

Dijital Teknolojinin Yansımaları: Ebeveyn Teknoferansı ve Sosyotelizmi

The Reflections of Digital Technology: Parental Technoference and Phubbing

Müge AKBAĞ^[1] Banu SAYINER^[1]

Başvuru Tarihi: 15 Eylül 2020

ÖZET

Kabul Tarihi: 23 Ekim 2021

Teknolojideki hızlı gelişim son yıllarda iletişim alanına da yansımıştır. Bilgisayarlar, tabletler, cep telefonları ve akıllı telefonlar kişilerin hayatlarının adeta her anında kullanılır duruma gelmiştir. Bu cihazlar günlük yaşama getirdikleri yeniliklerin ve kolaylıkların yanı sıra bazı sorunlara da neden olmaktadır. Teknoferans veya sosyotelizm (phubbing) bu sorunlardan olup, bireylerin özellikle sosyal ilişkilerini olumsuz yönde etkilemektedir. Technological (teknolojik) ve interference (müdahale/engel) kelimelerinden oluşan teknoferans, bir elektronik aletin kişilerin iletişimini kesintiye uğrattığı ya da zayıflattığı durum olarak tanımlanmaktadır. Phubbing (sosyotelizm) ise, phone ve snubbing (yok saymak) sözcüklerinin birleşiminden türetilmiş olup, bir kişinin diğer kişilerle birlikteyken telefonu ile ilgilenip onlarla iletişime geçmemesi olarak ifade edilmektedir. Bu kavramların davranış olarak yansımaları özellikle ebeveyn-çocuk ilişkilerinde görülmektedir. Toplumda çocukların ve gençlerin teknolojik cihazları en çok kullanan grup olduğu belirtilirken, anne-babaların da bu aletlerden yüksek oranda yararlandıkları araştırma bulgularıyla desteklenmektedir. Ebeveynlerin çocuklarının yaşamlarında birincil derecede model oldukları düşünüldüğünde; teknolojik aletleri kullanımlarının yaratacağı problemler önemlidir. Bu derleme çalışmasında, ebeveyn teknoferansı ve ebeveyn sosyotelizm davranışının ebeveyn-çocuk iletişimi ve çocuklar/gençlerin davranışları üzerindeki olumsuz etkilerine alan yazındaki araştırmalar ışığında dikkat çekilmesi amaçlanmıştır. Ardından ailede teknoferans ve sosyotelizmin azaltılmasına yönelik olarak uygulamalara ve ileride yapılacak araştırmalar için araştırmacılara bazı öneriler getirilmiştir.

Anahtar Kelimeler: *teknoferans, sosyotelizm, ebeveyn, ebeveyn teknoferansı, ebeveyn sosyotelizmi*

Received Date: 15 September 2020

ABSTRACT

Accepted Date: 23 Ekim 2021

The rapid development in technology is also reflected in the field of communication in recent years. Computers, tablets, mobile phones and smart phones have become used in almost every moment's of people's life. These devices cause some problems as well as the innovations and conveniences they bring to daily life. Technoference or phubbing is one of these problems and affects the social relations of individuals negatively. Technoference, consisting of the words technological and interference, is defined as the situation in which an electronic device interrupts or weakens the communication of people. Phubbing, on the other hand, is derived from the combination of the words phone and snubbing (ignoring), is expressed as the fact that a person is interested in her/his phone and not communicating with other people when they are with them. The reflection of these concepts as behavior is seen especially in parent-child relationships. Although it is stated that children and young people are the group that uses technological devices the most in society, it is supported by research findings that parents also benefit from these devices at a high rate. Considering that parents are the primary models in their children's lives, the problems caused by the use of technological devices are important. In this review study, it is aimed to draw attention to the negative effects of parental technoference and parental phubbing behavior on the parent-child relationship and the behavior of children/youth in the light of the studies conducted in the literature. Afterwards, some suggestions were made to practitioners in order to reduce technoference and phubbing in the family. Suggestions were also given to the researchers for further studies.

Keywords: *technoference, phubbing, parent, parental technoference, parental phubbing*

Atıf Cite Akbağ, M., & Sayiner, B. (2021). Dijital teknolojinin yansımaları: Ebeveyn teknoferansı ve sosyotelizmi. *Humanistic Perspective*, 3 (3), 753-778. <https://doi.org/10.47793/hp.996220>

^[1] Doç. Dr. | Marmara Üniversitesi | Rehberlik ve Psikolojik Danışmanlık | İstanbul | Türkiye | ORCID: 0000-0003-0507-9072 | <mailto:makbag@marmara.edu.tr>

^[2] Dr. | İstanbul | Türkiye | ORCID: 0000-0002-4842-0712

GİRİŞ

Günümüzde, Bilgi ve İletişim Teknolojileri'ndeki (BİT-ICTs) hızlı gelişim sonucunda internet kullanımı da hızla yaygınlaşmıştır. İnternete ulaşmak için kullanılan teknolojik araçlar da bireylerin yaşamının birer parçası haline almıştır. Bilgisayarlar, tabletler ve cep telefonlarından günlük yaşamda sıklıkla yararlanılır duruma gelinmiştir. Dijital teknolojinin bir ürünü olan akıllı telefonların adeta birer cep bilgisayarı haline gelmesiyle kişiler bu teknolojik aletleri yaşamın her anında kullanmaktadırlar. Fotoğraf çekme ve paylaşma, film izleme, yeni haberleri takip etme, alışveriş yapma ve bankacılık işlemlerini gerçekleştirme için bu mobil araçlardan yararlanılmaktadır. Ayrıca çocuklar ve gençler için de birçok uygulama bulunmaktadır (Bauer, 2018). Bu noktada, gelişen teknolojiyle şekillenen yeni yaşam tarzı ile birlikte akıllı telefonların bireylerin yaşamında kolaylaştırıcı ve işlevsel bir rolünün olduğunu söylemek mümkündür.

İletişim teknolojilerinin dolayısıyla akıllı telefonların yoğun bir şekilde kullanılmasının bireylerin yaşamında sağladığı kolaylıkların yanı sıra getirdiği olumsuzluklar da inkar edilememektedir (Bulut ve Nazir, 2020). Bu olumsuzluklar özellikle toplumdaki bireylerin birbirleriyle olan iletişim şekillerindeki değişikliklerle kendini göstermektedir. Teknoferans ve sosyotelizm de kişilerarası iletişim şekillerindeki değişikliklere yol açan teknoloji temelli olumsuz davranış patternleri arasında sayılmaktadır. Kişilerin başka kişilerle iletişimdeyken, teknolojik aletlere yönelik etkileşimlerinin artması sonucu iletişim kesintilerinin oluşması "*teknoferans (technoference)*" veya "*sosyotelizm (phubbing)*" olarak nitelenmektedir (McDaniel vd., 2018; McDaniel ve Drouin, 2019). Teknoferans (technoference) sözcüğü "*technological*" (teknolojik) ve "*interference*" (müdahale/engel) kelimelerinin birleşiminden oluşmaktadır. Teknoferans, teknoloji nedeniyle sosyal etkileşimlerin kesintiye uğraması (Stocdale vd., 2018), teknoloji araçlarının kullanımı sonucu kişiler arasındaki iletişimin kesilmesi olarak tanımlanmaktadır (McDaniel ve Coyne, 2016a). Phubbing (sosyotelizm) ise; "phone" (telefon) ve "snubbing" (yok saymak) sözcüklerinin bir araya gelmesinden türetilmiş olup, Macquarie Dictionary'nin Mayıs 2012'de McCann Melbourne adlı reklam şirketinin aracılığıyla yürüttüğü bir kampanya sürecinde güncellenmiştir (Karadağ vd., 2015; Ugur ve Koc, 2015). Türkçe'de "*sosyotelizm*" olarak ifade edilen bu davranış; kişinin diğer kişilerle birlikteyken dikkatini akıllı telefona yönlendirerek diğerleriyle iletişime geçmemesi olarak tanımlanmaktadır (Karadağ vd., 2016). Sosyotelizm alanyazında, sosyal ihmalkârlık veya mobil körlük olarak da yer almaktadır (Yam ve İlhan, 2020).

Teknolojik cihazların yaygın olarak kullanılması iletişimin ve etkileşimin kesilmesine yani teknoferansa neden olmaktadır (Qiao ve Liu, 2020). Akıllı telefonlar internet, sosyal medya, oyun gibi alanlara ulaşımı kolaylıkla sağladığından sosyotelizm davranışına da neden olan etmenlerin başında gelmektedir. Kişiler yanındaki bireylerle iletişime girmek yerine akıllı telefonları ile ilgili

olduklarında bu süreç sosyal etkileşimi negatif şekilde yönlendirmektedir (Yam ve İlhan, 2020). Sosyotelizm; iletişimde olunan kişi veya kişilere karşı saygısız bir tavır sergilemek, onları önemsememek, sanal ortamları gerçek hayata tercih etmek gibi pek çok olası dinamiği olan bir kavramdır (Karadağ, vd., 2015). Bu yüzyılda, birçok insan sosyal ortamlarda çevrelerindeki insanları görmezden gelerek akıllı telefonlarında önemli ölçüde zaman geçirmeyi tercih ettiğinden yüz yüze sosyal etkileşim azalma eğilimindedir. İnsanlar sosyal ortamlarda sürekli olarak telefonlarına bakan arkadaşları tarafından yok sayılma davranışına maruz kalmaktadır. Akıllı telefon ve sosyal medyanın yaygın olarak kullanılması olgusu, kişilerin hayatını yeni bir iletişim çağına dönüştürmüştür (Toker ve Tuncay, 2020). Başka bir deyişle, sosyotelizm sosyal iletişimi etkilemektedir. Sosyotelizmin, hem yalnızlık hem de sosyotelize maruz kalma üzerinde etkisinin olduğuna dair elde edilen bir araştırma bulgusundan hareketle bir iletişim engeli olarak tanımlanması gerektiği belirtilmektedir (Aydoğdu ve Çevik, 2020). Ayrıca sosyotelizm ve sosyotelize maruz kalmak anksiyete, depresyon, olumsuz benlik, somatizasyon, düşmanlık gibi bazı psikolojik sorunlara da neden olmaktadır (Ergün vd., 2020).

