .46]$, $p<.001$) olarak hesaplanmış ve anlamlı bulunmuştur. Bu sonuçlar, anne bağlamında güvenli bağlanmanın beklenen aracılık işlevini üstlenmediğini göstermektedir. Diğer bir ifadeyle, annede algılanan sosyotelizm arttıkça dijital bağımlılık eğilimi yükselmekte; sosyotelizmin bu etkisi güvenli bağlanma üzerinden açıklanabilir görünmemektedir. Modelin iyi uyum değerlerine karşın, aracılığa ilişkin koşulun sağlanmaması, ilişkide belirleyici etkinin sosyotelizmin doğrudan etkisi olduğunu düşündürmektedir.

Tablo 4.3. Sosyotelizm ile Dijital Bağımlılık Arasındaki İlişkide Güvenli Bağlanmanın Aracı Rolüne İlişkin Bulgular (Anne)

Model	β	Alt Limit	Üst Limit	p
Sosyotelizm \rightarrow Güvenli Bağlanma	-.74	-.80	-.67	.00
Sosyotelizm \rightarrow Dijital Bağımlılık	.38	.19	.58	.00
Güvenli Bağlanma \rightarrow Dijital Bağımlılık	.03	-.14	.24	.74
Dolaylı Etki				
Sosyotelizm \rightarrow Güvenli Bağlanma \rightarrow Dijital Bağımlılık	-.02	-.18	.10	.74
Toplam Etki				
Sosyotelizm \rightarrow Dijital Bağımlılık	.36	.25	.46	.00

4.4. Baba Sosyotelizmi ile Dijital Bağımlılık Arasındaki İlişkide Babaya Güvenli Bağlanmanın Aracı Rolü

Şekil 4.2 ve Tablo 4.4.'te baba modeline ilişkin bulgulara yer verilmiştir. Baba modeli kapsamında kurulan aracılık yapısının ölçüm ve yapısal bileşenleri iyi düzeyde uyum göstermiştir. Ölçüm modelinde CMIN/DF=2.01, GFI=.90, AGFI=.90, RMSEA=.05, CFI=.94 ve TLI=.93 değerleri elde edilmiş; gözlenen değişkenlerin faktör yükleri .67-.90 aralığında toplanmıştır. Yapısal modelin genel uyumu ise daha yüksek düzeydedir (CMIN/DF=1.70, GFI=.98, AGFI=.97, RMSEA=.04, CFI=.99, TLI=.99). Bu göstergeler, modelin veriyle istikrarlı biçimde örtüştüğüne işaret etmektedir.



Şekil 4.2. Sosyotelizm ile Dijital Bağımlılık Arasındaki İlişkide Güvenli Bağlanmanın Aracı Rolü (Baba)

Şekil 4.2. ve Tablo 4.4. incelendiğinde, öğrencilerin babalarında algıladıkları sosyotelizmin güvenli bağlanmayı güçlü ve negatif yönde yordadığı ($\beta=-.73$, %95 GA $[-.80, -.66]$, $p<.001$) ve dijital bağımlılık üzerindeki doğrudan etkinin pozitif ve anlamlı olduğu görülmektedir ($\beta=.54$, %95 GA $[.33, .76]$, $p<.001$). Güvenli bağlanmanın dijital bağımlılığa etkisi düşük, pozitif yönde ve anlamlı düzeydedir ($\beta=.20$, %95 GA $[.01, .41]$, $p=.07$). Bununla birlikte dolaylı etki (Sosyotelizm \rightarrow Güvenli Bağlanma \rightarrow Dijital Bağımlılık) bootstrap ile anlamlıdır ($\beta=-.15$, %95 GA $[-.32, -.01]$). Bu bulgu, etkinin küçük ölçekli bir aracılık yoluyla gerçekleştiğine işaret etmektedir. İşaretin negatif olması, sosyotelizmin güvenli bağlanmayı zayıflatması ve modelde güvenli bağlanmanın dijital bağımlılıkla pozitif ilişkilendirilmesi nedeniyle, dolaylı yolun doğrudan pozitif etkiyi bir miktar törpülediğini göstermektedir. Nitekim toplam etki $\beta=.39$ (%95 GA $[.28, .49]$, $p<.001$) olarak hesaplanmıştır. Sonuç olarak,

baba modelinde sosyotelizm dijital bağımlılığı ağırlıkla doğrudan artırmakta; buna eşlik eden zayıf fakat anlamlı bir kısmi aracılık etkisi bulunmaktadır.

Tablo 4.4. Sosyotelizm ile Dijital Bağımlılık Arasındaki İlişkide Güvenli Bağlanmanın Aracı Rolüne İlişkin Bulgular (Baba)

Model	β	Alt Limit	Üst Limit	<i>p</i>
Sosyotelizm→Güvenli Bağlanma	-.73	-.80	-.66	.00
Sosyotelizm→Dijital Bağımlılık	.54	.33	.76	.00
Güvenli Bağlanma→Dijital Bağımlılık	.20	.01	.41	.07
Dolaylı Etki				
Sosyotelizm→Güvenli Bağlanma→Dijital Bağımlılık	-.15	-.32	-.01	
Toplam Etki				
Sosyotelizm→Dijital Bağımlılık	.39	.28	.49	.00

BÖLÜM 5

5. TARTIŞMA, SONUÇ VE ÖNERİLER

Bu bölümde, araştırmadan elde edilen bulgular tartışılmış, ardından sonuç ve önerilere yer verilmiştir.

5.1. Tartışma

Bu araştırmanın amacı, ortaokul öğrencilerinde ebeveyn sosyotelizmi ile dijital bağımlılık arasındaki ilişkide güvenli bağlanmanın aracı rolünü ortaya koymaktır. Amaç doğrultusunda 2025 yılında Konya ili Merkez ilçesindeki devlet okullarında öğrenim gören 446 öğrencilerden yüz yüze veri toplanmıştır. Toplanan verilerden elde edilen bulgular bu bölümde tartışılmıştır.

5.1.1. Ebeveyn sosyotelizminin güvenli bağlanmaya etkisine ilişkin tartışma

Bağlanma kuramı çerçevesinde, özellikle orta çocukluk döneminde bağlanma figürlerinin yalnızca fiziksel olarak mevcut olmaları değil, aynı zamanda çocuk için duygusal olarak erişilebilir olmaları temel bir gereklilik olarak kabul edilmektedir (Bowlby, 1982b). Ebeveynlerin çocuklarıyla etkileşim hâlindeyken dikkatlerini yoğun biçimde akıllı telefonlarına yönlentmeleri, çocuk tarafından ebeveynin duygusal olarak ulaşılmaz olduğu şeklinde algılanabilmektedir. Bu algı, ebeveynin çocuk için bir “güvenli üs” (secure base) işlevi görme kapasitesini zayıflatmakta; ebeveyn-çocuk ilişkisinde duygusal senkronizasyonun bozulmasına ve çocuğun duygusal ihtiyaçlarının yeterince karşılanamamasına yol açabilmektedir. Bu bağlamda, ebeveyn sosyotelizmi ile bağlanma arasındaki bu ilişkiden yola çıkılarak bu araştırmada ortaokul öğrencilerinin algıladıkları ebeveyn sosyotelizminin güvenli bağlanmalarını nasıl etkilediği incelenmiştir. Bulgular, algılanan ebeveyn sosyotelizminin, çocukların hem anneye hem de babaya yönelik güvenli bağlanma düzeylerini oldukça güçlü ve negatif yönde etkilediğini göstermiştir. Alan yazında doğrudan bu ilişkiyi ele alan bir çalışmada, ergenlerin algıladıkları ebeveyn sosyotelizmi ile ebeveyn-çocuk bağlanması arasında negatif yönde anlamlı ilişkiler içinde olduğu görülmüştür (Xie vd., 2019). Bu ilişkiyi doğrudan ele alan başka bir çalışmaya rastlanılmamasına karşın, alan yazında sosyotelizm ile birlikte ele alınan ve teknoloji temelli araçların kullanımı nedeniyle bireyler arasındaki iletişim süreçlerinin kesintiye uğraması olarak tanımlanan Teknoferans (technoference) ile yapılan boylamsal çalışmada da benzer sonuçlara ulaşılmıştır. Bu çalışmada araştırmacılar, Çinli

gençler üzerinde yaptıkları boylamsal analiz sonucunda ebeveynlerin teknofreansı ile güvenli bağlanma arasında negatif yönlü bir ilişki olduğu sonucuna ulaşmışlardır (Xie vd., 2025).

Williams'ın (2009) temel psikolojik ihtiyaçlar kuramında vurgulanan ait olma ihtiyacının, sosyotelizme maruz kalma durumlarında en güçlü biçimde zarar gören ihtiyaç olarak ortaya çıkması, bağlanma kuramı açısından anlamlı bir çerçeve sunmaktadır. Bağlanma ilişkilerinin özünde yer alan ait olma ve kabul edilme deneyimi, ebeveynin duygusal olarak erişilebilir olmasıyla doğrudan ilişkilidir (Bowlby, 1982b). Ebeveyn sosyotelizmi, çocuğun ebeveyniyle kurduğu etkileşimde görmezden gelinme ve ikincil plana atılma deneyimini artırarak, güvenli bağlanma için gerekli olan duygusal yakınlık ve sürekliliği zayıflatma riskini barındırmaktadır. Pancani ve diğerleri (2021) tarafından 3.289 İtalyan ergen (15-16 yaş) üzerinde yürütülen kapsamlı çalışma sonuçlarına göre ergenlerin algıladığı ebeveyn sosyotelizm düzeyleri ile ebeveynlerine karşı hissettikleri sosyal bağlantısızlık (social disconnection) duygusu arasında pozitif ve anlamlı bir ilişki bulunmuştur. Yani ergenler, ebeveynleri tarafından ne kadar çok sosyotelizme maruz kaldıklarını hissedersen, onlarla olan bağlarının o kadar zayıf olduğunu düşünmektedirler ki buda bu riskin varlığını destekler niteliktedir.

5.1.2. Ebeveyn sosyotelizminin dijital bağımlılığa etkisine ilişkin tartışma

Bu araştırmanın temel bulgularından biri, hem anne hem de baba için algılanan sosyotelizm ile ortaokul çocuklarının dijital bağımlılık düzeyleri arasında pozitif yönlü ve anlamlı bir ilişkinin tespit edilmiş olmasıdır. Elde edilen sonuçlar, ebeveynlerin akıllı telefon kullanımına yönelik sergiledikleri aşırı yönelimin, çocukların dijital teknolojilere problemlili düzeyde bağlanmaları üzerinde belirleyici bir risk faktörü teşkil ettiğini doğrulamaktadır. Aile içindeki dijital davranışların karşılıklı bir etkileşim döngüsü içinde şekillenmesi (Kos vd., 2025), ebeveyn tutumlarının çocuk üzerindeki yansımalarını daha görünür kılmaktadır. Sosyal öğrenme kuramı çerçevesinde ele alındığında, özellikle çocuk ve ergenlerin davranışlarını çevrelerindeki önemli modelleri gözlemleyerek yapılandırdıkları bilinmektedir (Bandura, 1978). Bu bağlamda ebeveynler, ergenler için en temel ve etkili rol modeller arasında yer almaktadır.

Ebeveynlerin günlük yaşamda, özellikle yüz yüze iletişim anlarında dijital cihazlara öncelik vermeleri, ergenler tarafından bu davranışların olağan, kabul edilebilir ve hatta sosyal bir gereklilik olduğu yönünde algılanmasına neden olabilmektedir (Chotpitayasunondh ve Douglas, 2016; Liu vd., 2023). Bu durum, literatürde bireylerin toplum içinde nasıl

davranmaları gerektiğine dair geliştirdikleri rehber ilkeler olan "normatif etki" mekanizmasıyla açıklanmaktadır. Normatif Sosyal Davranış Teorisi'ne göre bu etki, tanımlayıcı ve ihtiyati normlar üzerinden işlemektedir (Rimal ve Real, 2005). Tanımlayıcı normlar, bir davranışın ne kadar yaygın olduğuna dair algıyı ifade ederken; ihtiyati normlar, davranışın sosyal olarak ne kadar onaylandığı ile ilgilidir. Ebeveynlerin sürekli telefonla ilgilenmesi, ergenlerde bu durumun yaygın bir "kural" olduğu algısını (tanımlayıcı norm) geliştirerek bilişsel bir kestirme yol oluşturmaktadır. Ebeveyn sosyotelizmi, ergenlerin bu davranışın toplumda genelgeçer olduğuna dair algısını artırarak bir aracılık rolü üstlenmektedir (Liu vd., 2023). Bu algı biçimi, ergenlerin dijital cihaz kullanımına ilişkin tutumlarını pekiştirerek kontrolsüz kullanım eğilimlerinin gelişimine uygun bir zemin hazırlamaktadır.

Yurt dışında yapılan araştırma sonuçları, ebeveynlerin çocuklarıyla etkileşim halindeyken telefonlarıyla meşgul olmalarını ifade eden ebeveyn sosyotelizminin, ergenlerin kendi sosyotelizm davranışlarını anlamlı ve güçlü bir şekilde yordadığını ortaya koymuştur. Bulgular, ebeveynlerin sergilediği bu ihmalkâr tutumun ergenlerin sosyotelizm davranışındaki değişkenliğin önemli bir kısmını açıkladığını ve ebeveynin bu davranışının, çocuğun benzer bir sosyal dışlama tutumu sergileme riskini belirgin şekilde artırdığını göstermektedir (Kos vd., 2025; Liu vd., 2023).

Bu çalışmada elde edilen veriler, literatürdeki benzer araştırma sonuçlarıyla da büyük bir paralellik göstermektedir. Örneğin, Bai ve diğerleri (2020) tarafından Çinli ergenler üzerinde yapılan kapsamlı çalışmada da ebeveyn sosyotelizm davranışının gençlerin kendi sosyotelizm eğilimlerini pozitif yönde etkilediği saptanmıştır. Sonuç olarak, ebeveynlerin akıllı telefon kullanımına yönelik aşırı tutumları, çocukların dijital dünyayla kurdukları ilişkinin niteliğini belirleyen kritik bir unsur olarak değerlendirilmektedir. Bunun yanı sıra sosyal kontrol teorisi, aile içi denetim ve etkileşimin ergen davranışlarını düzenlemede önemli bir işlev üstlendiğini vurgulamaktadır (Mason ve Windle, 2002). Bu bağlamda, ebeveynlerin mobil cihazlarla meşgul olmaları, çocukların dijital kullanım alışkanlıklarını izleme ve sınırlandırma süreçlerini zayıflatmakta; bu durum da dijital bağımlılık riskini artırabilmektedir (Tang vd., 2024). Elde edilen bulgular, alanyazında ebeveyn sosyotelizminin ergenlerde problemlili akıllı telefon kullanımı ve dijital bağımlılık ile ilişkili olduğunu ortaya koyan önceki araştırma sonuçlarıyla tutarlılık göstermektedir (Mi vd., 2023; Wang vd., 2023; Zhang vd., 2021). Nitekim ebeveynlerini sürekli telefon kullanırken gören ergenler bu davranışı taklit etmekte; bu durum ise onları internet kullanımı, akıllı telefon kullanımı ve teknolojinin beraberinde

getirdiği akıllı telefon bağımlılığı, sosyal medya bağımlılığı, sosyal ağ sitesi (SNS) bağımlılığı veya sanal oyun bağımlılığı gibi risklere açık hale getirmektedir (Dong vd., 2023; Hong vd., 2019; Mi vd., 2023; Shen vd., 2023; Tang vd., 2024; Zhou vd., 2022).

5.1.3. Güvenli bağlanmanın dijital bağımlılığa etkisine ilişkin tartışma

Araştırmadan elde edilen bulgular, anne modelinde güvenli bağlanmanın dijital bağımlılık üzerinde istatistiksel olarak anlamlı bir etkisinin bulunmadığını; buna karşın baba modelinde bu ilişkinin düşük düzeyde ve sınırdan anlamlılık gösterdiğini ortaya koymaktadır. Bu durum, ebeveyn-çocuk ilişkisinin dijital bağımlılık üzerindeki etkisinin ebeveyn rolüne göre farklılaşabileceğine işaret etmektedir. Elde edilen bulgular, Knipmeyer (1977) tarafından geliştirilen Ebeveyn Kabul-Red Kuramı'nın (PAR Kuramı) temel varsayımlarıyla kısmen tutarlıdır (Rohner, 2004). Kuramsal çerçevede, ebeveynleri tarafından temel sevgi ve kabul ihtiyaçları yeterince karşılanmayan bireylerin, bu duygusal boşluğu telafi edecek farklı kaynaklara yöneldiği bilinmektedir (Rohner, 1998). Ancak bu çalışmada özellikle anneye güvenli bağlanmanın dijital bağımlılık üzerindeki etkisinin anlamsız bulunması, söz konusu ilişkinin her ebeveyn için aynı düzeyde işlemediğini düşündürmektedir.