Teknolojik aletlerden akıllı telefonun günlük hayatın ayrılmaz bir parçası haline gelmesi ve gece yatarken bile kapanmaması problemlili akıllı telefon kullanımını da beraberinde getirmiştir. Problemlili akıllı telefon kullanımı bağlamında teknoferans ve sosyotelizm davranışına ek olarak bazı yeni davranış türleri de ortaya çıkmıştır. Teknoloji ile açığa çıkan bu yeni davranışlar; akıllı telefonundan mahrum kalma korkusu (nomofobi-nomophobia-NO MOBILEPHONE PHOBIA), gelişmeleri takip edememe, gelişmeleri kaçırma korkusu (Fear of Missing Out-FoMO), internetsiz kalma korkusu (netlessfobi, netlessphobia- Being NetlessFobia) veya offline-çevirimdışı olma korkusu (Fear of being offline-Fobo) olarak sıralanabilir (Kalip ve Çöl, 2020; Yıldırım ve Kişioğlu, 2018). Alanyazında nomofobi sosyotelizmin alt boyutlarından biri olarak değerlendirilmektedir (Aykaç ve Yıldırım, 2021; Barrios-Borjas vd., 2017). Chotpitayasunondh ve Douglas'a göre (2016) ise, sosyotelist davranışlar internet bağımlılığı, FoMO ve akıllı telefon bağımlılığı ile bağlantı göstermektedir. Araştırma sonuçlarına göre; akıllı telefon bağımlılığı, internet bağımlılığı, sosyal medya bağımlılığı ve oyun bağımlılığı sosyotelizmin belirleyicileri olarak görülmektedir (Karadağ vd., 2015; Nazir ve Bulut, 2019). Ayrıca sosyotelizm ile çevrimiçi bağımlılık davranışları arasındaki ilişkinin oluşturduğu tehlikeye dikkat çekilerek, sosyotelizmin oluşturduğu riskler bağlamında *yeni bir bağımlılık biçimi* olarak tanımlanabileceği de belirtilmektedir (Guazzini vd., 2019).

Teknoferans ve sosyotelizm davranışı, teknolojinin yaygınlaşması ve cep telefonlarının günlük yaşamda yoğun bir şekilde kullanılması nedeniyle gün geçtikçe daha yaygın bir hale gelmektedir. Toplumda çocuk ve gençlerin bu cihazları en çok kullanan kitle olduğu belirtilmekle birlikte; ebeveynlerin de bu cihazlardan yüksek oranda yararlandıklarına dikkat çekilmektedir

(Xie vd., 2019; Niu vd., 2020). Bu durum, "ebeveyn teknoferansı" ve "ebeveyn sosyotelizmi" kavramlarını gündeme getirmiştir. *Ebeveyn teknoferansı*, ebeveynlerin çocuklarıyla etkileşimleri sırasında dikkatini ve ilgisini çocuğun yerine cep telefonuna odaklaması ve bunun sonucunda ebeveyn-çocuk etkileşiminde kesintinin ortaya çıkmasına işaret ederken (Radesky vd., 2014), yine ebeveyn-çocuk etkileşiminde açığa çıkan *ebeveyn sosyotelizmi* de sosyal ortamlarda ebeveynin telefonuna dikkatini vererek çocuğu ihmal etmesi ve yok sayması olarak tanımlanmaktadır (Xie vd., 2019). Alanyazında bu iki davranış patterninin ebeveyn-çocuk ilişkisinin kalitesi üzerinde olumsuz etkilerinin olduğundan ve hatta ebeveyn ve çocuk arasındaki çatışmaları da arttırdığından bahsedilmektedir (Chotpitayasunondh ve Douglas, 2016; Meeus vd., 2020). Bu noktada, teknolojik cihazların özellikle de akıllı telefonların ebeveyn tarafından yoğun bir şekilde kullanılması sonucu açığa çıkan teknoferans ve sosyotelizmin, ebeveyn-çocuk ilişkisini bozucu etkileri nedeniyle çocukları ve gençleri çeşitli şekillerde etkileyebileceği düşünülmektedir. Bu bağlamda; bu derleme çalışması ile ebeveyn teknoferansı ve ebeveyn sosyotelizm davranışının ebeveyn-çocuk ilişkisi ve çocuklar/ gençler üzerindeki olumsuz etkilerinin alanyazında yapılmış araştırma bulgularının gözden geçirilmesi yoluyla ortaya konması, küresel bir soruna dönüşen bu durumu önlemeye yönelik öneriler getirilmesi ve ileride yapılacak araştırmalara ışık tutulması amaçlanmıştır.

Alanyazında Yapılmış Araştırmalar Işığında Ebeveyn Teknoferansının Etkileri

Televizyon ile başlayan yüksek oranda ekran kullanımı bilgisayar, tablet, video oyun konsolu ve sonunda akıllı telefonlarla bireylerin yaşamlarında geniş bir yer edinmiş ve onlara adeta hükmeder hale gelmiştir. Teknolojinin bu kadar yaygın kullanımı sadece gençlerde değil ebeveynlerde de görülmektedir. Ebeveynler teknolojik aletleri limitsizce kullanmaktadırlar. Sosyolog Turkle'in (2011), *Birlikte Yalnız: Neden Birbirimizden Az Teknolojiden Çok Şey Bekliyoruz* adlı kitabında elli iki yaşındaki bir baba bu süreci; "Cep telefonum olmadan asla... O benim korumam.." şeklinde ifade etmiştir. Bu bağlamda, günlük etkileşim ve yüz yüze iletişimin teknolojik aletlerle kesilmesi ve zarara uğraması aile içinde sıklıkla yaşanan bir problem haline gelmiştir. Makalenin bu bölümünde ebeveyn teknoferansının ebeveynlerin çocuklarıyla etkileşimlerini nasıl kesintiye uğrattığı ve bu durumun farklı gelişim düzeyindeki çocuklar üzerindeki etkileri alanyazındaki ilgili araştırma bulgularıyla desteklenerek ele alınmıştır.

Alanyazın incelendiğinde, araştırmaların bir kısmında ebeveyn teknoferansının etkilerinin bebeklik ve erken çocukluk dönemi bağlamında incelendiği dikkati çekmektedir. Araştırmacılara göre, akıllı telefonların ve mobil cihazların yaygınlığındaki artış, bebeklerin ve küçük çocukların bakımları sırasında telefonların kullanımını da yaygın hale getirirken, bu durum dikkat dağıtıcı bazı aksamalara yani teknoferansa neden olabilmektedir (McDaniel, 2020). McDaniel ve arkadaşlarının (2012) yaptıkları bir araştırma bu alanda yapılan ilk çalışmalardan

biri olma özelliğini taşımaktadır. Çalışmada, "yeni annelerin" özellikle blog ve sosyal ağlara yönelik sosyal medya kullanımları incelenmiş ve çalışmadan elde edilen bulgular yeni annelerin günde yaklaşık 3 saat (çoğunlukla internette) bilgisayar başında olduklarını ve bu süre zarfında sıklıkla sosyal ağ sitelerini ve bazen de blogları kullandıklarını göstermiştir. Bu araştırma, annelerin teknolojik aletleri yoğun bir şekilde kullanmaya eğilimli olduklarına dikkat çekmektedir. Bu durum, araştırmacıları annelerin teknolojik aletleri yüksek oranda kullanımı ve bebeklik/erken çocukluk dönemindeki çocukları ile etkileşimlerine yönelik araştırmalar yapmaya yönlendirmiştir. Erken bebeklik/çocukluk döneminde çocuğu olan anneler üzerinde gerçekleştirilen bu araştırmalardan birinde, birlikte ebeveynlik (coparenting) ilişkilerinde (çocuklarına birlikte ebeveynlik yaparken, başka bir deyişle çocuk yetiştirme ile ilgili sorumlulukları paylaşırken ebeveynler arasındaki ilişkilerde), çeşitli ebeveynlik alanlarında (uyku zamanı, yemek zamanı, vb.) teknoloji müdahalesinin sıklığı ve aynı zamanda teknoloji müdahalesi ile annelerin birlikte ebeveynlik kalitesine ilişkin algıları arasındaki ilişkiler incelenmiştir. Pek çok anne özellikle oyun zamanı gibi yapılandırılmamış ebeveynlik sırasında, teknolojinin zaman zaman birlikte ebeveynlik (coparenting) etkileşimlerini kesintiye uğrattığını belirtmiştir. Teknoferansı daha fazla deneyimlediklerini belirten anneler, birlikte ebeveynlik kalitesi ve ilişki doyumunun daha düşük, depresif belirtilerin daha yüksek olduğunu bildirmiştir. Bu araştırma sonucunda, teknoferansın muhtemelen ebeveynler arasındaki koordinasyonu azalttığı ve bu durumun da bazı annelerin hayal kırıklığına uğramasına neden olduğu belirtilerek, ebeveynlere aile etkileşimleri sırasındaki teknoloji kullanımını eleştirel bir şekilde incelemeleri ve mümkünse düzenlemeleri önerilmiştir (McDaniel ve Coyne, 2016b).

Annenin mobil cihaz kullanımının anne-çocuk etkileşimlerinin sıklığıyla olan ilişkilerini inceleyen bir başka araştırma ise yapılandırılmış bir laboratuvar ortamında gerçekleştirilmiştir, Bu çalışmada, çocuklar 6 yaşındayken annelerin ve çocukların tanıdık ve tanıdık olmayan yiyecekleri denemeleri istendiğinde birbirleriyle nasıl etkileşime geçtiklerini karakterize edebilmek için video kayıtları alınmış ve anneler spontan olarak bir mobil cihaz kullanıp kullanmadıklarına göre ikiye ayrılmışlardır. Bu esnada annelerin çocuklara yönelik sözlü ve sözsüz iletileri sayılmıştır. Tüm yiyeceklerin ortalaması alındığında, cihaz kullanan anneler cihaz kullanmayan annelere göre çocuklarıyla daha az sözlü ve sözsüz etkileşim gerçekleştirmişlerdir. Bu ilişkinin, en tanıdık olmayan yiyecek olan helvanın tanıtılması sırasında en güçlü düzeyde olduğu saptanmıştır. Bu araştırma sonucunda da, mobil cihaz kullanımının yaygın olduğu, bu durumun yapılandırılmış bir etkileşim görevi sırasında çocuklarla etkileşimi azalttığı ve bunun da özellikle tanıdık olmayan bir yiyeceğin tanıtılması sırasında ve sözel olmayan etkileşimler bağlamında görüldüğü belirlenmiştir (Radesky vd., 2015).

Diğer taraftan araştırmacılar ebeveynlerin küçük çocuklarının yanındayken mobil cihazları (örn. akıllı telefonlar, tabletler) kullanmasının daha az veya daha fazla olumsuz ebeveyn-çocuk etkileşimi ile ilişkilendirilebileceğine ve bu konunun ebeveynlerin bakış açılarıyla araştırılmasının gereğine işaret etmişlerdir. Bu amaçla, 0-8 yaş arası çocukların İngilizce konuşan 22 anne, 9 baba ve 4 büyükanneden oluşan bakıcılarıyla görüşmeler gerçekleştirilmiştir. Katılımcılar, tutarlı bir şekilde bilişsel gerilimler (iş ve çocuklar arasında çoklu görevlerin bilgi/rol aşırı yüklenmesine yol açması), duygusal gerilimler (stres yaratan ve azaltan etkiler) ve ebeveyn-çocuk ikilisi etrafındaki gerilimler (aile rutinlerini bozmaya karşı korumaya yönelik bir araç olarak hizmet etmek) olmak üzere üç tema altında toplanan ve kendi mobil teknoloji kullanımlarıyla ilgili yüksek derecede bir iç gerilimden bahsetmişlerdir. Araştırmacılar, bakıcıların bu tür duygusal ve bilişsel tepkilerini anlamalarına yardım etmenin, onların aile zamanını teknoloji temelli taleplerle dengelemelerini sağlayacağını belirtmektedirler (Radesky vd., 2016).

Ebeveynlerin yoğun akıllı telefon kullanımının çocuklarıyla etkileşimlerine olan etkisini ortaya koymayı amaçlayan bir başka araştırma da Amerikalı ve İsraili ebeveynler üzerinde gerçekleştirilmiştir. Kültürlerarası gözleme dayalı bu çalışmada, oyun alanları ve lokantalar gibi halka açık yerlerde çocukları ile birlikteyken ebeveynlerin yoğun akıllı telefon kullanımı sırasında çocuklarının etkileşim girişimlerini görmezden geldikleri, çocuklarının güven ve duygusal ihtiyaçlarına yönelik dikkat ve bakım eksikliği gösterdikleri tespit edilmiştir. Bu durumda çocuklar yaşadıkları engellenmişlik duygusunu ebeveynleriyle iletişim kurmak için herhangi bir girişimde bulunmaktan kaçınarak veya uygunsuz ve riskli davranışlar sergileyerek ifade etmişlerdir. Diğer taraftan oyun alanları çocukların fiziksel gelişimlerine katkıda bulunurken, onların yeni çocuklar ile tanışarak sosyal ilişkiler kurdukları, sabır, kısıtlama, işbirliği, sıra alma ve nezaket gibi önemli sosyal beceriler kazandıkları yerlerdir. Lokantalar ise yeni yiyecekleri, tatları bulmalarının yanı sıra toplum içinde yemek yeme normlarını öğrenmek ve deneyimlemek gibi sosyalleşme fırsatlarının sunulduğu yerlerdir. Bu yerler, ebeveynlere ve çocuklara zengin bir diyalog, oyun ve genel olarak zenginleştirici etkileşimler için fırsatlar sunmaktadır. Ancak araştırmacılara göre, yoğun ebeveyn teknoferansı nedeniyle bu iletişimin yaratacağı olumlu sonuçlar engellenmektedir (Elias vd., 2020).

Ebeveyn teknoferansının ebeveynlerin bebeklik ve erken çocukluk dönemindeki çocuklarıyla etkileşimini kesintiye uğratarak olumsuz yönde etkilediğine işaret eden bu araştırmaların yanısıra alanyazındaki bazı araştırmalar ebeveyn teknoferansının çocuklardaki davranış problemleri üzerindeki etkisine odaklanmıştır. Böyle bir çalışmada, annelerin ve babaların problemleri dijital teknoloji kullanımının anne-çocuk ve baba-çocuk etkileşiminde daha fazla teknoferansı yordadığı sonucuna varılmıştır. Ayrıca her iki ebeveynin teknoferans

davranışlarının çocuklardaki davranış problemlerini öngördüğü bulunmuştur. Araştırmacılar bu konuda boylamsal çalışmalara ihtiyaç olduğunu da belirtmişlerdir (McDaniel ve Radesky, 2018a). Bazı araştırmacılar da ebeveyn teknoferansının çocuklardaki davranış problemleri üzerindeki dolaylı etkisine dikkat çekmiştir. Ebeveynin teknoloji kullanımı, ebeveynlik stresi ve çocuklardaki davranış sorunları arasındaki ilişkilerin incelendiği bir çalışmada; ebeveyn-çocuk aktiviteleri sırasında ebeveynin teknoloji kullanımı ile çocuğun dışsallaştırma (öfke nöbetleri, aşırı hareketlilik vb.) ve içselleştirme davranışı (geri çekilme, kolaylıkla incinme vb.) arasında ebeveynlik stresinin aracı rolü test edilmiştir. Araştırma sonucunda çocuğun dışsallaştırma davranışı arttıkça ebeveynlik stresinin de arttığı bunun da teknoferansın artmasına yol açtığı sonucuna varılmıştır. Ayrıca teknoferansın da daha fazla dışsallaştırma davranışını öngördüğü belirtilmiştir. İçselleştirme davranışı ile teknoferans arasında da zayıf olmakla birlikte bir ilişki olduğu tespit edilmiştir (McDaniel ve Radesky, 2018b). Özetle; çocuklarının zor davranışları nedeniyle strese giren ebeveynler teknoloji yoluyla ebeveyn-çocuk etkileşiminden kendilerini geri çekmekte; ebeveyn-çocuk etkileşimi sırasında bu yüksek düzeydeki teknoloji kullanımı da zamanla çocukların dışsallaştırma ve içselleştirme davranışlarını etkileyebilmektedir.

Ebeveyn teknoferansının çocuğun davranış repertuarına olan etkilerine dair ipuçları sunan bir başka çalışma 4-5 yaşlarında çocuğu olan ebeveynlerle gerçekleştirilmiştir. Bu çalışmada, ebeveyn ve çocuğun cep telefonu kullanımına bağlı olarak görülen teknoferansın birbiri ile ilişkili olduğu bulunmuştur. Ebeveynlerin sorunlu cep telefonu kullanımı, çocuklarda içselleştirilmiş davranış problemleri (duygusal semptomlar ve akran sorunları) ve aynı zamanda çocuk ve yetişkin teknoferansı ile ilişkilidir. Çocuğun olumlu sosyal davranışı (prosocial behavior) teknoferans ile negatif yönde anlamlı bir ilişki göstermektedir (Sundqvist vd., 2020).

Alanyazındaki araştırmaların bir kısmında ebeveyn teknoferansının çocukların davranışları üzerindeki olumsuz etkileri ergenlik döneminde çocuğu olan aileler üzerinde incelenmiştir. Bu araştırmalar genellikle ebeveyn teknoferansı ile ergen akıllı telefon bağımlılığı arasında bir ilişki olup olmadığına odaklanmıştır. Böyle bir çalışmada, ebeveyn teknoferansı ile ergen akıllı telefon bağımlılığı arasındaki ilişkide sosyal duyarlılığın ve yalnızlığın aracı rolü test edilmiştir. Bulgular, ebeveyn teknoferansının ergen problemleri cep telefonu bağımlılığı eğilimini pozitif yönde yordadığını göstermiştir. Ayrıca sosyal duyarlılık ve yalnızlığın ebeveyn teknoferansı ile ergen akıllı telefon bağımlılığı arasında aracı rolünün olduğu sonucuna varılmıştır. Başka bir deyişle, ebeveyn teknoferansı arttıkça ergenlerin sosyal duyarlılık ve yalnızlık düzeyleri artmakta, bu da akıllı telefon bağımlılığına eğilimin artmasına neden olmaktadır (Liu vd., 2020). Sonuç olarak; bu çalışma ile yüksek düzeydeki ebeveyn teknoferansının ergen akıllı telefon bağımlılığı açısından nasıl bir risk oluşturduğuna dikkat çekilmiştir.

Ebeveyn-çocuk ilişkilerine teknolojik müdahalenin, başka bir deyişle teknoferansın ergenlerde akıllı telefon bağımlılığı riskini artırıp artırmadığını ve bu ilişkide bilişsel faktörlerin rolünü incelemeyi amaçlayan diğer bir çalışmada ise; katılımcıların algılanan teknoferans, dikkat kontrolü (attentional control), içsel durum farkındalığı (internal state awareness) ve akıllı telefon bağımlılığına yönelik görüşleri alınmıştır. Bu araştırmada da; ergenlerin ebeveynleriyle ilişkilerinde algıladıkları teknoferans arttıkça akıllı telefon bağımlılığının arttığı bulunmuştur. Araştırma sonuçları, ebeveyn-çocuk ilişkilerinde teknolojik cihaz müdahalesi ile ergenlerin akıllı telefon bağımlılığı arasındaki pozitif ilişkide dikkat kontrolünün kısmi aracılık rolünün olduğunu göstermiştir. Ayrıca, dikkat kontrolü ile akıllı telefon bağımlılığı arasındaki ilişki, içsel durum farkındalığı düzeyi arttıkça güçlenmektedir. Bulgular, yüksek düzeyde dikkat kontrolünün ve içsel durum farkındalığının ergenlerin akıllı telefon bağımlılığı geliştirmesini önleyebileceğini ve aile bağlamında teknoferans riskinin dikkate değer olduğunu göstermektedir (Qiao ve Liu, 2020).

Alanyazındaki bazı araştırmalar da hem ebeveyn hem de ergen teknoferansının ergenin akıllı telefon bağımlılığının yanı sıra bazı olumlu ve olumsuz davranışları üzerinde etkisi olduğunu ortaya koymuştur. Ebeveyn ve ergen teknoferansının ergenin olumlu ve olumsuz davranışları üzerindeki etkisinin sınındığı bir çalışmada; ergenlerin kendilerinin ve ebeveynlerinin teknoferansına ilişkin algıları ile kaygı, depresyon, siber zorbalık, olumlu sosyal davranışlar, sivil katılım gibi olumlu ve olumsuz davranışları arasındaki ilişkide algıladıkları ebeveyn sıcaklığının aracı rolü incelenmiştir. Araştırmada, ergenlerin ebeveynlerine yönelik teknoferans algıları ile artan kaygı, depresyon, siber zorbalık ve olumlu sosyal davranış arasındaki ilişkiye algılanan ebeveyn sıcaklığının aracılık ettiği saptanmıştır. Ergen teknoferansının, algılanan ebeveyn sıcaklığı ile ilişkisi bulunmazken; artan siber zorbalık, kaygı, depresyon, azalan olumlu sosyal davranış ve sivil katılım ile ilişkili olduğu sonucuna varılmıştır (Stocdale vd., 2018).