Bu mekanizmayı destekleyen Telafi Edici Doyum Kuramı (Liu vd., 2016), çevrim dışı sosyal ve psikolojik ihtiyaçların karşılanmamasının çocukları bu doyumun elde edebilecekleri çevrim içi mecralara ittiğini; dolayısıyla çevrim içi oyunlara aşırı yönelimin ergenler için telafi edici bir işlev gördüğünü ileri sürmektedir (Marino ve Spada, 2017). Nitekim Hong ve diğerleri (2019), ebeveynleriyle olumsuz ilişkilere sahip olan ergenlerin bu eksikliği gidermek amacıyla çevrim içi dünyaya yöneldiklerini ve bu durumun kullanım riskini artırdığını saptamıştır. Bununla birlikte mevcut bulgular, bu telafi edici sürecin özellikle baba ile kurulan bağ üzerinden daha sınırlı da olsa etkili olabileceğini göstermektedir.

Ebeveyn-çocuk ilişkisindeki bu farklılaşma, tarafların davranışlara yönelik algı farklılıklarından da beslenmektedir. Yapılan bir çalışmada ergenlerin ebeveyn sosyotelizm davranışlarını ebeveynlerin kendi farkındalıklarından çok daha yoğun algıladıklarını ve bu algısal uçurumun akıllı telefon bağımlılığını pozitif yönde yordadığını ortaya koymuştur (Chen vd., 2023). Bu durum "Uyumsuzluk-Uyumsuzluk" hipotezi ile açıklanmakta; ebeveyn ve ergen algılarının örtüşmemesinin çocukta dışlanmışlık hissi yaratarak bağımlılığı tetiklediği belirtilmektedir (Wang vd., 2023). Bu süreçte Aidiyet Kuramı (Baumeister ve Leary, 1995) çerçevesinde değerlendirildiğinde, yalnızlıktan kaçınma ve bir gruba ait olma ihtiyacı temel bir motivasyon kaynağıdır. Dong ve diğerleri (2023) yaptığı çalışmada ise, ebeveyn

sosyotelizminin ergenlerde sosyal ihmal algısını artırarak bağlanma ilişkisini zayıflattığını, bu zedelenmenin tetiklediği yalnızlık duygusunun ise ergenleri sosyal ağ sitelerine (SNS) yönelttiğini göstermiştir. Sosyal ağlar bu aidiyet ihtiyacına geçici bir psikolojik telafi sunsa da (Andreassen, 2015), bu süreç kullanımı pekiştirerek zamanla bağımlılık riskini artırmaktadır (Ryan vd., 2014; Wang, 2020).

Sonuç olarak, ebeveyn-çocuk ilişkisinin niteliği bireyin hem duygusal hem de bilişsel dünyasını şekillendirmektedir. Olumsuz aile ortamları ergenlerin öz-değerlendirme becerilerini zayıflatırken (Wang vd., 2021), Shen ve diğerlerinin (2023) çalışmasında saptandığı üzere ebeveyn sosyotelizmi özsaygıda düşüşe ve "İnternet oyunları benim tek arkadaşımıdır" gibi uyumsuz bilişlerin gelişmesine yol açarak bağımlılığı seri bir etkiyle tetiklemektedir. Benzer şekilde Zhou ve diğerlerinin (2022) çalışmasında ebeveyn-çocuk çatışmasının internet oyun bağımlılığı ile pozitif ilişkili olduğu; Mi ve diğerleri (2023) ise bağlanma kalitesi arttıkça bağımlılık eğiliminin azaldığını rapor etmiştir. Ancak mevcut araştırma bulguları, bu ilişkinin özellikle baba bağlanması üzerinden daha görünür olduğunu, anne bağlanmasının ise dijital bağımlılık üzerinde doğrudan belirleyici bir rol oynamayabileceğini göstermektedir. Bu durum, güvenli ebeveyn bağının dijital bağımlılığa karşı koruyucu etkisinin bağlanılan ebeveynin rolüne göre farklılaşabileceğine işaret etmektedir.

5.1.4. Ebeveyn sosyotelizminin dijital bağımlılığa etkisinde güvenli bağlanmanın aracı rolünün tartışması

Araştırmadan elde edilen bulgular, ebeveyn sosyotelizminin dijital bağımlılık üzerindeki etkisinde güvenli bağlanmanın aracılık rolünün anne ve baba modellerinde farklılaştığını ortaya koymaktadır. Anne modelinde algılanan sosyotelizmin güvenli bağlanmayı güçlü şekilde zayıflatmasına rağmen, güvenli bağlanmanın dijital bağımlılık üzerindeki etkisinin anlamsız olduğu ve bir aracılık etkisinin gerçekleşmediği saptanmıştır; bu durum, anne bağlamındaki dijital bağımlılığın bağlanma kalitesinden bağımsız olarak sosyotelizmin doğrudan bir sonucu olduğuna işaret etmektedir. Buna karşın baba modelinde, sosyotelizmin dijital bağımlılığı hem doğrudan hem de güvenli bağlanma üzerinden dolaylı olarak (kısmi aracılık) artırdığı tespit edilmiştir.

Literatürde anneler, geleneksel olarak çocukların temel bakım verenleri ve duygusal ihtiyaçlarının birincil karşılayıcıları olarak kabul edildiğinden (Bornstein ve Tamis-LeMonda, 2022; Rocha, 2020), anne-çocuk ilişkisi çocuk için "vazgeçilmez birincil kaynak" olma özelliğini korumaktadır. Yakın bir geçmişe kadar ebeveyn-çocuk ilişkisini inceleyen

çalışmalarda özellikle annenin rolü üzerinde durulması, bebeğin ilk nesnesinin anne olduğunu vurgulayan psiko-sosyal gelişim teorisinin bir sonucu olarak değerlendirilebilir (Özdemir vd., 2012;Şahin ve Mercan,2017). Bulgularımızda, anne modelinde algılanan sosyotelizmin güvenli bağlanmayı güçlü şekilde zayıflatmasına rağmen, bu zayıflamanın dijital bağımlılık üzerinde anlamsız kalması ve bir aracılık etkisinin geręekleřmemesi, annenin teknolojik dışlama davranışının çocukta doğrudan bir reaksiyon tetiklediğini göstermektedir.

Annenin bu doğrudan etkisinin aksine baba modelinde ortaya çıkan kısmi aracılık etkisi, modern ebeveynlik yapısındaki "yeni babalık" (new fathering) kavramı çerçevesinde anlam kazanmaktadır (Bataille ve Hyland, 2023; Volling ve Palkovitz, 2021). Günümüzde bir çocuğa sahip olmak ebeveynler arasında bir mutluluk kaynağı olarak görülmekte; çocuk yetiştirmede nitelikli bir baba-çocuk ilişkisi kurmak, çocuğun sağlıklı ve bağımsız bir kimlik geliştirmesi açısından kritik önem taşımaktadır (Kağıtçıbaşı, 2019).Geleneksel otoriter, mesafeli ve yalnızca maddi kaynak sağlayan baba figürünün yerini, anne ile iş birliği içinde çocuk bakımına katılan ve ev içinde daha görünür olan babalık rolüne bırakması (Adamsons ve Johnson, 2013; Belli vd., 2021), baba ile kurulan güvenli bağın dijital bağımlılık sürecinde stratejik bir mekanizma haline gelmesine yol açmıştır. Araştırma sonucunda babanın sosyotelizminin dijital bağımlılığı hem doğrudan hem de güvenli bağlanma üzerinden dolaylı olarak artırması, babanın çocukla kurduğu bağın modern dünyada hala inşa edilmekte olan ve dışsal müdahalelere (teknolojik kesintilere) karşı daha hassas bir dengede durduğuna işaret etmektedir. Sonuç olarak, anne bağlamındaki dijital bağımlılığın bağlanma kalitesinden bağımsız doğrudan bir sonuç olması annenin merkezi rolünü; baba modelindeki aracılık etkisi ise modern babanın çocuk yaşamındaki artan ve aracı rol üstlenen yeni konumunu yansıtmaktadır.

Elde edilen bu sonuçlar, aile sistemi içindeki bireylerin birbiriyle bağlantılı olduğunu ve karşılıklı etkileşimler yoluyla birbirini etkilediğini ileri süren Aile Sistemleri Kuramı (Bowen, 1974; Calatrava vd., 2022) ile teorik bir bütünlük sergilemektedir. Ebeveynin sosyotelizm davranışı, aile biriminin genel uyum kapasitesini ve ebeveyn-çocuk dinamiğini bozarak sistemin sağlığını etkilemektedir. Nitekim Xie ve diğerleri (2019) tarafından yapılan çalışma da ebeveyn sosyotelizminin ergenlerin cep telefonu bağımlılığı ile pozitif yönde ilişkili olduğunu ve ebeveyn-çocuk bağlanmasının bu ilişkide kilit bir aracı rol oynadığını doğrulamaktadır. Benzer şekilde Xie ve diğerleri (2025) ebeveyn teknoferansı ile ergenlerin problemlili cep telefonu kullanımı arasında karşılıklı bir ilişki olduğunu ve ebeveyn bağlanmasının bu süreçte boylamsal bir aracı olarak işlev gördüğünü saptamıştır.

Bu araştırmanın bulguları, literatürdeki (Xie vd., 2019, 2025) ebeveyn bağlanmasının aracı rolüne ilişkin genel kanıyı desteklemekle birlikte, bu etkileşimin anne ve baba özelinde farklı mekanizmalar üzerinden işlediğini göstererek literatüre özgün bir nüans sunmaktadır. Xie ve diğerleri (2019) ebeveyn-çocuk bağlanmasının genel bir aracı olduğunu belirtirken, bu çalışmanın sonuçları söz konusu aracılık mekanizmasının baba figüründe daha belirgin, anne figüründe ise doğrudan bir etki şeklinde tezahür ettiğini ortaya koymaktadır. Dolayısıyla, çocukların dijital bağımlılıklarını ele alırken aile dinamiklerinin değişen rollerini ve ebeveyn figürlerinin farklılaşan etkilerini dikkate almak büyük önem taşımaktadır

5.2. Sonuç

Bu çalışmada, ortaokul öğrencilerinde ebeveyn sosyotelizmi ve dijital bağımlılık arasındaki ilişkide güvenli bağlanmanın aracı rolü araştırılmıştır. Araştırmadan elde edilen sonuçlar aşağıda verilmiştir.

- Anneye güvenli bağlanma ile anne sosyotelizmi ve alt boyutları(etkileşim kesintileri, duygusal tepkiler) arasında orta düzeyde, negatif yönlü ilişki vardır.
- Dijital bağımlılık, anne sosyotelizmi ve alt boyutları ile pozitif yönde (etkileşim kesintileri, duygusal tepkiler), anneye güvenli bağlanma ile ise negatif yönde ilişkilidir.
- Babaya güvenli bağlanma ile baba sosyotelizmi ve alt boyutları(etkileşim kesintileri, duygusal tepkiler) arasındaki ilişkiler negatif ve orta düzeydedir.
- Dijital bağımlılık ise baba sosyotelizmi ve alt boyutlarıyla (etkileşim kesintileri, duygusal tepkiler) pozitif; babaya güvenli bağlanma ile negatif ilişkilidir.
- Anne modelinde, sosyotelizmin dijital bağımlılık üzerindeki doğrudan etkisi anlamlıdır.
- Anneye güvenli bağlanma, anne sosyotelizmi ile dijital bağımlılık arasındaki ilişkide anlamlı bir aracı rol üstlenmemektedir.
- Baba modelinde, sosyotelizmin dijital bağımlılık üzerindeki doğrudan etkisi anlamlıdır.
- Babaya güvenli bağlanma, baba sosyotelizmi ile dijital bağımlılık arasındaki ilişkide kısmi aracı rol oynamaktadır.

5.3. Öneriler

Bu bölümde araştırma kapsamında ulaşılan sonuçların ışığında araştırmacılara, uygulayıcılar başlığı altında öğretmenlere ve velilere yönelik öneriler sunulmuştur.

5.3.1. Araştırmacılara yönelik neriler

Bu araştırmanın bulguları, ebeveyn sosyotelizminin dijital bağımlılık üzerindeki etkisinin ebeveyn cinsiyetine göre farklı psikolojik mekanizmalar (doğrudan vs. dolaylı) zerinden işlediğini göstermektedir. Bu doğrultuda, gelecekte yapılacak çalışmalar için şu öneriler sunulabilir:

- Bu çalışmada anne ve baba modelleri arasındaki farklar kesitsel verilerle ortaya konmuştur. Gelecek araştırmalarda, boylamsal (longitudinal) desenler kullanılarak, anneden gelen doğrudan etkinin ve babadan gelen dolaylı (aracılı) etkinin zaman içerisindeki değişimi ve kalıcılığı incelenebilir.
- Mevcut araştırma, örneklem seçimi açısından Konya ili sınırları içerisinde öğrenim gören öğrencilerle kısıtlıdır. Gelecek çalışmalarda, bulguların genellenebilirliğini artırmak adına farklı sosyo-kültürel özelliklere sahip farklı illerdeki ğrenci gruplarının da sürece dahil edilmesi önerilmektedir.
- Anne modelinde güvenli bağlanmanın neden aracı rol oynamadığına dair daha derinlemesine bilgi edinmek amacıyla nitel görüşmelerle desteklenen karma yöntemler kullanılabilir. Çocukların anneden ve babadan gelen sosyotelizm davranışına yükledikleri anlamların nitel olarak incelenmesi, bu çalışmadaki istatistiksel farklılıkların altında yatan öznel nedenleri aydınlatılabilir.
- Araştırmacılar, sadece çocuğun algıladığı bağlanmayı değil, ebeveynlerin kendi bağlanma stillerini ve teknoloji kullanım motivasyonlarını da modele dahil ederek, aile sistemindeki etkileşimi daha geniş bir perspektifle ele alabilirler.
- Bulgular, müdahale programlarının ebeveyn fiğrne göre özelleştirilmesi gerektiğini düşündürmektedir. Araştırmacılar, annelere yönelik "doğrudan teknoloji detoksu/yönetimi" ile babalara yönelik "bağlanma temelli ilişki geliştirme" odaklı deneysel müdahale programlarının etkililiğini karşılaştırmalı olarak inceleyebilirler.

5.3.2. Uygulayıcılara yönelik neriler

- Okullarda yürütülen dijital bağımlılık seminerleri, sadece öğrencinin ekran süresine odaklanmak yerine; ebeveynlerin sosyotelizm davranışlarının ocuk üzerindeki doğrudan ve dolaylı etkilerini içerecek şekilde genişletilerek sunulabilir.

- Dijital bağımlılık riski taşıyan ortaokul öğrencilerine yönelik hazırlanan psiko-eğitim programlarında, aile içi iletişim ve "güvenli bağlanma" temaları ana modül olarak işlenebilir. Özellikle babalarla yapılan çalışmalarda, bağlanma kalitesinin koruyucu bir faktör olduğu vurgulanabilir.
- Ortaokul döneminin gelişimsel özellikleri dikkate alınarak, ebeveyn ve çocukların dijital araçlardan arındırılmış ortamlarda ortak bir amaca yönelik çalıştığı (sosyal sorumluluk projeleri, spor müsabakaları vb.) "nitelikli etkileşim alanları" oluşturulabilir.
- Eğitimciler, öğrencilere yönelik rehberlik çalışmalarında, dijital bağımlılığın sadece bireysel bir sorun değil, aile içi etkileşimsel bir sonuç olabileceği bilinciyle yaklaşmalı; aile görüşmelerinde ebeveynlerin teknoloji kullanım alışkanlıklarını da gözlemlemelidir.
- Ebeveynler, çocuklarıyla etkileşim halindeyken (yemek vakti, sohbet anı, ortak aktiviteler) telefon kullanımını sınırlandırarak sosyotelizm davranışını minimize edebilirler. Örneğin ev içerisinde mutfak masası gibi "ekransız bölgeler" oluşturulabilir.
- Araştırma bulgusuna göre babaya güvenli bağlanmanın kısmi aracı rol oynaması, babaların çocuklarıyla kuracağı bağı dijital bağımlılığa karşı bir tampon (buffer) görevi gördüğünü kanıtlamaktadır. Babaların çocukla geçirdiği vaktin niceliğinden ziyade, duygusal erişilebilirliğe dayalı niteliği artırıcı etkinlik ve oyunlar oynamayı önceleyebilirler.
- Ebeveynler, çocuk bir iletişim girişimi başlattığında dijital cihazlarla ilgilenmek yerine, çocukla göz teması kurarak ve etkin dinleme yaparak "duygusal ulaşılabilirlik" sağlayarak güvenli bağlanmayı zedeleyecek davranışlardan kaçınabilirler.
- Teknoloji kullanımı konusunda sadece çocuğa kısıtlama getirmek yerine, tüm aile fertlerinin uyacağı "dijital kullanım sözleşmeleri" hazırlanabilir. Böylelikle ebeveynlerin kendi cihaz kullanım sürelerini denetlemeleri, çocuk için olumlu bir model oluşturacaktır.