Tüm bu araştırmalardan elde edilen bulgular, ebeveyn teknoferansının bebekler, çocuklar ve ergenler üzerinde hem ebeveyn-çocuk etkileşimi açısından hem de davranışsal, sosyal ve psikolojik belirtiler açısından olumsuz etkilerine dair kanıt sunmaktadır.

Alanyazında Yapılmış Araştırmalar Işığında Ebeveyn Sosyotelizminin Etkileri

İnsan sosyal bir varlıktır. Bu sosyal olma durumu aile içinde başlamaktadır ve aile üyelerinin birbirleriyle etkili bir iletişim içinde olması, karşılıklı paylaşımlar ve birlikte geçirilen nitelikli süreler sayesinde gerçekleşmektedir. Bu makalenin konusunu oluşturan sosyotelizm davranışı da tıpkı teknoferans gibi aile içi iletişimde çeşitli sorunlara neden olmaktadır. Sosyotelizm, bir sosyal dışlanmadır ve daha önce de belirtildiği gibi, cep telefonu kullanımı nedeniyle sosyal bir ilişki üzerindeki kesintiye belirtmek için kullanılmaktadır. Diğer taraftan sosyotelizm sadece sosyotelizme maruz kalan kişi (phubbed) üzerinde değil, aynı zamanda sosyotelistler (phubber) üzerinde de olumsuz bir etkiye sahiptir. Sık sık sosyotelizm davranışını

yapanlar sosyal ipuçlarını anlamada, yorumlamada ve konuşmalar sırasında göz temasını sürdürmede zorluk yaşama gibi problemlili iletişim becerileri geliştirebilirler. Sosyotelistin bu iletişim tarzı ve tavrı, insanları onlardan kaçınmaya ve onları kaba olarak algılamaya götüren bir kısır döngüye neden olabilir (Bulut ve Nazir, 2020). Dolayısıyla sosyotelizmi metaforik olarak “iki ucu keskin bıçak” gibi tanımlamak yanlış olmaz. Al-Saggaf ve O’ Donnell’in (2019) belirttiğine göre, insanların kendilerine daha az yakın olanlara kıyasla kendileriyle yakın akraba olanlar tarafından daha sık sosyotelizme maruz bırakıldıklarına ve sosyotelizmin sadece insan iletişiminin normlarını dönüştürmekle kalmayıp, aynı zamanda bu davranışın insanlar üzerinde zararlı etkileri olduğuna dair ampirik kanıtlar bulunmaktadır. Ebeveyn sosyotelizmi açısından bakıldığında, ebeveynler de çocuklarına en yakın kişiler olarak en fazla çocuklarını sosyotelizme maruz bırakma riskini taşımaktadırlar.

Teorik ve pratik kanıtlar, ebeveynlerin sosyotelizm davranışlarının çocuğun ve ergenin sapkın davranışı üzerinde etkisi olduğunu göstermektedir (Xie vd., 2019; Xie ve Xie, 2020). Ebeveyn sosyotelizmi, ebeveynlerin çocuklarıyla etkileşime girdiklerinde cep telefonlarını ne ölçüde kullandıklarını veya dikkatlerinin ne şekilde dağıldığını ifade eder. Ebeveyn sosyotelizminin olumsuz etkilerinin anlaşılmasına yönelik akademik ilgi giderek artmaktadır (Wang vd., 2020a). Dolayısıyla makalenin bu bölümünde ebeveyn sosyotelizminin ebeveyn- çocuk ilişkisi ile çocuk ve ergenin davranışları üzerindeki etkileri konu ile ilgili alanyazında yapılmış yakın tarihli araştırmaların bulgularıyla desteklenerek değerlendirilmeye çalışılmıştır.

Alanyazındaki konu ile ilgili araştırmalar gözden geçirildiğinde; araştırmalardan bazılarının ebeveyn sosyotelizminin ebeveyn-çocuk arasındaki ilişkisi üzerindeki etkisini ortaya çıkarmaya yönelik olarak yapıldığı görülmektedir. Bu araştırmalardan birinde, çocukların algıladıkları ebeveyn sosyotelizm düzeyleri ile ebeveynleriyle aralarındaki sosyal kopukluk duyguları arasında pozitif bir ilişki olduğu belirlenmiştir. Bu bulgu, çocukların ebeveynlerinden birinin veya her ikisinin de kendilerine ne kadar çok sosyotelizm uyguladığını hissederlerse, ebeveynleriyle o kadar az bağlantıda hissettiklerini ortaya koymaktadır (Pancani vd., 2020). Meksikalı ailelerde ebeveyn sosyotelizminin aile üyeleri arasındaki etkileşime olan olumsuz etkilerine dikkat çekmeyi amaçlayan benzer bir çalışmada araştırmacılar, ebeveynlerin sosyotelizm davranışı ile çocuklarının da bu davranışı yapmalarını cesaretlendirdiklerini belirtmişlerdir. Bunun yanı sıra, çocuklarda sosyal ağların gelişigüzel kullanımının genel olarak aileleriyle olan duygusal bağlarını etkilediğine de vurgu yapmışlardır (Téllez-Carvajal, 2017). Bu araştırma bulgularına dayanarak, ebeveyn sosyotelizminin ebeveyn-çocuk ilişkilerinin kalitesi üzerinde belirleyici bir rol oynadığı düşünülebilir. Ancak bir yargıya varabilmek adına ebeveyn-çocuk ilişki kalitesinin ebeveyn sosyotelizmi bağlamında daha geniş kapsamlı olarak ele alınıp incelendiği araştırmalara ihtiyaç vardır.

Diğer taraftan ebeveyn sosyotelizminin etkileri üzerine yapılan araştırmaların büyük bir kısmında ergenlik dönemindeki bireylere odaklanıldığı dikkati çekmektedir. Araştırmalarda ağırlıklı olarak ebeveyn sosyotelizminin ergenin problemleri cep telefonu kullanımı ve cep telefonu bağımlılığı ile ilişkisi farklı araştırma desenlerinde farklı değişkenlerle birlikte incelenmiş, ilişkinin varlığına dair ortak sonuçlara ulaşılmıştır. Bu araştırmalardan birinde Hong ve arkadaşları (2019) ebeveyn sosyotelizminin ergenin problemleri cep telefonu kullanımı ile doğrudan ilişkisinin olmadığı, ancak ebeveyn-çocuk ilişkisi ve ergenlerin benlik saygısı aracılığıyla ilişkisinin olduğu sonucuna ulaşmıştır. Bu bulgulara dayanarak araştırmacılar, ebeveyn sosyotelizmi ile çocukların problemleri cep telefonu kullanımı arasındaki ilişki nedeniyle ergenler arasında problemleri cep telefonu kullanımını önlemeye veya azaltmaya yönelik ailesel müdahalelerin yapılmasını önermişlerdir. Hong ve arkadaşlarının (2019) araştırmasında olduğu gibi ebeveyn sosyotelizminin ergenin problemleri cep telefonu kullanımı üzerindeki dolaylı etkisinin incelendiği bir başka araştırmada ebeveyn-çocuk ilişkisinin ebeveyn sosyotelizmi ve ergenin problemleri cep telefonu kullanımı arasındaki ilişkiye aracılık ettiği bulunmuştur. Ayrıca hem ebeveyn sosyotelizmi ve ergen problemleri cep telefonu kullanımı arasındaki doğrudan ilişki hem de ebeveyn-çocuk ilişkisinin aracılık etkisi öz-kontrol değişkeni tarafından da düzenlenmektedir. Elde edilen bu bulgu, özellikle bu iki etkinin her ikisinin de düşük düzeyde öz-kontrole sahip bireyler için daha güçlü olduğunu göstermiştir. Araştırmanın bulguları, araştırmacıların da belirttiği üzere ergen problemleri cep telefonu kullanımının risk faktörlerini ve aynı zamanda ergenler üzerindeki ebeveyn etkilerini vurgular niteliktedir (Niu vd., 2020). Ebeveyn sosyotelizminin ergenin cep telefonu bağımlılığı üzerindeki etkisine ilişkin yapılan bazı araştırmalar da, alta yatan psikolojik mekanizmaları daha iyi anlamak adına çoklu aracılık modelleri çerçevesinde yapılandırılmıştır. İnternet kullanım bozuklukları (internet-use disorders), sosyal kaygı ve temel öz-değerlendirmeler yoluyla ebeveyn sosyotelizmi ile ergen cep telefonu bağımlılığı arasındaki ilişkiyi belirlemek üzere yapılan bir araştırmanın bulguları, sosyal kaygı ve temel öz-değerlendirmelerin (core self-evaluations) ebeveyn sosyotelizmi ve ergen cep telefonu bağımlılığı arasındaki ilişkide çoklu aracılık rolü oynadığını göstermiştir. Dolayısıyla bu araştırma yazarların da belirttiği üzere, duygusal-bilişsel-davranışsal bir bakış açısıyla ebeveyn sosyotelizmi ve ergen cep telefonu bağımlılığı arasındaki bağlantının altında yatan psikolojik mekanizmaların anlaşılmasına yardımcı olmuştur (Zhang vd., 2021). Aktarılan bu araştırma bulgularından yola çıkarak ebeveyn sosyotelizminin ergen cep telefonu bağımlılığı üzerinde doğrudan etkisinden çok dolaylı etkisinin olduğu ve olası farklı aracı değişkenlerle incelemesinin bu iki değişken arasındaki ilişkinin dinamiğini daha iyi anlamamızı sağlayacağı düşünülmektedir.