KAYNAKLAR

- Abramova, O., Baumann, A., Krasnova, H., ve Lessmann, S. (2017, June 5-10). *To phub or not to phub: Understanding off-task smartphone usage and its consequences in the academic environment* [Paper presentation]. 25th European Conference on Information Systems (ECIS), Guimarães, Portugal. https://aisel.aisnet.org/ecis2017_rp/77/
- Abu-Snieneh, H. M., Aroury, A. M. A., Alsharari, A. F., Al-Ghabeesh, S. H., ve Esaileh, A. A. (2020). Relationship between sleep quality, using social media platforms, and academic performance among university students. *Perspectives in Psychiatric Care*, 56(2), 415–423. <https://doi.org/10.1111/ppc.12450>
- Adamsons, K., ve Johnson, S. K. (2013). An updated and expanded meta-analysis of nonresident fathering and child well-being. *Journal of Family Psychology*, 27(4), 589–599. <https://doi.org/10.1037/a0033786>
- Ahad, A., ve Lim, S. (2014). Convenience or nuisance?: The “WhatsApp” dilemma. In C. Mustaffa, B. Mohamad, ve H. Halim (Eds.), *Procedia - Social and Behavioral Sciences* (Vol. 155, pp. 189–196). Elsevier. <https://doi.org/10.1016/j.sbspro.2014.10.278>
- Ahmed, A., Elemo, A., ve Hamed, O. (2023). Smartphone addiction and phubbing in international students in Turkey: The moderating role of mindfulness. *Journal of College Student Development*, 64(1), 64–78. <https://doi.org/10.1353/csd.2023.0005>
- Ainsworth, M. D. (1964). Patterns of attachment behavior shown by the infant in interaction with his mother. *Merrill-Palmer Quarterly of Behavior and Development*, 10(1), 51–58.
- Ainsworth, M. D. S. (1979). Attachment as related to mother-infant interaction. In J. S. Rosenblatt, R. A. Hinde, C. Beer, ve M.-C. Busnel (Eds.), *Advances in the study of behavior* (Vol. 9, pp. 1–51). Academic Press. [https://doi.org/10.1016/S0065-3454\(08\)60032-7](https://doi.org/10.1016/S0065-3454(08)60032-7)
- Ainsworth, M. D. S., Blehar, M. C., Waters, E., ve Wall, S. (1978). *Patterns of attachment: A psychological study of the strange situation*. Lawrence Erlbaum Associates.
- Ainsworth, M. S. (1989). Attachments beyond infancy. *American Psychologist*, 44(4), 709–716. <https://doi.org/10.1037/0003-066X.44.4.709>
- Akbağ, M., Aydoğdu, F., ve Rizzo, A. (2024). *A new measure of the parental phubbing-mother and father form for Turkish adolescents: Evaluation of validity and reliability* [Preprint]. Research Square. <https://doi.org/10.21203/rs.3.rs-4378909/v1>
- Akbaş, Ö. Z., ve Dursun, C. (2020). Teknolojinin aileye etkisi: Değişen ailenin dijital ebeveyn ve çocukları. *Turkish Studies-Social Sciences*, 15(4). <https://doi.org/10.29228/TurkishStudies.43431>

- Akgül, C. S. (2023). İnternet ve akıllı telefon bağımlılığında sosyotelizme: Sosyal hizmet perspektifinden derinlemesine bir inceleme. *Journal of Youth Research*, 11(31), 69–97. <https://doi.org/10.52528/genclikarastirmalari.1328519>
- Ali, R., Jiang, N., Phalp, K., Muir, S., ve McAlaney, J. (2015). The emerging requirement for digital addiction labels. In S. Fricker ve K. Schneider (Eds.), *Requirements engineering: Foundation for software quality* (Vol. 9013, pp. 198–213). Springer. https://doi.org/10.1007/978-3-319-16101-3_13
- Almeida, F., Marques, D. R., ve Gomes, A. A. (2023). A preliminary study on the association between social media at night and sleep quality: The relevance of FOMO, cognitive pre-sleep arousal, and maladaptive cognitive emotion regulation. *Scandinavian Journal of Psychology*, 64(2), 123–132. <https://doi.org/10.1111/sjop.12880>
- Almourad, M., McAlaney, J., Skinner, T., Pleya, M., ve Ali, R. (2020). Defining digital addiction: Key features from the literature. *Psihologija*, 53(3), 237–253. <https://doi.org/10.2298/PSI191029017A>
- Alptekin, M. U., ve Koçyiğit, E. G. (2024). Üniversite öğrencilerinin nomofobi ve akıllı telefon bağımlılığının bağlanma stilleri ile algılanan sosyal destek arasındaki ilişkinin incelenmesi. *Aydın İnsan ve Toplum Dergisi*, 10(1), 117–137. <https://doi.org/10.59825/aydininsan.1384048>
- Al-Saggaf, Y., ve MacCulloch, R. (2018, December 13–16). *Phubbing: How frequent? Who is phubbed? In which situation? And using which apps?* [Paper presentation]. Thirty Ninth International Conference on Information Systems (ICIS), San Francisco, CA, United States. <https://aisel.aisnet.org/icis2018/behavior/Presentations/25/>
- Alrobai, A., Algashami, A., Dogan, H., Corner, T., Phalp, K., ve Ali, R. (2019). COPE.er method: Combating digital addiction via online peer support groups. *International Journal of Environmental Research and Public Health*, 16(7), Article 1162. <https://doi.org/10.3390/ijerph16071162>
- Altıkulaç, D. G. (2022). *Yönetici sosyotelizminin yöneticiye duyulan güven ve işgören sesliliğindeki rolü* [Yüksek lisans tezi, Kastamonu Üniversitesi]. YÖK Ulusal Tez Merkezi.
- Alutaybi, A., Arden-Close, E., McAlaney, J., Stefanidis, A., Phalp, K., ve Ali, R. (2019, October 6–9). *How can social networks design trigger fear of missing out?* [Paper presentation]. 2019 IEEE International Conference on Systems, Man and Cybernetics (SMC), Bari, Italy. <https://doi.org/10.1109/smc.2019.8914672>
- Andreassen, C. S. (2015). Online social network site addiction: A comprehensive review. *Current Addiction Reports*, 2(2), 175–184. <https://doi.org/10.1007/s40429-015-0056-9>

- Andreassen, C. S., ve Pallesen, S. (2014). Social network site addiction: An overview. *Current Pharmaceutical Design*, 20(25), 4053–4061. <https://doi.org/10.2174/13816128113199990616>
- Apuke, O. D., ve Iyendo, T. O. (2018). University students' usage of the internet resources for research and learning: Forms of access and perceptions of utility. *Heliyon*, 4(12), Article e01052. <https://doi.org/10.1016/j.heliyon.2018.e01052>
- Aydın, E. (2019). *Bağlanma stillerinin orta çocukluk dönemindeki çocuklarda benlik algısı ve mükemmelliyetçilik tutumu ile ilişkisinin incelenmesi* [Yüksek lisans tezi, Maltepe Üniversitesi]. ProQuest Dissertations and Theses Global.
- Aziz, N., Nordin, M., Abdulkadir, S., ve Salih, M. (2021). Digital addiction: Systematic review of computer game addiction impact on adolescent physical health. *Electronics*, 10(9), Article 996. <https://doi.org/10.3390/electronics10090996>
- Bai, Q., Lei, L., Hsueh, F., Yu, X., Hu, H., Wang, X., ve Wang, P. (2020). Parent-adolescent congruence in phubbing and adolescents' depressive symptoms: A moderated polynomial regression with response surface analyses. *Journal of Affective Disorders*, 275, 127–135. <https://doi.org/10.1016/j.jad.2020.03.156>
- Bajwa, R., Abdullah, H., Zaremohzzabieh, Z., Jaafar, W., ve Abu Samah, A. (2023). Smartphone addiction and phubbing behavior among university students: A moderated mediation model by fear of missing out, social comparison, and loneliness. *Frontiers in Psychology*, 13, Article 1072551. <https://doi.org/10.3389/fpsyg.2022.1072551>
- Bakır, V., & Dilmaç, B. (2023). Üniversite öğrencileri arasında telefon bağımlılığı ve ruh sağlığı arasındaki ilişkinin incelenmesi: Karma bir çalışma. *Eğitim ve Psikoloji Araştırmaları*, 7(3), 602-621. <https://doi.org/10.54535/rep.1331114>
- Balcı, H., ve Kolburan, Ş. G. (2020). Ortaokul 6. 7. 8. sınıf öğrencilerinin bağlanma stilleri ile algılanan problem çözme becerileri arasındaki ilişkinin incelenmesi. *Aydın İnsan ve Toplum Dergisi*, 6(1), 77–94.
- Balcı, Ş., ve Tezer, D. (2024). Can sıkıntısı ile dijital oyun bağımlılığı ilişkisinde kullanım süresinin aracılık rolü: Lise öğrencileri üzerine bir inceleme. *Manas Journal of Social Studies*, 13(2), 629–645. <https://doi.org/10.33206/mjss.1276006>
- Balta, S., Emirtekin, E., Kircaburun, K., ve Griffiths, M. D. (2020). Neuroticism, trait fear of missing out, and phubbing: The mediating role of state fear of missing out and problematic Instagram use. *International Journal of Mental Health and Addiction*, 18(3), 628–639. <https://doi.org/10.1007/s11469-018-9959-8>
- Bandura, A. (1978). Social learning theory of aggression. *Journal of Communication*, 28(3), 12–29. <https://doi.org/10.1111/j.1460-2466.1978.tb01621.x>

- Barbed-Castrejón, N., Navaridas-Nalda, F., Mason, O., ve Ortuño-Sierra, J. (2024). Prevalence of phubbing behaviour in school and university students in Spain. *Frontiers in Psychology*, 15, Article 1396863. <https://doi.org/10.3389/fpsyg.2024.1396863>
- Barbuta, A., Ghetau, C., ve Iovu, M. (2023). Digital technology and family dynamics: The 3Rs conceptual model regarding the acceptance and use of digital technology in everyday family routines. *Intersections: East European Journal of Society and Politics*, 9(1), 120–144. <https://doi.org/10.17356/ieejsp.v9i1.1049>
- Barutçu-Yıldırım, F., Aydın, G., ve Sancak-Aydın, G. (2021). Romantic relationship satisfaction in emerging adulthood. *Turkish Journal of Education*, 10(4), 319–332. <https://doi.org/10.19128/turje.874516>
- Baskan, Ö., Çorum, M., ve Büyükyılmaz, G. (2023). Üniversite öğrencilerinde akıllı telefon bağımlılığı ile fiziksel aktivite, yorgunluk ve uyku kalitesinin ilişkisinin incelenmesi. *Gümüşhane Üniversitesi Sağlık Bilimleri Dergisi*, 12(1), 299–305. <https://doi.org/10.37989/gumussagbil.1049962>
- Bataille, C. D., ve Hyland, E. (2023). Involved fathering: How new dads are redefining fatherhood. *Personnel Review*, 52(4), 1010–1032. <https://doi.org/10.1108/PR-06-2019-0295>
- Baumeister, R. F., ve Leary, M. R. (1995). The need to belong: Desire for interpersonal attachments as a fundamental human motivation. *Psychological Bulletin*, 117(3), 497–529. <https://doi.org/10.1037/0033-2909.117.3.497>
- Bayer, A. (2013). Değişen toplumsal yapıda aile. *Şırnak Üniversitesi İlahiyat Fakültesi Dergisi*, 4(8), 101–129.
- Behrens, K. (2004). A multifaceted view of the concept of amae: Reconsidering the indigenous Japanese concept of relatedness. *Human Development*, 47(1), 1–27. <https://doi.org/10.1159/000075366>
- Belli, M., Akcay, N., ve Bal Yılmaz, H. (2021). Geçmişten günümüze değişen babalık rolü ve çocuk gelişimine katkıları. *Celal Bayar Üniversitesi Sağlık Bilimleri Enstitüsü Dergisi*, 8(2), 366–371. <https://doi.org/10.34087/cbusbed.806798>
- Bilir, S. E. (2016). *Türkiye’deki üniversite öğrencilerinin romantik ilişkilerinde işlevsel olmayan ilişki inançları ile ilişkisel benlik tutumlarının bağlanma kuramı çerçevesinde araştırılması* [Yüksek lisans tezi, Maltepe Üniversitesi]. YÖK Ulusal Tez Merkezi.
- Borelli, J. L., Smiley, P. A., Kerr, M. B., Hong, K., Rasmussen, H. F., Buttitta, K. V., ve West, J. L. (2019). A multimethod assessment of associations between parental attachment style and school-aged children’s emotion. *Journal of Child and Family Studies*, 28(1), 152–167. <https://doi.org/10.1007/s10826-018-1241-y>

- Bornstein, M. H., ve Tamis-LeMonda, C. S. (2022). Activities and interactions of mothers and their firstborn infants in the first six months of life: Covariation, stability, continuity, correspondence, and prediction. In M. H. Bornstein (Ed.), *Parenting: Selected writings of Marc H. Bornstein* (pp. 32–49). Routledge. <https://doi.org/10.1111/j.1467-8624.1990.tb02854.x>
- Boumosleh, J., ve Jaalouk, D. (2017). Depression, anxiety, and smartphone addiction in university students—A cross sectional study. *PLOS ONE*, 12(8), Article e0182239. <https://doi.org/10.1371/journal.pone.0182239>
- Bowen, M. (1974). Alcoholism as viewed through family systems theory and family psychotherapy. *Annals of the New York Academy of Sciences*, 233(1), 115–122. <https://doi.org/10.1111/j.1749-6632.1974.tb40288.x>
- Bowlby, J. (1973). *Attachment and loss: Vol. 2. Separation: Anxiety and anger*. Basic Books.
- Bowlby, J. (1982a). Attachment and loss: Retrospect and prospect. *American Journal of Orthopsychiatry*, 52(4), 664–678. <https://doi.org/10.1111/j.1939-0025.1982.tb01456.x>
- Bowlby, J. (1982b). *Attachment and loss: Vol. 1. Attachment* (2nd ed.). Basic Books.
- Bowlby, J. (2012). *Bağlanma* (T. V. Soylu, Çev.). Pinhan Yayıncılık. (Orijinal eser 1969 yılında yayımlanmıştır).
- Brenning, K. M., Soenens, B., Braet, C., ve Bosmans, G. (2012). Attachment and depressive symptoms in middle childhood and early adolescence: Testing the validity of the emotion regulation model of attachment. *Personal Relationships*, 19(3), 445–464. <https://doi.org/10.1111/j.1475-6811.2011.01372.x>
- Bretherton, I. (1985). Attachment theory: Retrospect and prospect. *Monographs of the Society for Research in Child Development*, 50(1/2), 3–35. <https://doi.org/10.2307/3333824>
- Brumariu, L. E. (2015). Parent-child attachment and emotion regulation. In G. Bosmans ve K. A. Kerns (Eds.), *Attachment in middle childhood: Theoretical advances and new directions in an emerging field* (Vol. 148, pp. 31–45). Jossey-Bass. <https://doi.org/10.1002/cad.20098>
- Brumariu, L. E., Giuseppone, K. R., Kerns, K. A., Van de Walle, M., Bureau, J. F., Bosmans, G., ve Lyons-Ruth, K. (2018). Middle childhood attachment strategies: Validation of an observational measure. *Attachment ve Human Development*, 20(5), 491–513. <https://doi.org/10.1080/14616734.2018.1433696>
- Burger, J. M. (2006). *Kişilik* (İ. D. Ergüvan-Sarioğlu, Çev.). Kaknüs Yayınları.
- Büyüköztürk, Ş. (2023). *Sosyal bilimler için veri analizi el kitabı: İstatistik, araştırma deseni, SPSS uygulamaları ve yorum*. Pegem Akademi.