Ebeveyn sosyotelizminin, ergenlerin cep telefonu bağımlılığı için bir risk faktörü olduğuna dair kanıt sunan bir başka araştırmada, ergenlerin cep telefonu bağımlılığının ebeveynleri tarafından sosyotelizmi davranışına maruz kaldıktan sonra artıp artmadığı ve

ebeveyn-çocuk bağlanmasının aracılık rolü incelemiştir. Araştırmada ebeveyn-çocuk bağlanmasının ebeveynin sosyotelizmi ile ergenin cep telefonu bağımlılığı arasındaki ilişkiye aracılık ettiği bulunmuştur. Ayrıca araştırmacılar, ebeveyn sosyotelizmi ile ebeveyn-çocuk bağlanması arasında tespit edilen negatif ilişkiden yola çıkarak ebeveyn sosyotelizmine maruz kalan ergenlerin kendilerini ebeveynleri tarafından reddedilmiş hissedebileceklerini, bu durumun da ebeveyn-çocuk bağlanması üzerinde bozucu etkiler yaratabileceğini bildirmişlerdir (Xie vd., 2019). Dolayısıyla ebeveyn sosyotelizmi bir yandan ebeveyn-çocuk ilişkisini olumsuz yönde etkilemekte bir yandan da ilişkinin bozulmasıyla birlikte ergenlerin cep telefonu bağımlılığı gibi olumsuz davranışlar göstermelerine zemin hazırlamaktadır. Xie ve arkadaşlarının (2019) yaptığı araştırmanın bulgularını destekleyen başka bir araştırmada ebeveyn sosyotelizminin ergenin cep telefonu bağımlılığını güçlendirerek, cep telefonu bağımlılığı olasılığının artmasına neden olduğu bulgulanmıştır. Ayrıca cep telefonu bağımlılığı niyetinin ebeveyn sosyotelizmi ile ergen cep telefonu bağımlılığı arasında aracılık rolü oynadığı tespit edilmiştir. Başka bir deyişle, ebeveyn sosyotelizmi ergenlerin cep telefonu bağımlılığı niyetini güçlendirmekte ve dolayısıyla ergenin cep telefonuna bağımlılık geliştirme olasılığı da artmaktadır (Liu vd., 2019). Bu araştırmanın bulguları da ebeveyn sosyotelizminin ergenlerin cep telefonu bağımlılığının önemli bir göstergesi olduğuna işaret etmektedir.

Alanyazın incelendiğinde son yıllarda ebeveyn sosyotelizminin çocuk ve ergenlerde cep telefonu bağımlılığının yanı sıra başka psikolojik göstergeler üzerindeki etkisini inceleyen araştırmaların varlığı da dikkati çekmektedir. Yapılan bir araştırmada, ebeveyn sosyotelizminin ergenin yaşam doyumu üzerinde negatif etkisinin olduğu ve bu etkiye tamamıyla ebeveyn ve ergen arasındaki ilişki doyumunun aracılık ettiği sonucuna varılmıştır. Ayrıca, ebeveyn sosyotelizmi ile ergenlerin ilişki doyumu arasındaki ilişkide ergenlerin bağlanma stillerinin düzenleyici bir rolü olduğu da tespit edilmiştir. Ergenlerin yaşam doyumu üzerinde ebeveyn sosyotelizminin etkisi saplantılı ve korkulu ergenler arasında anlamlı bulunurken, güvenli ve kayıtsız ergenler arasında anlamlı bulunmamıştır. Bu bulgulara göre, ebeveyn sosyotelizmi ergenlerin iyi oluşlarını engelleme potansiyeline sahip olsa da sonuçlar ergenler için bağlanma stillerine bağlı olarak değişmektedir (Liu vd., 2020).

Ebeveyn sosyotelizminin etkileri ergenin ruh sağlığı bağlamında da incelenmiş ve araştırmaların çoğunlukla ergenlerdeki depresif belirtiler üzerine odaklandığı görülmüştür. Yapılan bir çalışmada, ebeveyn sosyotelizminin (Parent Phubbing-Pphubbing) ergen sosyotelizmi (Adolescent Phubbing-Aphubing) ile pozitif yönde ilişkili olduğu bulunmuştur. Ayrıca ebeveyn sosyotelizmi ve ergen sosyotelizminin ergenlerin depresif belirtileriyle pozitif yönde ilişkili olduğu, her ikisi de arttıkça ergenlerin depresif belirtilerinde artış olduğu tespit edilmiştir. Ebeveyn sosyotelizmi ve ergen sosyotelizmi arasındaki uyumsuzluk arttıkça ergenlerin depresif

belirtilerinde azalma olduğu sonucuna varılmıştır. Ayrıca bağlanmadan kaçınma, ergenlerin depresif belirtileri üzerinde ebeveyn-ergen sosyotelizminin uyumluluk ve uyumsuzluk etkilerini düzenleyici bir role sahiptir. Başka bir deyişle, ebeveyn ve ergen sosyotelizmi arasındaki uyumluluğun ergenin depresif belirtileri üzerindeki etkisi bağlanmadan kaçınma düzeyi yüksek olan ergenlerde daha zayıftır. Araştırmacılar bu durumu, bağlanmadan kaçınma düzeyi yüksek olan ergenlerin düşük olanlara kıyasla yalnız kalmaktan daha fazla memnun oldukları ve sosyotelizmin de onlara yalnız kalmak için bir alan yarattığı şeklinde yorumlamışlardır (Bai vd., 2020b). Bu bulgular, sosyotelizmin ergenlerin ruh sağlığı üzerindeki etkisini açıklamaya çalışırken bağlanmadan kaçınma gibi içsel eğilimlerin de dikkate alınmasının önemine vurgu yapmaktadır. Bu noktada, bağlanmadan kaçınmanın yanı sıra diğer bağlanma stillerinin de rolünün incelenmesi söz konusu etkinin doğasını daha iyi anlamamıza yardımcı olabilir.

Ebeveyn sosyotelizminin geç çocukluk ve ergenlik dönemindeki depresyona yönelik etkilerinin incelendiği bir diğer çalışmada da, ebeveyn sosyotelizminin ergen depresyonunu doğrudan yordadığı tespit edilmiştir. Elde edilen bir diğer bulguya göre, ebeveyn sosyotelizmi ile ergenlerdeki depresif belirtiler arasındaki ilişkiye ebeveyn sıcaklığı, ebeveyn reddi ve ilişkili olma ihtiyacı doyumunun aracılık yaptığı sonucuna varılmıştır. Ebeveyn sosyotelizmi, ebeveyn sıcaklığı ve ilişkili olma ihtiyacının doyumunu azaltarak ergen depresyonunda artışa sebep olmaktadır. Bu durum, ebeveyn sosyotelizminin geç çocukluk ve ergenlik dönemindeki depresyonu hızlandırabileceği ve şiddetlendirebileceğine yönelik risk oluşturduğuna işaret etmektedir (Xie ve Xie, 2020). Bu çalışma aynı zamanda, ergenin ruh sağlığı açısından bir risk faktörü oluşturan ebeveyn sosyotelizmini azaltmak için cep telefonu kullanımının yeniden düzenlenmesine yönelik önlemlerin alınmasına ilişkin ihtiyacı da gözler önüne sermektedir.

Ebeveyn sosyotelizmi ile ergenlerin depresif belirtileri arasındaki ilişkiyi etkilemesi olası başka faktörlerin neler olduğunu anlamaya yönelik yapılan bir başka çalışmada, ebeveyn sosyotelizmini daha yüksek düzeyde deneyimleyen düşük benlik saygısına sahip ergenlerin yüksek benlik saygısına sahip ergenlere göre depresyona girme olasılığının daha yüksek olduğu belirlenmiştir. Diğer taraftan daha yüksek düzeydeki ebeveyn sosyotelizmi benlik saygısı ve algılanan sosyal destekten biri veya her ikisi de düşük olduğunda ergenlerin depresif belirtilerindeki artışı önemli ölçüde öngörmüştür. Buna karşılık, ergenlerin benlik saygısı ve algılanan sosyal desteğin her ikisi de yüksek olduğunda bu etki önemsiz hale gelmiştir. Araştırma sonucunda, ergenlerin depresif belirtilerinden endişe duyan ebeveynlerin uygun müdahaleleri yapabilmeleri için ergenlerin benlik saygısına ve algıladıkları sosyal desteğe daha fazla dikkat etmeleri gerektiği vurgulanmıştır (Wang vd., 2020a).

Sonuç olarak, ebeveyn sosyotelizminin ergenlerdeki depresif belirtileri doğrudan etkilemekle birlikte bu iki değişken arasındaki ilişkinin görüldüğü kadar basit olmadığı ve araya

giren farklı değişkenlerin ilişkisinin doğasını anlamamız için önemli bir katkı sağladığı düşünülmektedir.

Alanyazında olumsuz erken deneyimlerin ergen internet oyun bozukluğunun üzerindeki etkisini azaltmak için ebeveyn-ergen etkileşiminde ebeveyn sosyotelizminin azaltılmasının gerekli bir müdahale olduğuna vurgu yapan araştırmalar da mevcuttur. Xie ve arkadaşları (2021) tarafından yapılan araştırmanın bulguları çocuklukta ebeveyn ihmalinin ergen internet oyun bozukluğu ile pozitif ilişki gösterdiğini, ebeveyn sosyotelizmi ve depresyonun ise bu ilişkide aracı rol oynadığını ortaya koymuştur. Başka bir deyişle, çocuklukta ebeveyn ihmali ebeveyn sosyotelizmi ve depresyon yoluyla ergen internet oyun bozukluğunu arttırmıştır.

Ebeveyn sosyotelizminin ergenler üzerindeki etkisinin incelendiği bir başka değişken akademik tükenmişliktir. Yapılan bir araştırmanın bulguları, anne sosyotelizminin ruh sağlığı yoluyla akademik tükenmişlik üzerinde dolaylı etkisi olduğunu göstermiştir. Sonuçlar, ayrıca uyumluluğun anne sosyotelizmi ve ergen ruh sağlığı arasındaki ilişkide düzenleyici rolünün olduğuna işaret etmektedir. Uyumluluk düzeyi yüksek olan ergenlerin anne sosyotelizminden (Mphubbing) daha fazla etkilendikleri, bunun da ruh sağlıklarını olumsuz yönde etkileyebileceği belirtilmiştir. Diğer taraftan nevrozizm de ruh sağlığı ve ergen akademik tükenmişliği arasındaki ilişkide düzenleyici role sahiptir. Nevrozizm ruh sağlığının ergen akademik tükenmişliği üzerindeki etkisini şiddetlendirmektedir. Araştırmacılar bu noktada nevrozizm ergenlere dikkat edilmesi gerektiğini, çünkü onların stres faktörlerine karşı daha savunmasız olduklarını ve tükenmişliğe düşmelerinin daha kolay olduğunu vurgulamışlardır. Araştırma sonuçlarına dayanarak, annelerin cep telefonlarını ellerinden alarak çocukları ile daha anlamlı etkileşimler kurmalarının büyük önem taşıdığı belirtilmiştir (Bai vd., 2020a). Sonuç olarak bu araştırma, anne sosyotelizminin ergenin psikolojik özelliklerini nasıl etkileyebileceğine dair bir bakış açısı sunmaktadır.

Günümüzde çok gündemde olan ve araştırmacıların dikkatini çeken siber zorbalık suçunun ebeveyn sosyotelizmi ile nasıl bir ilişkisinin olduğu da araştırma konusu olmuştur. Bulgular, yüksek düzeyde ebeveyn sosyotelizmine maruz kalan ergenlerin başkalarına siber zorbalık yapma olasılığının yüksek olduğunu göstermiştir. Ayrıca ahlaki kopuş (moral disengagement) ebeveyn sosyotelizmi ile ergenin siber zorbalık suçu arasındaki ilişkiye önemli ölçüde aracılık etmiştir. Araştırmada, çevrimiçi disinhibisyonun (sanal alemdeki davranışların gerçek hayatla kıyaslandığında daha az kısıtlandırılmış ve daha cüretkar olması-gerçek hayatta cesaret edilemeyen ve fırsat bulunamayan eylemlerin gerçekleştirilmesi) ebeveyn sosyotelizmi ve ergenlerin siber zorbalık suçu arasındaki ilişkide düzenleyici rolü de incelenmiş ve çevrimiçi disinhibisyonun iki değişken arasındaki dolaylı ilişkiyi düzenlediği belirlenmiştir. Ergenler yüksek düzeyde çevrimiçi disinhibisyon deneyimlediklerinde ebeveyn sosyotelizminden ahlaki

kopuşa ve ahlaki kopuştan da siber zorbalık suçuna giden yollar güçlenmiştir (Wang vd., 2020b). Bu araştırmanın bulgularının da, ebeveyn sosyotelizmi ile ergenlerde siber zorbalık suçu arasındaki ilişkinin altında yatan mekanizmaları daha iyi anlamamıza, bir diğer deyişle ebeveyn sosyotelizminin ergenlerde siber zorbalık suçunu nasıl arttırdığını görmemize katkı sağladığı söylenebilir.

Tüm bu aktarılan araştırma bulguları, ebeveyn sosyotelizminin çocuk ve ergenlerde sorunlu benlik gelişimi, azalan yaşam doyumu, bağlanma sorunları, siber zorbalık, anksiyete, depresyon, internet oyun bağımlılığı, cep ve akıllı telefon bağımlılığı, akademik tükenmişlik, ebeveynlerle ilişkide sosyal kopukluk ve duygusal bağların zayıflaması, ebeveyn-çocuk ilişkisinin kalitesinde meydana gelen olumsuz yöndeki değişimler gibi psikolojik ve sosyal içerikli problemlere neden olduğuna ilişkin kanıtlar sunmaktadır. Şüphesiz ki, ebeveyn sosyotelizminin azaltılması için yapılacak müdahalelere yol gösterici olması açısından ebeveyn sosyotelizminin dinamiklerini anlamak adına yapılacak daha fazla araştırmaya ihtiyaç vardır.

Ailede Teknoferans ve Sosyotelizmin Azaltılması

Ailede teknolojik aletlerin yoğun kullanımına yönelik olumsuz etkileri azaltmak için alınabilecek çeşitli önlemler bulunmaktadır. Öncelikle aile üyelerinin teknolojiyi nasıl kullandığını anlamak önemlidir. Çocukların akıllı telefon, tablet, televizyon veya bilgisayar kullanırken ekran karşısında geçirdiği zamanı belirlemek gerekmektedir. Ayrıca bu aletlerin gece boyunca odanın dışında şarj edilmesi uyku ritim ve kalitesi açısından yararlıdır (Bauer, 2018). Diğer taraftan, yetişkinlerin ekran ile zaman geçirmesinin birçok nedeni bulunmaktadır. Annelerin bloglarda yazmasının ana sebebinin, geniş aile ve arkadaşlarla yakınlık kurma duygusu olduğu düşünülmektedir. Bu durum, *Bronfenbrenner'in Ekolojik Teorisi* bağlamında açıklanabilir. Bu teoriye göre, yeni annelerin blogları aracılığıyla geniş aile üyeleri ve arkadaşlarıyla etkileşimleri (yani mezosistem) teorik olarak yakınlık kurma ve sosyal destek duygularını ve mikrosistemleri (ebeveynlik stresi, evlilik doyumu, çatışma ve depresyon gibi) içindeki etkileşimlerini etkilemektedir. *Bronfenbrenner'in Ekolojik Teorisi*, annelerin başarılı ebeveynlik deneyimlerini bloglarda paylaşabildikleri, aile ve arkadaşlardan geri bildirim alabildikleri ve ayrıca blogları okurken dolaylı deneyimler yoluyla öğrenebildikleri için sosyal destek algılarının artabileceğini öne sürmektedir. Bu bağlamda araştırmacılar, gelecekteki araştırmalarda ekzosistem ve makrosistem süreçlerinin de incelenerek konuya açıklık getirilebileceğini belirtmektedir (McDaniel vd., 2012).

Alanyazın incelendiğinde, çocukların akıllı telefon kullanımının ebeveyn tarafından düzenlenmesi genellikle çatışmayla ilişkilendirilmektedir. Bu çatışmayı açıklamaya yönelik yapılan bir çalışmada, ebeveynlerin kendi akıllı telefon kullanımına odaklanılmıştır. Çalışmada, ebeveynlerin aşırı akıllı telefon kullanımının çocukların akıllı telefon kullanımı üzerindeki kontrol

eksikliğini arttırdığı tespit edilmiştir. Çocukların akıllı telefon kullanımı üzerindeki kontrol eksikliğinin de hem çocukların ve hem de ebeveynlerin bakış açılarından akıllı telefonla ilgili çatışmaları arttırdığı sonucuna varılmıştır. Genel olarak bulgular, teknolojiyle ilgili aile çatışmalarını açıklarken hem çocukların hem de ebeveynlerin akıllı telefon kullanımının dikkate alınması gerektiğini vurgulamaktadır. (Matthes vd., 2020). Araştırmanın bulgularına dayanarak, ebeveynlerin aşırı akıllı telefon kullanımlarının farkına varmaları ve kendi davranışlarının etkileri konusunda bilinçlenmelerine yönelik eğitici psikolojik müdahale programlarından geçirilmeleri önerilebilir.

Ebeveynler, sosyal etkileşimler açısından çocuklarının ilk öğretmenleridir. Onları teşvik etmek ve geliştirmek için günlük sosyal etkileşimleri sırasında ebeveyn rol modeli olarak uygun ve kabul edilebilir davranışlar göstermeleri gerekmektedir. Bu durum, çocukların sosyal-duygusal gelişiminde önemli rol oynamaktadır (Bauer, 2018). Günlük öğrenmeyi teşvik etmede modelleme büyük ölçüde tercih edilmektedir. Hataların maliyetli veya tehlikeli olduğu durumlarda, gerekli faaliyetleri gösteren yetkin modeller sunularak gereksiz hatalar olmadan ustaca performanslar oluşturulabilir. Bazı karmaşık davranışlar yalnızca modellerin etkisiyle üretilebilir. *Sosyal öğrenme kuramında* genellikle taklit ve özdeşleşme etiketleri altında toplanan olgular *modelleme* olarak tanımlanır (Bandura, 2021). Sosyal öğrenmenin doğrudan pekiştirme ilkeleriyle yeterince açıklanamadığı durumlarda, doğrudan takviye almadan başkalarının davranışlarının tepki ve sonuçlarını gözlemleyerek yeni sosyal tepkiler kazanılabileceğine dair bir öğrenme türünü kapsayan araştırmalar yapılmıştır. Bunun sonucunda, davranış teorisi kapsamına daha geniş bir sosyal öğrenme fenomeni getirmek için tasarlanan deneylere dayanarak taklit yoluyla öğrenme kavramı geliştirilmiştir (Bandura vd., 1963). Bir çocuğun ebeveyn tarafından gerçekleştirilen sosyal eğitimi sırasında da çocuk, öğrenmesine yönelik bir talimat verilmese bile, ebeveynlerini gözlemleyerek ve çeşitli ipuçlarını değerlendirerek öğrenme sürecinin oluşmasını yönlendirebilmektedir. Tesadüfi öğrenme açısından özdeşleşme olgusu ile çocukların modelin varlığında yetişkin bir model tarafından sergilenen davranışı kolayca taklit ettikleri görülmüştür (Bandura ve Huston, 1961). Bir modelin tepkilerinin sadece gözlemleyerek bile çocukların tepkileri üzerinde yönlendirici bir etkiye sahip olduğu belirtilmektedir. Dolayısıyla bir modelin davranışının başkaları üzerinde etki ve kontrolünün varlığı kanıtlanmıştır. Taklide dayalı öğrenmenin önemli bir başka özelliği, modelin olmadığı yeni ortamlarda taklidin oluşturduğu tepki kalıplarının genelleştirilmesini içermesidir. Çocuk, bir modelin davranışlarını gözleyerek yeni davranış kalıpları üretebiliyorsa, bu durum taklide dayalı öğrenmenin açıkça var olduğunun göstergesi olarak kabul edilmektedir (Bandura vd., 1961). Dolayısıyla ebeveynler de çeşitli kısıtlamalarla veya rol model olarak geliştirdikleri ebeveynlik tarzları sayesinde çocuklarının problemleri cep telefonu kullanımına etki edebilirler. Nitekim yapılan araştırmalar, açık ve empatik ebeveyn-çocuk iletişiminin önemine ve ebeveynlerin problemleri cep telefonu kullanımının

çocuklarının problemlili cep telefonu kullanımı üzerindeki zararlı etkilerine işaret etmektedir (Hefner vd., 2018).