- Calatrava, M., Martins, M. V., Schweer-Collins, M., Duch-Ceballos, C., ve Rodríguez-González, M. (2022). Differentiation of self: A scoping review of Bowen Family Systems Theory's core construct. *Clinical Psychology Review*, 91, Article 102101. <https://doi.org/10.1016/j.cpr.2021.102101>
- Campbell, W. G. (2003). Addiction: A disease of volition caused by a cognitive impairment. *Canadian Journal of Psychiatry*, 48(10), 669–674. <https://doi.org/10.1177/070674370304801005>
- Canatar, F. (2020). *Nomofobi ve akıllı telefon bağımlılığının bağlanma stilleri, kimlik duygusu ve kişiler arası problemler açısından incelenmesi* [Yüksek lisans tezi, İstanbul Sabahattin Zaim Üniversitesi]. ProQuest Dissertations and Theses Global.
- Cao, F., ve Su, L. (2007). Internet addiction among Chinese adolescents: Prevalence and psychological features. *Child: Care, Health and Development*, 33(3), 275–281. <https://doi.org/10.1111/j.1365-2214.2006.00715.x>
- Cassidy, J. (1994). Emotion regulation: Influences of attachment relationships. *Monographs of the Society for Research in Child Development*, 59(2-3), 228–249. <https://doi.org/10.2307/1166070>
- Cemiloglu, D., Naiseh, M., Catania, M., Oinas-Kukkonen, H., ve Ali, R. (2021). The fine line between persuasion and digital addiction. In R. Ali, B. Lugrin, ve F. Charles (Eds.), *Persuasive technology* (Vol. 12684, pp. 289–307). Springer. https://doi.org/10.1007/978-3-030-79460-6_23
- Ceyhan, A. A. (2011). İnternet kullanma temel nedenlerine göre üniversite öğrencilerinin problemleri internet kullanımı ve algıladıkları iletişim beceri düzeyleri. *Kuram ve Uygulamada Eğitim Bilimleri*, 11(1), 59–77.
- Cha, S.-S., ve Seo, B.-K. (2018). Smartphone use and smartphone addiction in middle school students in Korea: Prevalence, social networking service, and game use. *Health Psychology Open*, 5(1), Article 2055102918755046. <https://doi.org/10.1177/2055102918755046>
- Chen, S., Qiu, D., Li, X., ve Zhao, Q. (2023). Discrepancies in adolescent-parent perceptions of parental phubbing and their relevance to adolescent smartphone dependence: The mediating role of parent-child relationship. *Behavioral Sciences*, 13(11), Article 888. <https://doi.org/10.3390/bs13110888>
- Cheung, L. M., ve Wong, W. S. (2011). The effects of insomnia and internet addiction on depression in Hong Kong Chinese adolescents: An exploratory cross-sectional analysis. *Journal of Sleep Research*, 20(2), 311–317. <https://doi.org/10.1111/j.1365-2869.2010.00883.x>

- Chi, L., Tang, T., ve Tang, E. (2022). The phubbing phenomenon: A cross-sectional study on the relationships among social media addiction, fear of missing out, personality traits, and phubbing behavior. *Current Psychology*, 41(2), 1112–1123. <https://doi.org/10.1007/s12144-021-02468-y>
- Chotpitayasunondh, V., ve Douglas, K. M. (2016). How “phubbing” becomes the norm: The antecedents and consequences of snubbing via smartphone. *Computers in Human Behavior*, 63, 9–18. <https://doi.org/10.1016/j.chb.2016.05.018>
- Chotpitayasunondh, V., ve Douglas, K. M. (2018). The effects of “phubbing” on social interaction. *Journal of Applied Social Psychology*, 48(6), 304–316. <https://doi.org/10.1111/jasp.12506>
- Christakis, D. A. (2019). The challenges of defining and studying “digital addiction” in children. *JAMA*, 321(23), 2277–2278. <https://doi.org/10.1001/jama.2019.4690>
- Collins, W. A. (Ed.). (1984). *Development during middle childhood: The years from six to twelve*. National Academies Press. <https://doi.org/10.17226/191>
- Collins, W. A., Madsen, S. D., ve Susman-Stillman, A. (2002). Parenting during middle childhood. In M. H. Bornstein (Ed.), *Handbook of parenting: Vol. 1. Children and parenting* (2nd ed., pp. 73–101). Lawrence Erlbaum Associates.
- Cooke, J. E., Kochendorfer, L. B., Stuart-Parrigon, K. L., Koehn, A. J., ve Kerns, K. A. (2019). Parent-child attachment and children’s experience and regulation of emotion: A meta-analytic review. *Emotion*, 19(6), 1103–1126. <https://doi.org/10.1037/emo0000504>
- Çalışır, M. (2009). Yetişkin bağlanma kuramı ve duygulanım düzenleme stratejilerinin depresyonla ilişkisi. *Psikiyatride Güncel Yaklaşımlar*, 1(3), 240–255.
- Çelik, H., Ekşi, H., ve Gülsu, N. (2017). Orta çocukluk döneminde güvenli bağlanma ile mükemmeliyetçiliğin çeşitli değişkenler bağlamında incelenmesi. *Turkish Psychological Counseling and Guidance Journal*, 7(47), 53–68.
- Çizmeci, E. (2017). Disconnected, though satisfied: Pphubbing behavior and relationship satisfaction. *Turkish Online Journal of Design, Art and Communication*, 7(2), 364–375. <https://doi.org/10.7456/10702100/018>
- Çobanoğlu, A., Bahadır-Yılmaz, E., ve Kızıltan, B. (2021). The relationship between nursing students’ digital and smartphone addiction levels and nomophobia: A descriptive, correlational study. *Perspectives in Psychiatric Care*, 57(4), 1727–1734. <https://doi.org/10.1111/ppc.12742>
- Dağlı, Z. (2020). An analysis of the role of intelligence games in policies aimed at fighting gaming addiction. *Addicta: The Turkish Journal on Addictions*, 7(2), 129–137. <https://doi.org/10.5152/ADDICTA.2020.19084>

- Damar, M. (2019). Orta çocukluk döneminde sosyal davranış ve sosyal beceriler ile anne-çocuk bağlanma durumu ilişkisi. *Electronic Turkish Studies*, 14(2), 793–809. <https://doi.org/10.29228/TurkishStudies.22630>
- Das-Friebel, A., Lenneis, A., Realo, A., Sanborn, A., Tang, N. K. Y., Wolke, D., von Mühlengen, A., ve Lemola, S. (2020). Bedtime social media use, sleep, and affective wellbeing in young adults: An experience sampling study. *Journal of Child Psychology and Psychiatry*, 61(10), 1138–1149. <https://doi.org/10.1111/jcpp.13326>
- de Waal, N., van den Heuvel, M. I., Nyklíček, I., Pop, V. J. M., ve Boekhorst, M. G. B. M. (2025). Paternal bonding in pregnancy and early parenthood: A qualitative study in first-time fathers. *Journal of Reproductive and Infant Psychology*, 43(3), 665–680. <https://doi.org/10.1080/02646838.2023.2252890>
- Demir, L. (2024). Dijitalleşen dünyada diplomasi, eğitim ve dil. *Korkut Ata Türkiyat Araştırmaları Dergisi*, (15), 1640–1649. <https://doi.org/10.51531/korkutataturkiyat.1449129>
- Demirbaş, E., ve Atar Keskin, Ş. (2024). Gençlerde sosyal medya bağımlılığında aile ve arkadaş ilişkilerinin rolü üzerine bir inceleme. *Sosyal Politika ve Sosyal Hizmet Çalışmaları Dergisi*, 5(2), 165–184. <https://doi.org/10.61861/spshcd.1519905>
- Demirci, K., Akgönül, M., ve Akpınar, A. (2015). Relationship of smartphone use severity with sleep quality, depression, and anxiety in university students. *Journal of Behavioral Addictions*, 4(2), 85–92. <https://doi.org/10.1556/2006.4.2015.010>
- Derevensky, J. L., Hayman, V., ve Gilbeau, L. (2019). Behavioral addictions: Excessive gambling, gaming, internet, and smartphone use among children and adolescents. *Pediatric Clinics of North America*, 66(6), 1163–1182. <https://doi.org/10.1016/j.pcl.2019.08.008>
- Dilsiz, N. B., ve Kandemir, M. (2020). Lise öğrencilerinde sosyal medya bağımlılığının bağlanma stilleri ve yaşam doyumu ile ilişkisinin incelenmesi. *Online Journal of Technology Addiction and Cyberbullying*, 7(2), 32–51.
- Ding, K., Shen, Y., Liu, Q., Li, H., ve Giansanti, D. (2024). The effects of digital addiction on brain function and structure of children and adolescents: A scoping review. *Healthcare*, 12(1), Article 15. <https://doi.org/10.3390/healthcare12010015>
- Dixon, D. (2023). *Behavioural and health impacts of raising children in a digital household* [Master's thesis, Bangor University]. ProQuest Dissertations and Theses Global.
- Do, Y. K., Shin, E., Bautista, M. A., ve Foo, K. (2013). The associations between self-reported sleep duration and adolescent health outcomes: What is the role of time spent on Internet use? *Sleep Medicine*, 14(2), 195–200. <https://doi.org/10.1016/j.sleep.2012.09.004>

- Doksat, N. G., ve Çiftçi, A. D. (2016). Bağlanma ve yaşamdaki izdüşümleri. *Arşiv Kaynak Tarama Dergisi*, 25(4), 489–501.
- Dong, W., Li, S., ve Wang, X. (2023). Parental phubbing and Chinese adolescents' SNSs addiction: Loneliness as a mediator and self-esteem as a moderator. *Current Psychology*, 42(19), 16560–16572. <https://doi.org/10.1007/s12144-022-04066-y>
- Dönel Akgül, G., Ağırçöl, M., ve Kara, E. (2022). Eğitsel dijital oyunlarla işlenen fen bilgisi dersinin öğrencinin bilgilerinin kalıcılığına, akademik başarısına ve tutumuna etkisi. *Uluslararası Bilim ve Eğitim Dergisi*, 5(3), 157–176. <https://doi.org/10.47477/ubed.1063920>
- Dresp-Langley, B., ve Hutt, A. (2022). Digital addiction and sleep. *International Journal of Environmental Research and Public Health*, 19(11), Article 6910. <https://doi.org/10.3390/ijerph19116910>
- Dubois-Comtois, K., Suffren, S., Lemelin, J., St-Laurent, D., Daunais, M., ve Milot, T. (2024). A longitudinal study of child adjustment during the COVID-19 pandemic: The protective role of the parent-child relationship in middle childhood. *Attachment ve Human Development*, 26(4), 301–324. <https://doi.org/10.1080/14616734.2024.2365192>
- Duschinsky, R. (2015). The emergence of the disorganized/disoriented (D) attachment classification, 1979–1982. *History of Psychology*, 18(1), 32–46. <https://doi.org/10.1037/a0038524>
- Dwyer, K. M. (2005). The meaning and measurement of attachment in middle and late childhood. *Human Development*, 48(3), 155–182. <https://doi.org/10.1159/000085519>
- Ekinci, Ş. (2021). *Düzenli spor yapan katılımcılarda dijital bağımlılık ve psikolojik iyi oluş ilişkisinin incelenmesi* [Yüksek lisans tezi, Yeditepe Üniversitesi]. YÖK Ulusal Tez Merkezi.
- Elboj-Saso, C., Iñiguez-Berrozpe, T., Salinas, A., ve Alcaine, P. (2024). “Listen to me!” The role of family supervision and parental phubbing in youth cyberbullying. *Family Relations*, 73(3), 1568–1587. <https://doi.org/10.1111/fare.12968>
- Elemo, A. S., ve Hamed, O. (2023). Smartphone addiction and phubbing in international students in Turkey: The moderating role of mindfulness. *Journal of College Student Development*, 64(1), 64–78. <https://doi.org/10.1353/csd.2023.0002>
- Elhousseini, S., Rawn, K., El-Sheikh, M., ve Keller, P. S. (2023). Attachment and prosocial behavior in middle childhood: The role of emotion regulation. *Journal of Experimental Child Psychology*, 225, Article 105534. <https://doi.org/10.1016/j.jecp.2022.105534>

- Erdem, R., ve Özdemir, S. (2021). Yönetici nezaketsizliği sosyal dışlanmayı nasıl etkiler: Yönetici sosyotelizmi ve yöneticiye güvenin rolü. *İktisadi İdari ve Siyasal Araştırmalar Dergisi*, 6(14), 103–120.
- Erdogan, O. (2023). The mediator's role of communication skills in the effect of social skills on digital game addiction. *Acta Psychologica*, 237, Article 103948. <https://doi.org/10.1016/j.actpsy.2023.103948>
- Ergün, N., Özkan, Z., ve Griffiths, M. D. (2023). Social media addiction and poor mental health: Examining the mediating roles of internet addiction and phubbing. *Psychological Reports*. Advance online publication. <https://doi.org/10.1177/00332941231166609>
- Farchakh, Y., Haddad, C., Sacre, H., Obeid, S., Salameh, P., ve Hallit, S. (2020). Video gaming addiction and its association with memory, attention and learning skills in Lebanese children. *Child and Adolescent Psychiatry and Mental Health*, 14(1), Article 46. <https://doi.org/10.1186/s13034-020-00353-3>
- Freitag, M., Belsky, J., Grossmann, K., Grossmann, K., ve Scheuerer-Englisch, H. (1996). Continuity in parent-child relationships from infancy to middle childhood and relations with friendship competence. *Child Development*, 67(4), 1437–1454. <https://doi.org/10.1111/j.1467-8624.1996.tb01806.x>
- Fuzeiro, V. A. P. (2021). *Novas tecnologias: Uma trajetória para problemas nas relações amorosas e na sua sexualidade* [Mestrado dissertação, Instituto Superior de Psicologia Aplicada]. ProQuest Dissertations and Theses Global.
- Gazioğlu, A. E. İ., Mercan, Ç. S., ve Demir, İ. (2022). Romantic relationship education: A literature review with recommendations for Türkiye. *Psikiyatride Güncel Yaklaşımlar*, 14(4), 555–569. <https://doi.org/10.18863/pgy.1069117>
- Geçgel, H. (2020). Investigation of smartphone addiction levels of Turkish pre-service teachers with regards to various variables. *Journal of Language and Linguistics Studies*, 16(3), 1415–1442. <https://doi.org/10.17263/jlls.803828>
- Georgiou, S. N., Demetriou, A., ve Stavriniades, P. (2008). Attachment style and mentoring relationships in adolescence. *Educational Psychology*, 28(6), 603–614. <https://doi.org/10.1080/01443410801982517>
- Gewirtz, J. L., ve Peláez-Nogueras, M. (1992). Social referencing as a learned process. In S. Feinman (Ed.), *Social referencing and the social construction of reality in infancy* (pp. 151–173). Springer.
- 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.

- Göker, H., ve Tekedere, H. (2022). Phubbing, alienation, digital game addiction, independent self-construal, and interdependent self-construal among high school students: A path analysis. *Behavioral Psychology / Psicología Conductual*, 30(1), 157–181. <https://doi.org/10.51668/bp.8322108n>
- Gökkaya, H. (2022). *Ebeveynlerin sosyotelizm düzeyinin adölesanların özgüvenine etkisinin değerlendirilmesi* [Yüksek lisans tezi, Fırat Üniversitesi]. YÖK Ulusal Tez Merkezi.
- Granqvist, P. (2021). Attachment, culture, and gene-culture co-evolution: Expanding the evolutionary toolbox of attachment theory. *Attachment ve Human Development*, 23(1), 90–113. <https://doi.org/10.1080/14616734.2019.1709086>
- Griffiths, M. D. (2005). A ‘components’ model of addiction within a biopsychosocial framework. *Journal of Substance Use*, 10(4), 191–197. <https://doi.org/10.1080/14659890500114359>
- Guertler, D., Blaesing, D., Moehring, A., Meyer, C., Brandt, D., Schmidt, H., Rehbein, F., Neumann, M., Dreissigacker, A., Bischof, A., Bischof, G., Suerig, S., Hohls, L., Hagspiel, M., Wurm, S., Haug, S., ve Rumpf, H. (2024). App-based addiction prevention at German vocational schools: Implementation and reach for a cluster-randomized controlled trial. *Prevention Science*, 25(5), 849–860. <https://doi.org/10.1007/s11121-024-01702-w>
- Gupta, T., Swami, M. K., ve Nebhinani, N. (2020). Risk of digital addiction among children and adolescents during COVID-19 pandemic: Concerns, caution, and way out. *Journal of Indian Association for Child and Adolescent Mental Health*, 16(3), 199–208. <https://doi.org/10.1177/0973134220200312>
- Han, X., Wang, Y., Jiang, W., Bao, X., Sun, Y., Ding, W., Cao, M., Wu, X., Du, Y., ve Zhou, Y. (2018). Resting-state activity of prefrontal-striatal circuits in internet gaming disorder: Changes with cognitive behavior therapy and predictors of treatment response. *Frontiers in Psychiatry*, 9, Article 341. <https://doi.org/10.3389/fpsy.2018.00341>
- Haug, S., Castro, R. P., Kwon, M., Filler, A., Kowatsch, T., ve Schaub, M. P. (2015). Smartphone use and smartphone addiction among young people in Switzerland. *Journal of Behavioral Addictions*, 4(4), 299–307. <https://doi.org/10.1556/2006.4.2015.037>
- Hayes, A. F. (2018). *Introduction to mediation, moderation, and conditional process analysis: A regression-based approach* (2nd ed.). Guilford Press.
- Hayes, A. F., ve Preacher, K. J. (2014). Statistical mediation analysis with a multicategorical independent variable. *British Journal of Mathematical and Statistical Psychology*, 67(3), 451–470. <https://doi.org/10.1111/bmsp.12028>

- Hazan, C., ve Shaver, P. R. (1994). Attachment as an organizational framework for research on close relationships. *Psychological Inquiry*, 5(1), 1–22. https://doi.org/10.1207/s15327965pli0501_1
- Heylen, J., De Raedt, R., Verbruggen, F., ve Bosmans, G. (2019). Attachment and self-regulation performance in preadolescence. *Journal of Social and Personal Relationships*, 36(2), 706–716. <https://doi.org/10.1177/0265407517742531>
- Hong, W., Liu, R. D., Ding, Y., Oei, T. P., Zhen, R., ve Jiang, S. (2019). Parents' phubbing and problematic mobile phone use: The roles of the parent-child relationship and children's self-esteem. *Cyberpsychology, Behavior, and Social Networking*, 22(12), 779–786. <https://doi.org/10.1089/cyber.2019.0179>
- Hu, Y., Wang, J., Lin, Y., ve Zhang, B. (2023). The relation of parental phubbing to academic engagement and the related mechanisms in elementary students. *Learning and Individual Differences*, 101, Article 102251. <https://doi.org/10.1016/j.lindif.2022.102251>
- İmamoğlu, E. O. (1998). Individualism and collectivism in a model and scale of balanced differentiation and integration. *The Journal of Psychology*, 132(1), 95–105. <https://doi.org/10.1080/00223989809599268>
- İme, Y., Akyıl, Y., ve Çağlar, A. (2024). The examination of the relationships among digital addiction, loneliness, shyness, and social anxiety in adolescents. *Anales de Psicología*, 40(2), 236–241. <https://doi.org/10.6018/analesps.579801>
- Işıkoğlu, R. B., ve Kesebir, S. (2020). Orta çocuklukta güvenli bağlanma ve ödül-ceza kullanımı ile davranış problemleri arasındaki ilişki. *Psikoloji Araştırmaları Sempozyumu*, 1, 40.
- Jeon, Y., Shin, Y., Zheng, L., ve Yoon, M. (2023). The effects of smartphone addiction on wellbeing in youth: Mediating effect of social isolation. *Journal of Behavioral Addictions*, 12(S1), 332–332.
- Jiang, Y., Shu, S., Lin, L., Ge, M., Niu, G., Zhao, B., ve Hu, R. (2024). Does parental phubbing increase the risk of adolescent cyberbullying and cyber victimization? The role of social anxiety and self-control. *Children and Youth Services Review*, 157, Article 107429. <https://doi.org/10.1016/j.childyouth.2024.107429>
- Kağıtçıbaşı, Ç. (2019). *Benlik, aile ve insan gelişimi: Kültürel psikolojide kuram ve uygulamalar*. Koç Üniversitesi Yayınları.
- Kahraman, N. (2023). *Sosyotelizm ile dijital tükenmişlik düzeyleri arasındaki ilişkinin incelenmesi: Anadolu Üniversitesi örneği* [Doktora tezi, Anadolu Üniversitesi]. YÖK Ulusal Tez Merkezi.

- Kamza, A., ve Putko, A. (2021). Attachment security, verbal ability, and inhibitory control in middle childhood. *BMC Psychology*, 9(1), Article 47. <https://doi.org/10.1186/s40359-021-00524-7>
- Kaplan, H. I., Sadock, B. J., ve Grebb, J. A. (1994). *Kaplan and Sadock's synopsis of psychiatry: Behavioral sciences, clinical psychiatry* (7th ed.). Williams ve Wilkins.
- Karadag, E., Tosuntas, S., Erzen, E., Duru, P., Bostan, N., Sahin, B., Çulha, I., ve Babadag, B. (2015). Determinants of phubbing, which is the sum of many virtual addictions: A structural equation model. *Journal of Behavioral Addictions*, 4(2), 60–74. <https://doi.org/10.1556/2006.4.2015.005>
- Karadağ, E., Tosuntaş, Ş. B., Erzen, E., Duru, P., Bostan, N., Mızrak-Şahin, B., Çulha, İ., ve Babadağ, B. (2016). Sanal dünyanın kronolojik bağımlılığı: Sosyotelizm (phubbing). *Addicta: The Turkish Journal on Addiction*, 3(2), 223–269. <https://doi.org/10.15805/addicta.2016.3.0013>
- Karakose, T., Tülübas, T., ve Papadakis, S. (2022). Revealing the intellectual structure and evolution of digital addiction research: An integrated bibliometric and science mapping approach. *International Journal of Environmental Research and Public Health*, 19(22), Article 14883. <https://doi.org/10.3390/ijerph192214883>
- Karakose, T., Yildirim, B., Tülübas, T., ve Kardas, A. (2023). A comprehensive review on emerging trends in the dynamic evolution of digital addiction and depression. *Frontiers in Psychology*, 14, Article 1126815. <https://doi.org/10.3389/fpsyg.2023.1126815>
- Karaman, H. B. (2023). *İlişkilerde temel psikolojik ihtiyaçlar ve ilişki doyumunda sosyal medya bağımlılığı ve sosyotelizmin aracı rolü* [Doktora tezi, Necmettin Erbakan Üniversitesi]. ProQuest Dissertations and Theses Global.
- Karen, R. (1998). *Becoming attached: First relationships and how they shape our capacity to love*. Oxford University Press.
- Kaya, A., ve Pazarcıkcı, F. (2023). Structural equation modeling analysis of risk factors for digital game addiction in adolescents: A web-based study. *Archives of Psychiatric Nursing*, 43, 22–28. <https://doi.org/10.1016/j.apnu.2022.12.031>
- Kaya, E., ve Balcı, Ş. (2023). Yaşantısal kaçınma ile dijital bağımlılık ilişkisinde dijital araç kullanımının aracılık rolü. *Türkiye İletişim Araştırmaları Dergisi*, (44), 1–22. <https://doi.org/10.17829/turcom.1194744>
- Kaya, Z., Marufoğlu, M., Vangölü, M. S., ve Özdemir, M. (2023). Lise öğrencilerinin dijital bağımlılık ve iyi oluş düzeylerinin bazı değişkenlere göre incelenmesi. *E-International Journal of Educational Research*, 14(1), 117–138. <https://doi.org/10.19160/e-ijer.1173642>

- Keller, H. (2021). Attachment theory. In *Attachment: The fundamental questions* (p. 229). Cambridge University Press.
- Keller, H., ve Kärtner, J. (2013). Development: The cultural solution of universal developmental tasks. In M. J. Gelfand, C. Chiu, ve Y. Hong (Eds.), *Advances in culture and psychology* (Vol. 3, pp. 63–116). Oxford University Press. <https://doi.org/10.1093/acprof:oso/9780199930449.003.0002>
- Kelly, L., Miller-Ott, A. E., ve Duran, R. L. (2019). Phubbing friends: Understanding face threats from, and responses to, friends' cell phone usage through the lens of politeness theory. *Communication Quarterly*, 67(5), 540–559. <https://doi.org/10.1080/01463373.2019.1668443>
- Kerns, K. A., Klepac, L., ve Cole, A. (1996). Peer relationships and preadolescents' perceptions of security in the child-mother relationship. *Developmental Psychology*, 32(3), 457–466. <https://doi.org/10.1037/0012-1649.32.3.457>
- Kerns, K. A., Kochendorfer, L. B., Obeldobel, C. A., ve Brumariu, L. E. (2023). Parent-child attachment and emotion regulation dynamics in late middle childhood. *Merrill-Palmer Quarterly*, 69(1), 84–117. <https://doi.org/10.1353/mpq.2023.a909260>
- Kesebir, S., Kavzoğlu, S. Ö., ve Üstündağ, M. F. (2011). Bağlanma ve psikopatoloji [Attachment and psychopathology]. *Psikiyatride Güncel Yaklaşımlar*, 3(2), 321–342.
- Khan, M. N., Shahzad, K., ve Bartels, J. (2022). Examining boss phubbing and employee outcomes through the lens of affective events theory. *Aslib Journal of Information Management*, 74(5), 877–900. <https://doi.org/10.1108/AJIM-07-2021-0198>
- Khang, H., Kim, J. K., ve Kim, Y. (2013). Self-traits and motivations as antecedents of digital media flow and addiction: The Internet, mobile phones, and video games. *Computers in Human Behavior*, 29(6), 2416–2424. <https://doi.org/10.1016/j.chb.2013.05.027>
- Khodabakhsh, S., ve Ong, Y. (2021). Impact of partner phubbing on marital quality among married couples in Malaysia: Moderating effects of gender and age. *Aloma: Revista de Psicologia, Ciències de l'Educació i de l'Esport*, 39(1), 9–16. <https://doi.org/10.51698/aloma.2021.39.1.9-16>
- Kim, J. S., ve Chun, B. C. (2005). Association of Internet addiction with health promotion lifestyle profile and perceived health status in adolescents. *Journal of Preventive Medicine and Public Health*, 38(1), 53–60. <https://doi.org/10.3961/jpmph.15.052>
- Knipmeyer, M. (1977). [Review of the book Attachment and loss. Vol. 2: Separation, anxiety and anger, by J. Bowlby]. *Anthropological Quarterly*, 50(2), 99–100. <https://doi.org/10.2307/3317170>

- Ko, C. H., Yen, J. Y., Liu, S. C., Huang, C. F., ve Yen, C. F. (2009). The associations between aggressive behaviors and Internet addiction and online activities in adolescents. *Journal of Adolescent Health*, 44(6), 598–605. <https://doi.org/10.1016/j.jadohealth.2008.11.011>
- Kocairi, C., Yüksel, R., Arslantaş, H., ve Söylemez, B. (2020). Lise öğrencisi ergenlerin bağlanma stillerinin teknoloji bağımlılıkları ile ilişkisi: Kesitsel bir çalışma. *Yeni Symposium*, 58(1), 11–17. <https://doi.org/10.5455/NYS.20200218074634>
- Kondo-Ikemura, K. (2001). Insufficient evidence. *American Psychologist*, 56(10), 825–826. <https://doi.org/10.1037/0003-066X.56.10.825>
- Kos, F., Kudubes, A., Ayar, D., Kudubes, I., ve Bektas, M. (2025). The effect of parental phubbing on adolescents' smartphone addiction and phubbing behavior. *Children's Health Care. Advance online publication*. <https://doi.org/10.1080/02739615.2025.2603601>
- Kumcağız, H., Terzi, Ö., Koç, B., ve Terzi, M. (2020). Üniversite öğrencilerinde akıllı telefon bağımlılığı. *İnsan ve Toplum Bilimleri Araştırmaları Dergisi*, 9(1), 13–39. <https://doi.org/10.15869/itobiad.629737>
- Kuyucu, M. (2017). Gençlerde akıllı telefon kullanımı ve akıllı telefon bağımlılığı sorunsalı: “Akıllı telefon(kolik)” üniversite gençliği. *Global Media Journal: Turkish Edition*, 7(14), 328–359.
- Kwon, M., Kim, D.-J., Cho, H., ve Yang, S. (2013). The smartphone addiction scale: Development and validation of a short version for adolescents. *PLOS ONE*, 8(12), Article e83558. <https://doi.org/10.1371/journal.pone.0083558>
- Lazarinis, F., Alexandri, K., Panagiotakopoulos, C., ve Verykios, V. (2020). Sensitizing young children on internet addiction and online safety risks through storytelling in a mobile application. *Education and Information Technologies*, 25(1), 163–174. <https://doi.org/10.1007/s10639-019-09952-w>
- Lee, W., Rambiar, P., Rosli, N., Nurumal, M., Abdullah, S., ve Danaee, M. (2022). Impact of increased digital use and internet gaming on nursing students' empathy: A cross-sectional study. *Nurse Education Today*, 119, Article 105563. <https://doi.org/10.1016/j.nedt.2022.105563>
- Li, B., Friston, K. J., Liu, J., Liu, Y., Zhang, G., Cao, F., Su, L., Yao, S., Lu, H., ve Hu, D. (2014). Impaired frontal-basal ganglia connectivity in adolescents with internet addiction. *Scientific Reports*, 4(1), Article 5027. <https://doi.org/10.1038/srep05027>
- Li, Q., Wang, Y., Yang, Z., Dai, W., Zheng, Y., Sun, Y., ve Liu, X. (2020). Dysfunctional cognitive control and reward processing in adolescents with internet gaming disorder. *Psychophysiology*, 57(2), Article e13469. <https://doi.org/10.1111/psyp.13469>

- Lieberman, M., Doyle, A.-B., ve Markiewicz, D. (1999). Developmental patterns in security of attachment to mother and father in late childhood and early adolescence: Associations with peer relations. *Child Development*, 70(1), 202–213. <https://doi.org/10.1111/1467-8624.00015>
- Lin, C., Qing, Z., Yan, C., Tang, S., Wang, C., Yang, X., ve Liu, X. (2024). The relationship between parental phubbing and adolescents' depressive symptoms: A systematic review and meta-analysis. *Adolescent Research Review*. Advance online publication. <https://doi.org/10.1007/s40894-024-00244-0>
- Liu, K., Wang, J., Wei, X., ve Lei, L. (2023). Parental modeling and normative influence in shaping teenagers' phubbing: An exploratory study. *Youth ve Society*, 55(6), 1191–1206. <https://doi.org/10.1177/0044118X221093657>
- Liu, Q. X., Fang, X., Jingjing, W., ve Zhou, Z. K. (2016). Need satisfaction and adolescent pathological internet use: Comparison of satisfaction perceived online and offline. *Computers in Human Behavior*, 55, 695–700. <https://doi.org/10.1016/j.chb.2015.09.048>
- Liu, R., Wang, J., Gu, D., Ding, Y., Oei, T. P., Hong, W., Zhen, R., ve Li, Y. (2019). The effect of parental phubbing on teenager's mobile phone dependency behaviors: The mediation role of subjective norm and dependency intention. *Psychology Research and Behavior Management*, 12, 1059–1068. <https://doi.org/10.2147/PRBM.S224133>
- Ma, S., Bi, X., Cui, H., ve Ma, Y. (2024). Parental phubbing and mobile phone addiction among Chinese adolescents: A moderated mediation model. *Frontiers in Psychology*, 15, Article 1379388. <https://doi.org/10.3389/fpsyg.2024.1379388>
- Macdonald, J. A., Greenwood, C. J., Letcher, P., Spry, E. A., Mansour, K., McIntosh, J. E., Thomson, K. C., Deane, C., Biden, E. J., Edwards, B., Hutchinson, D., Cleary, J. L., Toumbourou, J. W., Sanson, A. V., ve Olsson, C. A. (2021). Parent and peer attachments in adolescence and paternal postpartum mental health: Findings from the ATP Generation 3 study. *Frontiers in Psychology*, 12, Article 672174. <https://doi.org/10.3389/fpsyg.2021.672174>
- Main, M., ve Solomon, J. (1986). Discovery of an insecure-disorganized/disoriented attachment pattern. In T. B. Brazelton ve M. W. Yogman (Eds.), *Affective development in infancy* (pp. 95–124). Ablex Publishing.
- Marino, C., ve Spada, M. M. (2017). Dysfunctional cognitions in online gaming and internet gaming disorder: A narrative review and new classification. *Current Addiction Reports*, 4, 308–316. <https://doi.org/10.1007/s40429-017-0160-0>
- Mason, W. A., ve Windle, M. (2002). Gender, self-control and informal social control in adolescence: A test of three models of the continuity of delinquent behavior. *Youth ve Society*, 33(4), 479–514. <https://doi.org/10.1177/0044118X02033004001>

- Mayseless, O. (2005). Ontogeny of attachment in middle childhood: Conceptualization of normative changes. In K. A. Kerns ve R. A. Richardson (Eds.), *Attachment in middle childhood* (pp. 1–23). Guilford Press.
- Medina-Morales, G., ve Villalón-Hernández, R. (2023). Study of the prevalence of phubbing in classrooms by apps' use. *Alteridad: Revista de Educación*, 18(1), 59–69. <https://doi.org/10.17163/alt.v18n1.2023.05>
- Meng, S. Q., Cheng, J. L., Li, Y. Y., Yang, X. Q., Zheng, J. W., Chang, X. W., Shi, Y., Chen, Y., Lu, L., Sun, Y., Bao, Y. P., & Shi, J. (2022). Global prevalence of digital addiction in general population: A systematic review and meta-analysis. *Clinical Psychology Review*, 92, Makale 102128. <https://doi.org/10.1016/j.cpr.2022.102128>
- Mercan, Z., ve Şahin, F. T. (2017). Babalık rolü ve babalık rolü algısı. *Uluslararası Erken Çocukluk Eğitimi Çalışmaları Dergisi*, 2(2), 1–10. <https://izlik.org/JA97YK63DK>
- Mert, M. (2023). Gelişmeleri kaçırma korkusunun sosyotelizm davranışına olan etkisinde problemlili sosyal medya kullanımının aracı rolü: İsveç örneği. *Akademik Hassasiyetler*, 10(21), 143–167. <https://doi.org/10.58884/akademik-hassasiyetler.1258779>
- Mesman, J., Van Ijzendoorn, M. H., ve Sagi-Schwartz, A. (2016). Cross-cultural patterns of attachment. In J. Cassidy ve P. R. Shaver (Eds.), *Handbook of attachment: Theory, research, and clinical applications* (3rd ed., pp. 852–877). Guilford Press.
- Mi, Z., Cao, W., Diao, W., Wu, M., ve Fang, X. (2023). The relationship between parental phubbing and mobile phone addiction in junior high school students: A moderated mediation model. *Frontiers in Psychology*, 14, Article 1117221. <https://doi.org/10.3389/fpsyg.2023.1117221>
- Nazir, T. (2020). Impact of classroom phubbing on teachers who face phubbing during lectures. *Psychology Research on Education and Social Sciences*, 1(1), 41–47.
- Nickerson, A. B., ve Nagle, R. J. (2005). Parent and peer attachment in late childhood and early adolescence. *The Journal of Early Adolescence*, 25(2), 223–249. <https://doi.org/10.1177/0272431604274174>
- Niklová, M., ve Hanesová, D. (2024). Religious education as a platform for pupils' social development and prevention of internet addiction: The case of Slovakia. *Religions*, 15(5), Article 585. <https://doi.org/10.3390/rel15050585>
- Niu, G., Yao, L., Wu, L., Tian, Y., Xu, L., ve Sun, X. (2020). Parental phubbing and adolescent problematic mobile phone use: The role of parent-child relationship and self-control. *Children and Youth Services Review*, 116, Article 105247. <https://doi.org/10.1016/j.childyouth.2020.105247>