Çocuklarda mobil dokunmatik ekranlı cihaz (Mobile Touch Screen Device-MTSD) kullanımı da giderek yaygınlaşmakta ve bu durum beraberinde olumsuz ve olumlu sonuçları getirmektedir. Daha fazla kullanımla ilişkili faktörler henüz keşfedilmemekle birlikte ebeveynlerin tutumları, inançları, rol modellemeleri ve ebeveynlik tarzları aracılığıyla çocukların MTSD kullanımını etkilemelerinin olası olduğu belirtilmektedir. Yapılan bir çalışmada, Macar ebeveynler çocuklarının dijital etkinlikleri, çocuğun MTSD kullanımına ilişkin kendi tutum ve inançları ve cep telefonlarına olan bağlılıkları hakkında görüşlerini bildirmişlerdir. Dijital ebeveynlik tarzları bağlamında elde edilen sonuçlara bakıldığında, ebeveynleri daha izin verici, daha yetkeli (authoritative-bazı sınırlamalar ve şartlar dahilinde kullanıma izin veren) ve daha az otoriter (authoritarian-kullanıma kısıtlama veya yasaklar getiren ya da sadece belli zamanlarda izin veren) olan çocukların MTSD kullanımına daha fazla zaman harcadıkları bulunmuştur. Daha düşük bir eğitim düzeyine sahip ebeveynler cep telefonlarına daha fazla bağlılık sergilediklerini, çocukların erken cihaz kullanımına yönelik daha olumlu bir tutuma sahip olduklarını ve aletlerin kullanımının zarardan çok fayda sağladıklarını belirtmişlerdir. Bu sonuçlar, dijital ebeveynlik tarzlarının varlığının ilk kanıtı olup ebeveyn özelliklerinin potansiyel önleme ve tedavi hedefleri olduğuna dikkat çekmektedir. Araştırma sonucunda, çocukların MTSD kullanımlarını azaltmanın ebeveynlerin tutumlarında değişim yaratmakla sağlanabileceği belirtilmiştir (Konok vd., 2019). Bu araştırmanın sonuçlarına göre, özellikle eğitim düzeyi düşük ebeveynlerle bilgilendirici psikoeğitim çalışmalarının yapılmasının önemli olduğu düşünülmektedir.

Sosyotelizm üzerine birçok çalışması bulunan McDaniel (2019), telefonlar ve mobil cihazlarla ebeveyn dikkatinin dağılmasıyla ilgili ortaya çıkan araştırmaları gözden geçirdiği bir çalışmada, çocukların yanındayken telefonlar ve mobil cihazlarla ilgilenen ebeveynin dikkatinin dağılmasının yaygınlaştığını vurgulamaktadır. Buna göre, ebeveyn-çocuk bağlantısında daha düşük farkındalık ve duyarlılık, daha az sözlü ve sözsüz etkileşimler, daha az koordineli ebeveynlik ve birlikte geçirilen zaman sürecinde tatminsizlik ve çocuklarda görülen sorunlu davranışlar endişe verici sonuçlar olarak saptanmıştır. Bununla birlikte cihaz bildirimleri, iş/sosyal baskılar, ebeveynlik stresi ve can sıkıntısı veya yalnızlık gibi birçok neden ve alışkanlık ebeveynleri çocuklarının yanında teknolojik cihazları kullanmaya yönlendirebileceğinden sorun karmaşıktır. Sonuç olarak, ebeveynlik cihaz ve çocuk arasındaki tercihler sonucunda cihaz kullanımının seçilmesinden kaynaklanan duygular ve streslerden etkilenmektedir. Araştırmacı, aile zamanı ve sosyal etkileşimler sırasında sağlıklı cihaz alışkanlıklarını geliştirmek üzere kanıt dayalı programların geliştirilmesinin önemine vurgu yapmaktadır.

Alanyazın incelendiğinde, dijital teknolojiden vazgeçmek yerine onun yararlarını ön plana çıkarmaya yönelik önlemlerin alınması gerektiğine işaret edilerek getirilen bazı öneriler de dikkati çekmektedir. Bu öneriler:

- Boş zaman, iş zamanı, kendine ve ailesine ayıracağı zaman arasında bir denge oluşturma,
- Ebeveynlerin her zaman çocuklar için ana referans kaynağı olduğunun bilinciyle teknolojilerin kullanımında iyi uygulamaları teşvik ederek geleceğin teknoloji bağımlılarını oluşturmamak için yardımcı olmaları,
- Akıllı telefon, tablet ve bilgisayar kullanımında çocuklara sınır getirilmesi,
- Çocukların bu cihazların sadece boş zamanlarında değil okul işlerini yaparken, aile içinde vakit geçirirken, yemek yerken ya da yatmadan önce aktivite yaparken de çeşitli amaçlarla kullandıklarına yönelik olarak bilgilendirilmeleri şeklinde sıralanmaktadır (Téllez-Carvajal, 2017).

Diğer taraftan bazı araştırmacılar da, konu ile ilgili uzmanların neler yapabileceklerine dair açıklamalarda bulunmuşlardır. Örneğin; pediatri uzmanlarının ebeveynlerin akıllı telefon kullanımlarını ve bunun ebeveyn-çocuk etkileşimlerini nasıl etkilediğini gözlemleyerek, bu etkileşimde stres yaratan davranışları belirlemek suretiyle ebeveynlerin bu stresle başa çıkmalarına yönelik mekanizmalar geliştirmelerine ve çocuklarla birlikte tüm aile üyelerinin teknoloji kullanımına yönelik davranışlarını yönetmelerine yardımcı olabilecekleri belirtilmektedir (Bauer, 2018). Aile üyelerinin ekran karşısında geçirdikleri zaman ile ilgili çeşitli stratejiler oluşturularak düzenlemeler yapılmasına yönelik rehberlik programları hazırlanmalıdır (McDaniel ve Schramm, 2019). Toker ve Tuncay (2020) yaptıkları araştırma sonucunda, sosyotelistlerin sosyotelizme maruz kalanlar üzerindeki olumsuz etkilerini ilişkilerinin güçlü yönlerini tasvir ederek en aza indirmek için kullanılacak bir "Phubber-Phubbee Modeli" önermişlerdir. Akıllı telefon kullanım süresi sosyotelizm ve nomofobi ile pozitif ilişkili olduğu için akıllı telefonların etkin ve verimli kullanımına yönelik eğitimlerin verilmesini ve ortalama akıllı telefon kullanım süresinin azaltılması için psikolojik ve teknolojik desteği içeren disiplinler arası çalışmaların yapılmasını da vurgulamışlardır. Sosyotelizme maruz kalmanın ve sosyotelizm davranışının akıllı telefonların verimli ve etkili kullanımıyla en aza indirilebileceğine dikkat çekmişlerdir. Araştırmacıların önerdiği bu modelden ebeveyn sosyotelizminin azaltılmasında da yararlanılabilir.

Kişilerarası etkileşimi kurtarmak için sosyotelizmin durdurulması gerekmektedir. Daha önce de belirtildiği gibi, teknolojiler insanların iletişim kurmasına yardımcı olmalıdır. Fakat şimdi

tam tersi bir sonuç yaşanmaktadır (Télléz-Carvajal, 2017). Bu noktada, aile içi iletişimin etkililiğini sağlamak için ebeveynlerin yönlendirici etkisini dikkate almak kaçınılmazdır.

SONUÇ

Bu derleme çalışmasında, teknolojinin ve özellikle akıllı telefonların yoğun kullanımı sonucunda yeni bir davranış paterni olarak gözlenen *teknoferans* ve *sosyotelizm* olgusu *ebeveyn teknoferansı* ve *ebeveyn sosyotelizmi* bağlamında incelenmiştir. Ebeveyn teknoferansı ve ebeveyn sosyotelizminin iletişimde yarattığı kesintiler nedeniyle ebeveyn- çocuk ilişkisi ve farklı gelişim seviyesindeki çocukların davranışları ve psikolojik özellikleri üzerindeki olası olumsuz etkileri, alanyazındaki araştırmaların bulgularıyla desteklenerek ele alınmıştır. Araştırma bulgularına göre, ebeveynlerin akıllı telefon kullanımının problemleri düzeye gelmesi aile içi iletişimi ve ebeveyn-çocuk ilişkisinin kalitesini olumsuz yönde etkilemektedir. Alanyazında yapılan çalışmaların bulguları özetlendiğinde, ebeveyn teknoferansının ve ebeveyn sosyotelizminin çocuk ve ergenin davranış problemleri ve çeşitli psikolojik özellikleri (akademik tükenmişlik, siber zorbalık suçu, yaşam doyumu, kaygı vb.) üzerinde doğrudan ve dolaylı etkisinin olduğu şeklinde bir sonuca varılabilir. Diğer taraftan ebeveyn teknoferansı ve ebeveyn sosyotelizminin özellikle ergenin cep telefonu bağımlılığı ile ilişkisi yoğun olarak incelenmiş ve hem tek başına hem de başka değişkenler aracılığıyla akıllı cep telefonu bağımlılığının artmasına yol açtığı görülmüştür. Bu değişkenlerden bazıları sosyal kaygı, yalnızlık, sosyal duyarlılık, benlik saygısı, ebeveyn-çocuk bağlanması, öz-kontrol ve ebeveyn-çocuk ilişkisi olarak sıralanabilir. Çalışmada yine alanyazın ışığında ebeveyn sosyotelizminin ergenin ruh sağlığı üzerindeki etkileri de incelenmiştir. Araştırmaların çoğunlukla ergen depresyonu üzerinde odaklandığı dikkati çekerken, ergen depresyonunun ebeveyn sosyotelizmine bağlı olarak arttığı ve bu iki değişken arasındaki bazı değişkenlerin de aradaki ilişkiyi güçlendirdiği belirlenmiştir. Bu değişkenlerden bazıları da ebeveyn sıcaklığı, ebeveyn reddi, benlik saygısı ve sosyal destek olarak sıralanabilir. Alanyazındaki araştırmalar ışığında ebeveyn sosyotelizminin ergen sosyotelizmini de tetiklediği söylenebilir.