- Olson, J. A., Sandra, D. A., Colucci, É., Al Bikaii, A., Chmoulevitch, D., Nahas, J., Raz, A., ve Veissière, S. P. (2022). Smartphone addiction is increasing across the world: A meta-analysis of 24 countries. *Computers in Human Behavior*, 129, Article 107138. <https://doi.org/10.1016/j.chb.2021.107138>
- Omrak, C. (2019). *Okul öncesi dönem çocuklarının bağlanma örüntüleri ve duygu düzenleme becerilerinin teknoloji kullanımıyla ilişkisi* [Yüksek lisans tezi, Maltepe Üniversitesi]. ProQuest Dissertations and Theses Global.
- Orsolini, L., Bellagamba, S., Longo, G., Tempia Valenta, S., Salvi, V., ve Volpe, U. (2022). Modern-type depression and web-based psychopathology in a cohort of Italian university students. *European Psychiatry*, 65(S1), S243–S243. <https://doi.org/10.1192/j.eurpsy.2022.627>
- Öktem, E. E. (2023). Sıkıntıya dayanma ve ilişki doyumu: Romantik ilişkilerde çatışma çözüm stillerinin aracı rolü. *Humanitas: International Journal of Social Sciences*, 11(22), 307–326. <https://doi.org/10.20304/humanitas.1169205>
- Özçelik, H. N. (2021). *Teknoloji bağımlılığının bağlanma stilleri ve kimlik duygusu açısından incelenmesi* [Yüksek lisans tezi, İstanbul Sabahattin Zaim Üniversitesi]. ProQuest Dissertations and Theses Global.
- Özdemir, O., Özdemir, P. G., Kadak, M. T., ve Nasıroğlu, S. (2012). Kişilik gelişimi. *Psikiyatride Güncel Yaklaşımlar*, 4(4), 566–589.
- Öztürk, M. O., ve Uluşahin, N. A. (2020). *Ruh sağlığı ve bozuklukları* (16. baskı). Nobel Tıp Kitabevleri.
- Paay, J., ve Rogers, Y. (2020). The dark side of interaction design: Nudges, dark patterns and digital addiction. *Proceedings of the 31st Australian Conference on Human-Computer Interaction*, 2–2. <https://doi.org/10.1145/3369457.3369547>
- Pancani, L., Gerosa, T., Gui, M., ve Riva, P. (2021). “Mom, dad, look at me”: The development of the Parental Phubbing Scale. *Journal of Social and Personal Relationships*, 38(2), 435–458. <https://doi.org/10.1177/0265407520964866>
- Park, S. K., Kim, J. Y., ve Cho, C. B. (2008). Prevalence of internet addiction and correlations with family factors among South Korean adolescents. *Adolescence*, 43(172), 895–909.
- Parlak, M., Öz, E., Ener, D., Kurt, F., Küçükkelepçe, O., ve Kapıcı, Y. (2023). The relationship between digital game addiction and loneliness and social dissatisfaction in adolescents. *Cureus Journal of Medical Science*, 15(2), Article e34604. <https://doi.org/10.7759/cureus.34604>

- Parmaksız, İ. (2022). Romantik ilişkilerde modern engel: Partner sosyotelizmi (phubbing) üzerine bir derleme. *Yaşam Becerileri Psikoloji Dergisi*, 6(11), 125–136. <https://doi.org/10.31461/ybpd.1077277>
- Pietromonaco, P. R., ve Barrett, L. F. (2000). The internal working models concept: What do we really know about the self in relation to others? *Review of General Psychology*, 4(2), 155–175. <https://doi.org/10.1037/1089-2680.4.2.155>
- Posada, G., ve Jacobs, A. (2001). Child–mother attachment relationships and culture. *American Psychologist*, 56(10), 821–822. <https://doi.org/10.1037/0003-066X.56.10.821>
- Posos Devrani, A. E. (2021). Gençler için 21. yüzyıl becerileri ve dijitalleşen dünyanın gereklilikleri: Yeni okuryazarlıklar. *Gençlik Araştırmaları Dergisi*, 9(24), 5–24.
- Preacher, K. J., ve Hayes, A. F. (2008). Asymptotic and resampling strategies for assessing and comparing indirect effects in multiple mediator models. *Behavior Research Methods*, 40(3), 879–891. <https://doi.org/10.3758/BRM.40.3.879>
- Prensky, M. (2001). Digital natives, digital immigrants part 1. *On the Horizon*, 9(5), 1–6. <https://doi.org/10.1108/10748120110424816>
- Purwar, N., Chauhan, A., Pawaiya, A., Tyagi, N., Mahajan, H., ve Srivastava, S. (2023). Phubbing phenomenon and its determinants among medical college students in Greater Noida: A cross-sectional study. *Journal of Clinical and Diagnostic Research*, 17(5), LC1–LC6. <https://doi.org/10.7860/JCDR/2023/60424.17919>
- Raja, S. N., McGee, R., ve Stanton, W. R. (1992). Perceived attachments to parents and peers and psychological well-being in adolescence. *Journal of Youth and Adolescence*, 21(4), 471–485. <https://doi.org/10.1007/BF01537898>
- Rimal, R. N., ve Real, K. (2005). How behaviors are influenced by perceived norms: A test of the theory of normative social behavior. *Communication Research*, 32(3), 389–414. <https://doi.org/10.1177/0093650205275385>
- Roberts, J. A., ve David, M. E. (2016). My life has become a major distraction from my cell phone: Partner phubbing and relationship satisfaction among romantic partners. *Computers in Human Behavior*, 54, 134–141. <https://doi.org/10.1016/j.chb.2015.07.058>
- Roberts, J. A., ve David, M. E. (2017). Put down your phone and listen to me: How boss phubbing undermines the psychological conditions necessary for employee engagement. *Computers in Human Behavior*, 75, 206–217. <https://doi.org/10.1016/j.chb.2017.05.021>

- Roberts, J. A., ve David, M. E. (2020). Boss phubbing, trust, job satisfaction and employee performance. *Personality and Individual Differences*, 155, Article 109702. <https://doi.org/10.1016/j.paid.2019.109702>
- Rocha, N. A. C. F., Dos Santos Silva, F. P., Dos Santos, M. M., ve Dusing, S. C. (2020). Impact of mother-infant interaction on development during the first year of life: A systematic review. *Journal of Child Health Care*, 24(3), 365–385. <https://doi.org/10.1177/1367493519864742>
- Rohner, R. P. (1998). Father love and child development: History and current evidence. *Current Directions in Psychological Science*, 7(5), 157–161. <https://doi.org/10.1111/1467-8721.ep10836851>
- Rothbaum, F., Kakinuma, M., Nagaoka, R., ve Azuma, H. (2007). Attachment and amae—Parent–child closeness in the United States and Japan. *Journal of Cross-Cultural Psychology*, 38(4), 465–486. <https://doi.org/10.1177/0022022107302315>
- Ryan, T., Chester, A., Reece, J., ve Xenos, S. (2014). The uses and abuses of Facebook: A review of Facebook addiction. *Journal of Behavioral Addictions*, 3(3), 133–148. <https://doi.org/10.1556/jba.3.2014.016>
- Sağar, M. E., Kaya, F., Eroğlu, Y., Sinan, D., Çelik, Y., ve Tosun, C. (2024). Examining the predictive role of depression on smartphone addiction. *Cyprus Turkish Journal of Psychiatry ve Psychology*, 6(2), 156–165. <https://doi.org/10.35365/ctjpp.24.2.06>
- Santos, A. J., Ferreira, B. C., Leitao, C. P., da Silva, I. C., ve Torres, M. R. (2023). Phubbing behavior, personality, and use of Instagram by Brazilian adults: A correlational and predictive study. *Psicologia: Reflexão e Crítica*, 36(1), Article 20. <https://doi.org/10.1186/s41155-023-00268-w>
- Sanusi, S. Y., Al-Batayneh, O. B., Khader, Y. S., ve Saddki, N. (2022). The association of smartphone addiction, sleep quality and perceived stress amongst Jordanian dental students. *European Journal of Dental Education*, 26(1), 76–84. <https://doi.org/10.1111/eje.12674>
- Saymer, B. (2022). Problemlü akıllı telefon kullanımı ve teknostres. *SDU Journal of Social Sciences*, (56), 10–25.
- Schokkenbroek, J., Hardyns, W., ve Ponnet, K. (2022). Phubbed and curious: The relation between partner phubbing and electronic partner surveillance. *Computers in Human Behavior*, 137, Article 107425. <https://doi.org/10.1016/j.chb.2022.107425>
- Schulz van Endert, T. (2021). Addictive use of digital devices in young children: Associations with delay discounting, self-control and academic performance. *PLOS ONE*, 16(6), Article e0253058. <https://doi.org/10.1371/journal.pone.0253058>

- Seema, R., Heidmets, M., Konstabel, K., ve Varik-Maasik, E. (2022). Development and validation of the Digital Addiction Scale for Teenagers (DAST). *Journal of Psychoeducational Assessment*, 40(2), 293–304. <https://doi.org/10.1177/07342829211056394>
- Seibert, A. C., ve Kerns, K. A. (2015). Early mother–child attachment: Longitudinal prediction to the quality of peer relationships in middle childhood. *International Journal of Behavioral Development*, 39(2), 130–138. <https://doi.org/10.1177/0165025414542710>
- Serin, N., ve Durukan, E. (2023). Ortaokul öğrencilerinin bağlanma stilleri ile konuşma kaygıları arasındaki ilişki. *Bayburt Eğitim Fakültesi Dergisi*, 18(39), 919–940. <https://doi.org/10.35675/befdergi.1320488>
- Shen, X., Xie, X., ve Wu, S. (2023). Do adolescents addict to internet games after being phubbed by parents? The roles of maladaptive cognition and self-esteem. *Current Psychology*, 42(3), 2255–2267. <https://doi.org/10.1007/s12144-022-03255-z>
- Shi, S., Chen, Y., ve Cheung, C. W. (2023). How technostressors influence job and family satisfaction: Exploring the role of work–family conflict. *Information Systems Journal*, 33(4), 953–985. <https://doi.org/10.1111/isj.12431>
- Shulman, S., Elicker, J., ve Sroufe, L. A. (1994). Stages of friendship growth in preadolescence as related to attachment history. *Journal of Social and Personal Relationships*, 11(3), 341–361. <https://doi.org/10.1177/0265407594113002>
- Silva, M., Matos, B., Ezequiel, O., Lucchetti, A., ve Lucchetti, G. (2018). The use of smartphones in different phases of medical school and its relationship to internet addiction and learning approaches. *Journal of Medical Systems*, 42(6), Article 107. <https://doi.org/10.1007/s10916-018-0958-x>
- Smahel, D., Wright, M. F., ve Cernikova, M. (2015). The impact of digital media on health: Children’s perspectives. *International Journal of Public Health*, 60(2), 131–137. <https://doi.org/10.1007/s00038-015-0649-z>
- Soyer, M., ve Sünbül, Ö. (2023). The mediating roles of triangular love components in the relationship between romantic relationship beliefs and marriage attitudes. *Journal of Advanced Education Studies*, 5(1), 185–202. <https://doi.org/10.48166/ejaes.1299809>
- Soysal, A. Ş., Bodur, Ş., İşeri, E., ve Şenol, S. (2005). Bebeklik dönemindeki bağlanma sürecine genel bir bakış. *Klinik Psikiyatri*, 8(2), 88–99.
- Sroufe, L. A. (1983). Infant-caregiver attachment and patterns of adaptation in preschool: The roots of maladaptation and competence. In M. Perlmutter (Ed.), *Minnesota symposia on child psychology: Vol. 16. Development and policy concerns in child care* (pp. 41–83). Erlbaum.

- Stein, B., Marton, P., Golombek, H., ve Korenblum, M. (1994). The relationship between life events during adolescence and affect and personality functioning. *Canadian Journal of Psychiatry*, 39(6), 354–357. <https://doi.org/10.1177/070674379403900607>
- Strand, P. S., Vossen, J. J., ve Savage, E. (2019). Culture and child attachment patterns: A behavioral systems synthesis. *Perspectives on Behavior Science*, 42(4), 835–850. <https://doi.org/10.1007/s401414-019-00220-3>
- Subaşı, N. G., ve Kazan, H. (2020). Çocukluk dönemi bağlanma stillerinin yetişkin iletişimindeki etkisi. *Turkish Online Journal of Design Art and Communication*, 10(2), 147–162.
- Subrahmanyam, K., ve Šmahel, D. (2011). *Digital youth: The role of media in development*. Springer. <https://doi.org/10.1007/978-1-4419-6278-2>
- Sun, J., ve Samp, J. A. (2022). ‘Phubbing is happening to you’: Examining predictors and effects of phubbing behaviour in friendships. *Behaviour ve Information Technology*, 41(12), 2691–2704. <https://doi.org/10.1080/0144929X.2021.1943711>
- Sun, J., ve Wong, N. (2024). “I can’t believe I phubbed up our friendship!”: Examining relationships between loneliness, problematic smartphone use, friend phubbing, and life satisfaction. *Human Behavior and Emerging Technologies*, 2024, Article 5558587. <https://doi.org/10.1155/2024/5558587>
- Sun, J., ve Yoon, D. (2023). Not my fault to phub friends! Individual, social, and technological influences on phubbing and its consequences. *Human Behavior and Emerging Technologies*, 2023, Article 4059010. <https://doi.org/10.1155/2023/4059010>
- Suzuki, D., Ohashi, Y., Shinohara, E., Usui, Y., Yamada, F., Yamaji, N., Sasayama, K., Suzuki, H., Nieva, R. F., Jr., ve da Silva Lopes, K. (2022). The current concept of paternal bonding: A systematic scoping review. *Healthcare*, 10(11), Article 2265. <https://doi.org/10.3390/healthcare10112265>
- Sümer, N., ve Güngör, D. (1999). Yetişkin bağlanma stilleri ölçeklerinin Türk örneklemini üzerinde psikometrik değerlendirmesi ve kültürlerarası bir karşılaştırma. *Türk Psikoloji Dergisi*, 14(43), 71–106.
- Sümer, N., ve Şendağ, M. A. (2009). Orta çocukluk döneminde ebeveynlere bağlanma, benlik algısı ve kaygı. *Türk Psikoloji Dergisi*, 24(63), 86–103.
- Şenol, Y., Şenol, F. B., ve 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>

- Şimşek, İ. H. (2021). *Ergenlerde aile yaşam doyumu, oyun bağımlılığı ve akademik kendini engelleme arasındaki ilişkinin incelenmesi* [Yüksek lisans tezi, İstanbul Sabahattin Zaim Üniversitesi]. YÖK Ulusal Tez Merkezi.
- Şirin, E., ve Kabasakal, H. Z. (2015). Psikolojik iyi olma ve yetişkin bağlanma boyutları. *Dokuz Eylül Üniversitesi Sosyal Bilimler Enstitüsü Dergisi*, 17(2), 231–251.
- Tadpatrikar, A., Sharma, M. K., ve Viswanath, S. S. (2021). Influence of technology usage on family communication patterns and functioning: A systematic review. *Asian Journal of Psychiatry*, 58, Article 102595. <https://doi.org/10.1016/j.ajp.2021.102595>
- Talan, T., Dogan, Y., ve Kalinkara, Y. (2024). Effects of smartphone addiction, social media addiction and fear of missing out on university students' phubbing: A structural equation model. *Deviant Behavior*, 45(1), 1–14. <https://doi.org/10.1080/01639625.2023.2235870>
- Tan, C. P., Fauzi, M. A., ve Ojo, A. O. (2023). Predictors of the dependence on smartphones: The neglect of studies among Muslim students. *Global Knowledge, Memory and Communication*, 72(8/9), 920–935. <https://doi.org/10.1108/GKMC-12-2021-0194>
- Tang, Y., Xu, J., Zhao, Y., Davis, T., ve Zhang, H. (2024). Parental phubbing and adolescent smartphone addiction: Depression and perceived school climate matter. *Cyberpsychology, Behavior, and Social Networking*, 27(4), 287–293. <https://doi.org/10.1089/cyber.2023.0300>
- Tanhan, F., Özok, H. İ., Kaya, A., ve Yıldırım, M. (2024). Mediating and moderating effects of cognitive flexibility in the relationship between social media addiction and phubbing. *Current Psychology*, 43(1), 192–203. <https://doi.org/10.1007/s12144-023-04242-8>
- Taş, İ. (2018). Ergenlerde internet bağımlılığı ve psikolojik belirtilerin çeşitli değişkenler açısından incelenmesi. *Anemon Muş Alparslan Üniversitesi Sosyal Bilimler Dergisi*, 6(1), 31–41. <https://doi.org/10.18506/anemon.310973>
- Taş, İ., Karacaoğlu, D., Akpınar, İ., ve Taş, Y. (2022). Ergenlerde aile yaşam doyumu ile dijital oyun bağımlılığı arasındaki ilişkinin incelenmesi. *Online Journal of Technology Addiction and Cyberbullying*, 9(1), 28–42.
- Thompson, R. A., Simpson, J. A., ve Berlin, L. J. (2022). Taking perspective on attachment theory and research: Nine fundamental questions. *Attachment ve Human Development*, 24(5), 543–560. <https://doi.org/10.1080/14616734.2022.2030132>
- Topal, K., Güngör, R., Çoban, H., Şahintürk, S., Kırmızıyaka, E., ve Şendil, T. G. (2021). Üniversite öğrencilerinde partner sosyotelizmi, bağlanma ve algılanan romantik ilişki kalitesi arasındaki ilişkilerin incelenmesi. *Ulakbilge: Journal of Social Sciences*, 9(58), 462–475. <https://doi.org/10.7816/ulakbilge-09-58-09>

- Topal, N., Odacı, H., ve Özer, Ş. (2023). İnternet bağımlılığı, akıllı telefon bağımlılığı ve psikolojik iyi oluş: Yalnızlığın aracı rolü. *Gazi University Journal of Gazi Educational Faculty (GUJGEF)*, 43(2), 601–639. <https://doi.org/10.17152/gefad.1140695>
- Tosun, N., Altınöz, M., Çinkılıç, T., ve Çay, E. (2019). Siber güvenlik ve bilinçli sosyal medya kullanımı dersi pilot uygulamasına ilişkin öğretmen görüşleri. *Journal of Continuous Vocational Education and Training*, 2(1), 1–15.
- TÜİK. (2021). *Çocuklarda bilişim teknolojileri kullanım araştırması, 2021*. <https://data.tuik.gov.tr/Bulten/Index?p=Cocuklarda-Bilisim-Teknolojileri-Kullanim-Arastirmasi-2021-41132>
- TÜİK. (2023). *Hanehalkı bilişim teknolojileri (BT) kullanım araştırması, 2023*. [https://data.tuik.gov.tr/Bulten/Index?p=Hanehalki-Bilisim-Teknolojileri-\(BT\)-Kullanim-Arastirmasi-2023-49407](https://data.tuik.gov.tr/Bulten/Index?p=Hanehalki-Bilisim-Teknolojileri-(BT)-Kullanim-Arastirmasi-2023-49407)
- Tülübas, T., Karaköse, T., ve 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>
- Turner, L., Bewick, B. M., Kent, S., Khyabani, A., Bryant, L. D., ve Summers, B. (2021). When does a lot become too much? A Q-methodological investigation of UK student perceptions of digital addiction. *International Journal of Environmental Research and Public Health*, 18(21), Article 11149. <https://doi.org/10.3390/ijerph18211149>
- Türk, N., Batmaz, H., ve Keleş, O. (2024). Adaptation of the Child-Adolescent Digital Addiction Scale (CADAS) to the Turkish culture: A validity and reliability study. *İnönü Üniversitesi Eğitim Bilimleri Enstitüsü Dergisi*, 11(21), 139–150. <https://doi.org/10.29129/inujgse.1436111>
- Tüzün, O., ve Sayar, K. (2006). Bağlanma kuramı ve psikopatoloji. *Düşünen Adam*, 19(1), 24–39.
- Uğur, N. G., ve Koç, T. (2015). Time for digital detox: Misuse of mobile technology and phubbing. *Procedia - Social and Behavioral Sciences*, 195, 1022–1031. <https://doi.org/10.1016/j.sbspro.2015.06.491>
- Ural, B., Sezgin, E., ve Yılmaz-Akyuz, E. (2024). Eating behavior, sleep disorders and digital game addiction in children and determination of associated factors by CHAID analysis. *Iranian Journal of Public Health*, 53(6), 1293–1303. <https://doi.org/10.18502/ijph.v53i6.15903>
- Uyar, S., ve Özen, M. Y. (2023). Gelişmeleri kaçırma korkusu (Fomo) ve sosyal medya bağımlılığı ilişkisi: Meta analiz. *Gümüşhane Üniversitesi Sağlık Bilimleri Dergisi*, 12(3), 1428–1436.

- Ünalın, D., ve Yıldırım, O. (2020). Dijital yerlilerin sosyotelizm (phubbing) eğilimlerinin değerlendirilmesi. *Gümüşhane Üniversitesi İletişim Fakültesi Elektronik Dergisi*, 8(1), 276–297. <https://doi.org/10.19145/e-gifder.644279>
- Verma, S., Yadav, S., ve Kumar, R. (2020). The determinants of phubbing behaviour a millennials perspective. *International Journal of Innovative Technology and Exploring Engineering*, 8, Article L1184.10812S19. <https://doi.org/10.35940/ijitee.L1184.10812S19>
- Volling, B. L., ve Palkovitz, R. (2021). Fathering: New perspectives, paradigms, and possibilities. *Psychology of Men ve Masculinities*, 22(3), 427–432. <https://doi.org/10.1037/men0000354>
- Vollmer, C., Randler, C., Horzum, M. B., ve Ayas, T. (2014). Computer game addiction in adolescents and its relationship to chronotype and personality. *SAGE Open*, 4(1), Article 2158244013518054. <https://doi.org/10.1177/2158244013518054>
- Wang, K., Ma, Z., ve Meng, H. (2024). The short-term longitudinal associations between loneliness and smartphone addiction: The mediating role of depression. *Current Psychology*, 43(23), 20545–20557. <https://doi.org/10.1007/s12144-024-05836-6>
- Wang, M., Xu, Q., ve He, N. (2021). Perceived interparental conflict and problematic social media use among Chinese adolescents: The mediating roles of self-esteem and maladaptive cognition toward social network sites. *Addictive Behaviors*, 112, Article 106601. <https://doi.org/10.1016/j.addbeh.2020.106601>
- Wang, P., Mao, N., Liu, C., Geng, J., Wei, X., Wang, W., Zeng, P., ve Li, B. (2022). Gender differences in the relationships between parental phubbing and adolescents' depressive symptoms: The mediating role of parent-adolescent communication. *Journal of Affective Disorders*, 302, 194–203. <https://doi.org/10.1016/j.jad.2021.12.073>
- Wang, X. (2020). Mobile SNS addiction as a learned behavior: A perspective from learning theory. *Media Psychology*, 23(4), 461–492. <https://doi.org/10.1080/15213269.2019.1605912>
- Wang, X., Gao, L., Yang, J., Zhao, F., ve Wang, P. (2020). Parental phubbing and adolescents' depressive symptoms: Self-esteem and perceived social support as moderators. *Journal of Youth and Adolescence*, 49(2), 427–437. <https://doi.org/10.1007/s10964-019-01185-x>
- Wang, X., Qiao, Y., Li, W., ve Lei, L. (2022). Parental phubbing and children's social withdrawal and aggression: A moderated mediation model of parenting behaviors and parents' gender. *Journal of Interpersonal Violence*, 37(21-22), NP19395–NP19419. <https://doi.org/10.1177/08862605211042807>

- Wang, X., Qiao, Y., ve Wang, S. (2023). Parental phubbing, problematic smartphone use, and adolescents' learning burnout: A cross-lagged panel analysis. *Journal of Affective Disorders*, 320, 442–449. <https://doi.org/10.1016/j.jad.2022.09.163>
- Wang, X., ve Zhao, K. (2023). Partner phubbing and marital satisfaction: The mediating roles of marital interaction and marital conflict. *Social Science Computer Review*, 41(4), 1126–1139. <https://doi.org/10.1177/08944393211072231>
- Williams, K. D. (2009). Ostracism: A temporal need-threat model. In M. P. Zanna (Ed.), *Advances in experimental social psychology*, Vol. 41, pp. 275–314). Elsevier Academic Press. [https://doi.org/10.1016/S0065-2601\(08\)00406-1](https://doi.org/10.1016/S0065-2601(08)00406-1)
- Woods, H. C., ve Scott, H. (2016). #Sleepyteens: Social media use in adolescence is associated with poor sleep quality, anxiety, depression and low self-esteem. *Journal of Adolescence*, 51(1), 41–49. <https://doi.org/10.1016/j.adolescence.2016.05.008>
- Wu, Y., Ono, K., ve Watanabe, M. (2024). Digital addiction intervention approaches based on people's subjective perception and definition of addiction. *International Journal of Affective Engineering*, 23(1), 27–38. <https://doi.org/10.5057/ijae.IJAE-D-23-00004>
- Xiao, X., ve Zheng, X. (2022). The effect of parental phubbing on depression in Chinese junior high school students: The mediating roles of basic psychological needs satisfaction and self-esteem. *Frontiers in Psychology*, 13, Article 868354. <https://doi.org/10.3389/fpsyg.2022.868354>
- Xie, X., ve Xie, J. (2020). Parental phubbing accelerates depression in late childhood and adolescence: A two-path model. *Journal of Adolescence*, 78(1), 43–52. <https://doi.org/10.1016/j.adolescence.2019.12.004>
- Xie, Z., Xu, C., Feng, N., ve Cui, L. (2025). Reciprocal relationship between parental technofence and adolescent problematic mobile phone use: The longitudinal mediating roles of paternal and maternal attachment. *Family Process*, 64(3), Article e70058. <https://doi.org/10.1111/famp.70058>
- Xu, C., ve Xie, X. (2023). Put down the phone and accompany me: How parental phubbing undermines prosocial behavior of early adolescents. *Children and Youth Services Review*, 149, Article 106958. <https://doi.org/10.1016/j.childyouth.2023.106958>
- Xu, X., Liu, Q., Li, Z., ve Yang, W. (2022). The mediating role of loneliness and the moderating role of gender between peer phubbing and adolescent mobile social media addiction. *International Journal of Environmental Research and Public Health*, 19(16), Article 10176. <https://doi.org/10.3390/ijerph191610176>
- Yaacob, W. F. W., Zakaria, N., ve Aji, Z. M. (2021). Identification of factors contributing to online game addiction among adolescents. *Journal of Information and Communication Technology*, 20(4), 565–597. <https://doi.org/10.32890/jict2021.20.4.5>

- Yaakoubi, M., Farhat, F., Bouchiba, M., Masmoudi, L., Trabelsi, O., Ghorbel, A., ve Gharbi, A. (2024). Smartphone addiction is associated with poor sleep quality, increased fatigue, impaired cognitive functioning, and lower academic achievement: Data from Tunisian middle school students. *School Mental Health*. Advance online publication. <https://doi.org/10.1007/s12310-024-09689-z>
- Yalçın, A. (2021). *Genç yetişkinlerde dijital bağımlılık düzeyleri ve aleksitimi ilişkisi* [Yüksek lisans tezi, İstanbul Gelişim Üniversitesi]. YÖK Ulusal Tez Merkezi.
- Yam, F. C. (2023). The relationship between partner phubbing and life satisfaction: The mediating role of relationship satisfaction and perceived romantic relationship quality. *Psychological Reports*, 126(1), 303–331. <https://doi.org/10.1177/00332941221144611>
- Yaman Aktaş, Y., Karabulut, N., ve Arslan, B. (2022). Digital addiction, academic performance, and sleep disturbance among nursing students. *Perspectives in Psychiatric Care*, 58(4), 1537–1545. <https://doi.org/10.1111/ppc.12961>
- Yang, J., Zeng, X., ve Wang, X. (2024). Associations among parental phubbing, self-esteem, and adolescents' proactive and reactive aggression: A three-year longitudinal study in China. *Journal of Youth and Adolescence*, 53(2), 343–359. <https://doi.org/10.1007/s10964-023-01850-2>
- Yengin, D. (2019). Digital addiction as technology addiction. *The Turkish Online Journal of Design, Art and Communication*, 9(2), 130–144. <https://doi.org/10.7456/10902100/007>
- Yurtseven, C., ve Duman, F. (2021). Evaluation of boss phubbing in sports businesses. *Pakistan Journal of Medical ve Health Sciences*, 15(2), 839–844.
- Zaidman-Mograbi, R., le Roux, L., ve Hall, H. (2020). The influence of culture on maternal attachment behaviours: A South African case study. *Children Australia*, 45(1), 30–39. <https://doi.org/10.1017/cha.2020.4>
- Zeng, Y., Zhang, J., Wei, J., ve Li, S. (2022). The impact of undergraduates' social isolation on smartphone addiction: The roles of academic anxiety and social media use. *International Journal of Environmental Research and Public Health*, 19(23), Article 15903. <https://doi.org/10.3390/ijerph192315903>
- Zevalkink, J., ve Ankone, E. (2022). Attachment stories in middle childhood: Reliability and validity of clinical and nonclinical children's narratives in a structured setting. *International Journal of Environmental Research and Public Health*, 19(15), Article 9053. <https://doi.org/10.3390/ijerph19159053>
- Zhang, J., Dong, C., Jiang, Y., Zhang, Q., Li, H., ve Li, Y. (2023). Parental phubbing and child social-emotional adjustment: A meta-analysis of studies conducted in China. *Psychology Research and Behavior Management*, 16, 4267–4285. <https://doi.org/10.2147/PRBM.S417718>

- Zhang, Y., Ding, Q., ve Wang, Z. (2021). Why parental phubbing is at risk for adolescent mobile phone addiction: A serial mediating model. *Children and Youth Services Review*, 121, Article 105873. <https://doi.org/10.1016/j.childyouth.2020.105873>
- Zhao, J., Guo, Z., Shi, H., Yu, M., Jiao, L., ve Xu, Y. (2023). The relationship between parental phubbing and interpersonal aggression in adolescents: The role of rejection sensitivity and school climate. *Journal of Interpersonal Violence*, 38(11-12), 7630–7655. <https://doi.org/10.1177/08862605221145722>
- Zhao, J., Ye, B., Luo, L., ve Yu, L. (2022). The effect of parent phubbing on Chinese adolescents' smartphone addiction during COVID-19 pandemic: Testing a moderated mediation model. *Psychology Research and Behavior Management*, 15, 569–579. <https://doi.org/10.2147/PRBM.S349105>
- Zhen, Y., ve Wen, C. (2022, November). *The impact of boss phubbing on employees' job performance: A mediation model with moderation* [Conference presentation]. 2022 7th International Conference on Robotics and Automation Engineering (ICRAE), Singapore. <https://doi.org/10.1109/ICRAE56463.2022.10056220>
- Zhou, J., Li, X., ve Gong, X. (2022). Parental phubbing and internet gaming addiction in children: Mediating roles of parent-child relationships and depressive symptoms. *Cyberpsychology, Behavior, and Social Networking*, 25(8), 512–517. <https://doi.org/10.1089/cyber.2022.0021>

EKLER

EK-1

KİŞİSEL BİLGİ FORMU

Cinsiyet: Kız (...) Erkek (...)

Sınıf düzeyi: 5. sınıf (...) 6. sınıf (...)

Yaş: ...

DİJİTAL BAĞIMLILIK ÖLÇEĞİ

SORU	Hiçbir zaman	Çok nadiren	Nadiren	Bazen	Sıklıkla	Genellikle	Her zaman
1-Dijital cihazımı kullanamazsam sıkılmış hissedirim.	1	2	3	4	5	6	7
2-Arkadaşlarımın sosyal medyada neler paylaştığını görmediğimde huzursuz hissedirim.	1	2	3	4	5	6	7
3-Dijital cihazlarımı kullanamazsam huysuz olurum.	1	2	3	4	5	6	7
4Dijital cihazımı başta planladığım süreden daha fazla kullanırım.	1	2	3	4	5	6	7
5Dijital cihazımı bir kenara koyar koymaz tekrar kullanma isteği hissedirim.	1	2	3	4	5	6	7
6Biriyle konuşurken bile gözüm dijital cihazda kalıyor.	1	2	3	4	5	6	7
7Birşeyleri yerken dijital bir cihazla meşgul olurum (oyun oynamak, sohbet etmek, sosyal medyada gezinmek vs.).	1	2	3	4	5	6	7
8Dersler sırasında gözümü dijital cihazımdan ayıramıyorum.	1	2	3	4	5	6	7
9Yolda yürürken cihazımla meşgul olurum (oyun oynamak, sohbet etmek, sosyal medyada gezinmek vs.).	1	2	3	4	5	6	7
10Uykuya dalmadan önce yatağımdayken cihazımla meşgul olurum (oyun oynamak, sohbet etmek, sosyal medyada gezinmek vs.).	1	2	3	4	5	6	7

EK-3**KERNS GÜVENLİ BAĞLANMA ÖLÇEĞİ(ANNE FORMU)**

1Bana çok benziyor o	Bana biraz benziyor o	Bazı çocuklar annelerine kolayca güvenirler.	AMA	Bazı çocuklar annelerine güvenip güvenemeyecekleri konusunda emin değildirlir.	Bana biraz benziyor o	Bana çok benziyor o
2Bana çok benziyor o	Bana biraz benziyor o	Bazı çocuklar yaptıkları her şeye annelerinin çok karıştığını düşünürler.	AMA	Bazı çocuklar kendi başlarına bir şeyler yapmalarına annelerinin izin verdiğini düşünürler.	Bana biraz benziyor o	Bana çok benziyor o
3Bana çok benziyor o	Bana biraz benziyor o	Bazı çocuklar için annelerinin yardım edeceğine inanmak kolaydır.	AMA	Bazı çocuklar için annelerinin yardım edeceğine inanmak zordur.	Bana biraz benziyor o	Bana çok benziyor o
4Bana çok benziyor o	Bana biraz benziyor o	Bazı çocuklar annelerinin onlarla yeterince zaman geçirdiğini düşünürler.	AMA	Bazı çocuklar annelerinin onlarla yeterince zaman geçirmediğini düşünürler.	Bana biraz benziyor o	Bana çok benziyor o
5Bana çok benziyor o	Bana biraz benziyor o	Bazı çocuklar annelerine ne düşündüklerini veya hissettiklerini söylemekten pek Hoşlanmazlar	AMA	Bazı çocuklar annelerine ne düşündüklerini veya hissettiklerini söylemekten hoşlanırlar.	Bana biraz benziyor o	Bana çok benziyor o
6Bana çok benziyor o	Bana biraz benziyor o	Bazı çocuklar her şeyde annelerine ihtiyaç duymaz.	AMA	Bazı çocuklar annelerine hemen hemen her şey için ihtiyaç duyar.	Bana biraz benziyor o	Bana çok benziyor o
7Bana çok benziyor o	Bana biraz benziyor o	Bazı çocuklar “Keşke anneme daha yakın olabilseydim” derler.	AMA	Bazı çocuklar annelerine olan yakınlıklarıyla mutludurlar.	Bana biraz benziyor o	Bana çok benziyor o
8Bana çok benziyor o	Bana biraz benziyor o	Bazı çocuklar annelerinin onları gerçekten sevmediğinden endişe duyarlar.	AMA	Bazı çocuklar annelerinin onları sevdiğinden emindirler.	Bana biraz benziyor o	Bana çok benziyor o
9Bana çok benziyor o	Bana biraz benziyor o	Bazı çocuklar annelerinin onları anladığını Hissederler	AMA	Bazı çocuklar annelerinin onları anlamadığını hissederler.	Bana biraz benziyor o	Bana çok benziyor o
10Bana çok benziyor o	Bana biraz benziyor o	Bazı çocuklar annelerinin onları terk etmeyeceğinden gerçekten emindirler.	AMA	Bazı çocuklar annelerinin onları terk edebileceğinden bazen endişelenirler.	Bana biraz benziyor o	Bana çok benziyor o
11Bana çok benziyor o	Bana biraz benziyor o	Bazı çocuklar ihtiyaç duyduklarında annelerinin yanlarında olamayacağını düşünerek endişelenirler.	AMA	Bazı çocuklar ihtiyaç duyduklarında annelerinin yanlarında olacağından emindirler.	Bana biraz benziyor o	Bana çok benziyor o

12Bana çok benziyor o	Bana biraz benziyor o	Bazı çocuklar annelerinin kendilerini dinlemediğini düşünürler.	AMA	Bazı çocuklar annelerinin onları gerçekten dinlediğini düşünürler.	Bana biraz benziyor o	Bana çok benziyor o
13Bana çok benziyor o	Bana biraz benziyor o	Bazı çocuklar üzgün olduklarında annelerinin yanına giderler..	AMA	Bazı çocuklar üzgün olduklarında annelerinin yanına pek gitmezler.	Bana biraz benziyor o	Bana çok benziyor o
14Bana çok benziyor o	Bana biraz benziyor o	Bazı çocuklar “Keşke annem sorunlarımla daha çok ilgilense” derler.	AMA	Bazı çocuklar annelerinin onlara yeterince yardım ettiğini düşünürler.	Bana biraz benziyor o	Bana çok benziyor o
15Bana çok benziyor o	Bana biraz benziyor O	Bazı çocuklar anneleri etrafta olduğunda kendilerini daha iyi hissederler.	AMA	Bazı çocuklar anneleri etrafta olduğunda kendilerini daha iyi hissetmezler	Bana biraz benziyor o	Bana çok benziyor o

EK-3(DEVAMI)

KERNS GÜVENLİ BAĞLANMA ÖLÇEĞİ(BABA FORMU)

1Bana çok benziyor o	Bana biraz benziyor o	Bazı çocuklar Babalarına kolayca güvenirlir.	AMA	Bazı çocuklar Babalarına güvenip güvenemeyecekleri konusunda emin değildirlir.	Bana biraz benziyor o	Bana çok benziyor o
2Bana çok benziyor o	Bana biraz benziyor O	Bazı çocuklar yaptıkları her şeye Babalarının çok karıştığını düşünürler.	AMA	Bazı çocuklar kendi başlarına bir şeyler yapmalarına Babalarının izin verdiğini düşünürler.	Bana biraz benziyor o	Bana çok benziyor o
3Bana çok benziyor o	Bana biraz benziyor O	Bazı çocuklar için Babalarının yardım edeceğine inanmak kolaydır.	AMA	Bazı çocuklar için Babalarının yardım edeceğine inanmak zordur.	Bana biraz benziyor o	Bana çok benziyor o
4Bana çok benziyor o	Bana biraz benziyor O	Bazı çocuklar Babalarının onlarla yeterince zaman geçirdiğini düşünürler.	AMA	Bazı çocuklar Babalarının onlarla yeterince zaman geçirmediğini düşünürler.	Bana biraz benziyor o	Bana çok benziyor o
5Bana çok benziyor o	Bana biraz benziyor O	Bazı çocuklar Babalarına ne düşündüklerini veya hissettiklerini söylemekten pek hoşlanmazlar	AMA	Bazı çocuklar Babalarına ne düşündüklerini veya hissettiklerini söylemekten hoşlanırlar.	Bana biraz benziyor o	Bana çok benziyor o
6Bana çok benziyor o	Bana biraz benziyor O	Bazı çocuklar her şeyde Babalarına ihtiyaç duymaz..	AMA	Bazı çocuklar Babalarına hemen her şey için ihtiyaç duyar.	Bana biraz benziyor o	Bana çok benziyor o
7Bana çok benziyor o	Bana biraz benziyor O	Bazı çocuklar “Keşke Babama daha yakın olabilseydim”	AMA	Bazı çocuklar Babalarına olan yakınlıklarıyla mutludurlar.	Bana biraz benziyor o	Bana çok benziyor o

		derler..				
8Bana çok benziyor o	Bana biraz benziyor O	Bazı çocuklar Babalarının onları gerçekten sevmediğinden endişe duyarlar..	AMA	Bazı çocuklar Babalarının onları sevdiğinden emindirler.	Bana biraz benziyor o	Bana çok benziyor o
9Bana çok benziyor o	Bana biraz benziyor O	Bazı çocuklar Babalarının onları anladığını hissederler	AMA	Bazı çocuklar Babalarının onları anlamadığını hissederler.	Bana biraz benziyor o	Bana çok benziyor o
10Bana çok benziyor o	Bana biraz benziyor o	Bazı çocuklar Babalarının onları terk etmeyeceğinden gerçekten emindirler.	AMA	Bazı çocuklar Babalarının onları terk edebileceğinden bazen endişelenirler.	Bana biraz benziyor o	Bana çok benziyor o
11Bana çok benziyor o	Bana biraz benziyor o	Bazı çocuklar ihtiyaç duyduklarında Babalarının yanlarında olamayacağını düşünerek endişelenirler.	AMA	Bazı çocuklar ihtiyaç duyduklarında Babalarının yanlarında olacağından emindirler.	Bana biraz benziyor o	Bana çok benziyor o
12Bana çok benziyor o	Bana biraz benziyor o	Bazı çocuklar Babalarının kendilerini dinlemediğini düşünürler.	AMA	Bazı çocuklar Babalarının onları gerçekten dinlediğini düşünürler.	Bana biraz benziyor o	Bana çok benziyor o
13Bana çok benziyor o	Bana biraz benziyor o	Bazı çocuklar üzgün olduklarında Babalarının yanına giderler..	AMA	Bazı çocuklar üzgün olduklarında Babalarının yanına pek gitmezler.	Bana biraz benziyor o	Bana çok benziyor o
14Bana çok benziyor o	Bana biraz benziyor o	Bazı çocuklar “Keşke Babam sorunlarımla daha çok ilgilense” derler.	AMA	Bazı çocuklar Babalarının onlara yeterince yardım ettiğini düşünürler.	Bana biraz benziyor o	Bana çok benziyor o
15Bana çok benziyor o	Bana biraz benziyor O	Bazı çocuklar Babaları etrafta olduğunda kendilerini daha iyi hissederler.	AMA	Bazı çocuklar Babaları etrafta olduğunda kendilerini daha iyi hissetmezler	Bana biraz benziyor o	Bana çok benziyor o

EK-4

ÖLÇEK İZİNLERİ

ÖLÇEK İZNI Gelen Kutusu x



Kübra Karaman <

4 Tem 2024 Per 17:37 ☆ 😊 ↶ ⋮

Sayın hocam,

Ben Necmettin Erbakan Üniversitesi Eğitim Bilimleri Enstitüsü Rehberlik ve Psikolojik Danışmanlık bilim dalı yüksek lisans öğrencisi Kübra KARAMAN. Danışmanım Prof. Dr. Bülent DİLMAÇ danışmanlığında gerçekleştireceğimiz bir çalışma için uyarlamış olduğunuz "**Kerns Güvenli Bağlanma Ölçeği**"ni kullanmak için izninize ve ölçeğin maddelerine ve puanlanması, değerlendirilmesi ve yorumlanmasına ilişkin bilgilere ihtiyacım var. Yardımcı olabilirsiniz çok sevinirim. Çalışmalarınızda kolaylıklar ve sağlıklı günler dilerim. Saygılarımla.

Nebi Sumer <

5 Tem 2024 Cum 03:15 ☆ 😊 ↶ ⋮

Alıcı: ben ▾

Memnuniyetle kullanabilirsiniz
İyi çalışmalar
Nebi Sumer

↶ Yanıtla ↷ Yönlendir 😊

Windows'u Etkinleştir
Windows'u etkinleştirmek için Ayarlar'a gid

ÖLÇEK İZNI Gelen Kutusu x



Kübra Karaman <

15 Tem 2024 Pzt 12:25 ☆ 😊 ↶ ⋮

Sayın hocam,

Ben Necmettin Erbakan Üniversitesi Eğitim Bilimleri Enstitüsü Rehberlik ve Psikolojik Danışmanlık bilim dalı yüksek lisans öğrencisi Kübra KARAMAN. Danışmanım Prof. Dr. Bülent DİLMAÇ danışmanlığında gerçekleştireceğimiz bir çalışma için geliştirdiğiniz "**Türk Ergenler İçin Ebeveyn Phubbing-Anne ve Baba Formunun Yeni Bir Ölçeği**"ni kullanmak için izninize ve ölçeğin maddelerine ve puanlanması, değerlendirilmesi ve yorumlanmasına ilişkin bilgilere ihtiyacım var. Yardımcı olabilirsiniz çok sevinirim. Çalışmalarınızda kolaylıklar ve sağlıklı günler dilerim. Saygılarımla.

M

MÜGE AKBAĞ <

21 Tem 2024 Paz 17:22 ☆ 😊 ↶ ⋮

Merhaba,

Ölçeğimize gösterdiğiniz ilgi için teşekkür ederiz. Ölçek formunu ve bilgileri ekte paylaşıyorum. Danışman hocanız olan Bülent Hoca'yı tanıdığım için ona da bir örneğini gönderdim. Gönderdiğiniz formun altındaki açıklamaları lütfen okuyunuz. Ölçek basım aşamasında olduğundan belirtilen kaynakları kullanabilirsiniz. Sorunuz olursa lütfen yazmaktan çekinmeyiniz. İyi çalışmalar dilerim.

EK-4(DEVAMI)

Kullanım İzni

Geliştirdiğim(iz) / uyarladığım(iz) ölçme aracının atıf gösterilmesi ve bilimsel araştırmalarla sınırlı olmak kaydıyla kullanılmasına izin veriyorum/z/. İzin için ayrıca e-posta gönderilmesine gerek yoktur.

Makale



İNDİR

Ölçek Formu



İNDİR

Link: <https://doi.org/10.29129/inujgse.1436111>

Ölçek Çeşidi: Uyarlama

Kategori(ler):

20 Psikiyatri /Klinik Psikoloji » 216 Maddeyle İlişkili Bozukluklar ve Bağımlılık Bozuklukları

Kaynak Türü: Makale

Kaynak/Referans:

Türk, N., Batmaz, H., & Keleş, O. (2024). Adaptation of Child-Adolescent Digital Addiction Scale (CADAS) to Turkish culture: A validity and reliability study. *İnönü Üniversitesi Eğitim Bilimleri Enstitüsü Dergisi*, 11(21). <https://doi.org/10.29129/inujgse.1436111>

Geliştiren/Uyarlayan: Nuri Türk, Hasan Batmaz, Osman Keleş

Windows'u Etkinleştirme
Windows'u etkinleştirme

EK-5

ETİK KURUL İZİNİ



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

Etik Kurul Toplantı Tarihi/Sayısı ve Karar No	Tarih :29/11/2024 Toplantı Sayısı: 22 Karar No :2024/883
Araştırmanın Başlığı	Ortaokul Öğrencilerinin Algıladıkları Ebeveyn Sosyotelizmi ve Dijital Bağımlılıkları Arasındaki İlişkide Güvenli Bağlanmanın Aracı Rolü.
Sorumlu Araştırmacı	Prof. Dr. Bülent DİLMAÇ
Yardımcı Araştırmacı	Lisansüstü Öğrenci :Kübra KARAMAN
Etik Kurul Kararı	22001 sayılı başvuru Etik Kurul tarafından değerlendirilmiş olup, başvurunun bilimsel araştırma etiği açısından “Uygun” olduğuna karar verilmiştir.

ASLI GİBİDİR

29/11/2024

Doç. Dr. Ahmet KURNAZ

Başkan

EK-6

MİLLÎ EĞİTİM BAKANLIĞI ARAŞTIRMA İZİNİ



T.C.
MİLLÎ EĞİTİM BAKANLIĞI
ARAŞTIRMA UYGULAMA İZİNİ BELGESİ



Başvuru No: MEB.TT.2025.015958.01

T.C. Kimlik No:

Adı Soyadı: KÜBRA KARAMAN

Araştırmanın Adı: ORTAOKUL ÖĞRENCİLERİNİN ALGILADIKLARI EBEVEYN SOSYOTELİZMİ VE DİJİTAL BAĞIMLILIKLARI ARASINDAKİ İLİŞKİDE GÜVENLİ BAĞLANMANIN ARACI ROLÜ

Araştırmanın Niteliği: Yüksek Lisans Tezi

Araştırmanın Örneklem / Çalışma Grubu: Öğrenci

Veri Toplama Aracının Başlığı: Ebeveyn sosyotelizmi Ölçeği, Dijital bağımlılık ölçeği, Kerns Güvenli Bağlama Ölçeği

Araştırma Uygulama İzninin Kabul Tarihi: 14.01.2025

Araştırma Uygulama İzninin Bitiş Tarihi: 14.01.2026

Yukarıda kimliği yazılı araştırmacı “Araştırma Uygulama İzinleri Yönergesine” 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
KONYA	Ortaokul	Ye**** Ortaokulu (MERAM)	77****
KONYA	Ortaokul	Şe**** Ortaokulu (MERAM)	76****
KONYA	Ortaokul	Ça**** Ortaokulu (MERAM)	74****
KONYA	Ortaokul	Me**** Ortaokulu (MERAM)	72****
KONYA	Ortaokul	Ka**** Ortaokulu (MERAM)	72****
KONYA	Ortaokul	Gü**** Ortaokulu (MERAM)	72****
KONYA	Ortaokul	Zi**** Ortaokulu (MERAM)	72****

KONYA	Ortaokul	Em**** Ortaokulu (MERAM)	72****
-------	----------	--------------------------	--------