Sonuç olarak, teorik ve ampirik çalışmalardan elde edilen sonuçlar aile içinde yüksek oranda teknoloji kullanımının azaltılmasının gerekliliğine işaret etmektedir. Bunun için ebeveynlerin çocuklarına yasaklar koymalarından ziyade kendilerinin model olmaları gerekmektedir. Ebeveynin sahip olduğu değerlerin, inançların, tutum ve davranışların bireylerin sağlıklı gelişiminde önemli bir rol oynadığı ebeveynler tarafından unutulmamalıdır. Ebeveynler çocuklarının içinde buldukları aile ortamında çocuğun gelişimini olumlu etkileyecek ortamlar hazırlamalıdır. Olumsuz model davranışlar çocuğun veya ergenin gelişim ve eğitim sürecindeki hatalar olarak ortaya çıkmaktadır. Bir modeli örnek alıp taklit eden çocuklar için sosyotelizm, ebeveynlerin kaçınması gereken bir davranıştır. Nazir ve Pişkin (2016) sosyotelizmi "Dünyayı

birbirine bağlayan ama insanları birbirinden ayıran teknolojik bir istila (invasion)” olarak nitelmiştir. Teknolojik cihazların özellikle de akıllı telefonların olumsuz yönde kullanılması bu hızla devam ederse - aile içi iletişimin bile büyük oranda zarar gördüğü dikkate alındığında - yaşamda ulaşılabilecek noktanın insanlık için hangi boyutta olacağı düşündürücüdür. Ailelerle birlikte geleneksel ve yeni teknolojileri kullanmaya yönelik bir kılavuz oluşturulması önemlidir. Bu kılavuzda ebeveyn-çocuk medya kullanımı, teknolojik aletlerin aşırı kullanımını engelleme ve yüz-yüze geçirilecek kaliteli zamanı sağlamaya yönelik yapılabilecek faaliyetler ile ilgili rehberlik edilmelidir. Aile üyeleri sürekli değişen bu dijital manzaraya karşı dijital anlamda yararlı alanlara yönlendirilmelidir (Bauer, 2018). Ebeveynlerin, teknoferans ve sosyotelizm davranışlarını öncelikle kendilerine yönelik olarak azaltıp, daha sonra da çocuklarını teknolojinin olumlu şekilde kullanımına yönlendirmeleri gerekmektedir. Bu noktada önleyici ve koruyucu ruh sağlığı hizmetleri kapsamında ebeveynlere yönelik psikoeğitim programları hazırlanarak yaygın bir şekilde uygulanması sağlanabilir.

Diğer taraftan farklı kültürlerde yoğun bir şekilde araştırılan ebeveyn teknoferansı ve sosyotelizm davranışı üzerine ülkemizde yapılan sınırlı sayıda ampirik çalışmanın olduğu dikkate alındığında, daha fazla araştırmaya ihtiyaç olduğu düşünülmektedir. Ebeveyn teknoferansı ve sosyotelizminin sonuçlarına işaret eden çalışmaların yanı sıra her iki davranış paternini etkileyen faktörlerin başka bir deyişle öncüllerin (ebeveynin kişilik özellikleri ve eğilimleri, ebeveynlik stilleri, dijital ebeveynlik tarzları vb.) neler olduğunun ve ebeveynleri bu davranışa yönlendiren nedenlerin belirlenmesi için çok değişkenli araştırma modelleri çerçevesinde daha geniş kapsamlı nicel ve nitel çalışmalar yapılabilir. Bu çalışmadan edinilen bilgi birikimine dayanarak, ebeveyn teknoferansı ve sosyotelizminin değerlendirilmesinde kullanılacak spesifik ölçeklerin geliştirilmesine ve konunun kültürel ve kültürlerarası bağlamda ele alınıp incelenmesine ihtiyaç olduğu düşünülmektedir.

KAYNAKÇA

- Al-Saggaf, Y., & O'Donnell, S. B. (2019). Phubbing: Perceptions, reasons behind, predictors, and impacts. *Human Behavior and Emerging Technologies*, 1(2), 132-140. <http://doi.org/10.1002/hbe2.137>.
- Aydoğdu, F., & Çevik, Ö. (2020). Okul psikolojik danışmanlarının sosyotelist davranışlarının, sosyotelizme maruz kalma ve yalnızlık düzeyleri üzerindeki etkisinin incelenmesi. *Humanistic Perspective*, 2(3), 219-230. <https://doi.org/10.47793/hp.810850>.
- Aykaç, S., & Yıldırım, Ş. (2021). Gelişen Dünyada nomofobi ve sosyotelist olma- sosyotelizme maruz kalmanın etkileri. *Bolu Abant İzzet Baysal Üniversitesi Eğitim Fakültesi Dergisi*, 21(1), 243-256. <https://doi.org/10.17240/aibuefd.2021.21.60703-780598>.
- Bai, Q., Bai, S., Dan, Q., Lei L., & Wang P. (2020a). Mother phubbing and adolescent academic burnout: The mediating role of mental health and the moderating role of agreeableness and neuroticism. *Personality and Individual Differences*, 155 (5), 1-7. <https://doi.org/10.1016/j.paid.2019.109622>.
- Bai, Q., Lei, L., Hsueh, F. H., Yu, X., Hu, H., Wang, X., & Wang, P. (2020b). 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>.
- Bandura, A. (1961). Identification as a process of incidental learning. *Journal of Abnormal and Social Psychology*, 63(2), 311-318.
- Bandura, A. (2021). *Psychological modeling: Conflicting theories*. New York: Routledge Press.
- Bandura, A., Ross, D., & Ross, S. A. (1961). Transmission of aggression through imitation of aggressive models. *Journal of Abnormal and Social Psychology*, 63(3), 575-582.
- Bandura, A., Ross, D., & Ross, S. A. (1963). Vicarious reinforcement and imitative learning. *Journal of Abnormal and Social Psychology*, 67(6), 601-607.
- Barrios-Borjas, D. A., & Bejar-Ramos, V. A. ve Cauchos-Mora, V. S. (2017). Uso excesivo desmartphones/teléfonos celulares: Phubbing y nomophobia. (Excessive use of smartphones/cell phones: Phubbing and nomophobia). *Revista Chilena de Neuro-Psiquiatría*, 55(3), 205-206. <https://doi.org/10.4067/s0717-92272017000300205>.
- Bauer, N. S. (2018). Technoference over time and parenting. *Pediatric Research*, 84(2), 157-158. <https://doi.org/10.1038/s41390-018-0059-z>.
- Bulut, S., & Nazir, T. (2020). Phubbing phenomenon: A wild fire, which invades our social communication and life. *Open Journal of Medical Psychology*, 9(1), 1-6. <https://doi.org/10.4236/ojmp.2020.91001>.
- Chotpitayasunondh, V., & 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>.
- Elias, N., Dafna Lemish, D., Dalyot, S., & Floegel, D. (2020). "Where are you?" An observational exploration of parental technoference in public places in the US and Israel. *Journal of Children and Media*, 15(3), 376-388. <https://doi.org/10.1080/17482798.2020.1815228>.
- Ergün, N., Göksu, İ., & Sakız, H. (2020). Effects of phubbing: Relationships with psychodemographic variables. *Psychological Reports*, 123(5), 1578-1613. <https://doi.org/10.1177/0033294119889581>.
- Fu, X., Liu, J., Liu, R. D., Ding, Y., Hong, W., & Jiang, S. (2020). The impact of parental active mediation on adolescent mobile phone dependency: A moderated mediation model. *Computers in Human Behavior*, 107, 1-9. <https://doi.org/10.1016/j.chb.2020.106280>.

- Guazzini, A., Duradoni, M., Capelli, A., & Meringolo, P. (2019). An explorative model to assess individuals' phubbing risk. *Future Internet*, 11(1), 1-13. <https://doi.org/10.3390/fi11010021>.
- Hefner, D., Knop, K., Schmitt, S., & Vorderer, P. (2018). Rules? Role model? Relationship? The impact of parents on their children's problematic mobile phone involvement. *Media Psychology*, 22(1), 82-108. <https://doi.org/10.1080/15213269.2018.1433544>.
- Hong, W., Liu, R. D., Ding, Y., Oei, T. P., Zhen, R., & 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. <http://doi.org/10.1089/cyber.2019.0179>.
- Kalip, K., & Çöl, M. (2020). Teknolojiyle bağlantılı yeni davranışsal bozukluklar. *ESTÜDAM Halk Sağlığı Dergisi*, 5(2), 318-33. <http://doi.org/10.35232/estudamhsd.712134>.
- Karadağ, E., Tosuntaş, Ş. B., Erzen, E., Duru, P., Bostan, N., Mızrak Şahin, B., Çulha, İ., & Babadağ, 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. <http://doi.org/10.1556/2006.4.2015.005>.
- Karadağ, E., Tosuntaş, Ş. B., Erzen, E., Duru, P., Bostan, N., Mızrak Şahin, B., Çulha, İ., & Babadağ, B. (2016). The virtual world's current addiction: Phubbing. *Addicta: The Turkish Journal on Addictions*, 3(2), 223-269. <https://doi.org/10.15805/addicta.2016.3.0013>.
- Konok, V., Bunford, N., & Miklósi, A. (2019). Associations between child mobile use and digital parenting style in Hungarian families. *Journal of Children and Media*, 14(1), 91-109. <https://doi.org/10.1080/17482798.2019.1684332>.
- Liu, K., Chen, W., Wang, H., Geng, J., & Lei, L. (2020). Parental phubbing linking to adolescent life satisfaction: The mediating role of relationship satisfaction and the moderating role of attachment styles. *Child: Care Health and Development*, 47(2), 281-289. <http://doi.org/10.1111/cch.12839>.
- Liu, Q., Wu, J., Zhou, J., & Wang, W. (2020). Parental technofence and smartphone addiction in Chinese adolescents: The mediating role of social sensitivity and loneliness. *Children and Youth Service Review*, 118, 1-9. <https://doi.org/10.1016/j.childyouth.2020.105434>.
- Liu, R. D., Wang, J., Gu, D., Ding, Y., Oei, T. P., Hong, W., Zhen, R., & Li, Y. M. (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, 1059-1069. <https://doi.org/10.2147/prbm.s224133>.
- Matthes, J., Thomas, M., Stevic, A., & Schmuck, D. (2020). Fighting over smartphones? Parents' excessive smartphone use, lack of control over children's use, and conflict. *Computers in Human Behavior*, 116, 1-8. <https://doi.org/10.1016/j.chb.2020.106618>.
- McDaniel, B. T. (2019). Parent distraction with phones, reasons for use, and impacts on parenting and child outcomes: A review of the emerging research. *Human Behavior and Emerging Technologies*, 1(2), 72-80. <http://doi.org/10.1002/hbe2.139>.
- McDaniel, B. T. (2020). Technofence: Parent mobile device use and implications for children and parent-child relationships. *Zero To Three*, 41(2), 30-36. <https://researchrepository.parkviewhealth.org/informatics/19>.
- McDaniel, B. T., & Coyne, S. M. (2016a). "Technofence": The interference of technology in couple relationships and implications for women's personal and relational well-being. *Psychology of Popular Media Culture*, 5(1), 85-98. <http://doi.org/10.1037/ppm0000065>.

- McDaniel, B. T., & Coyne, S. M. (2016b). Technology interference in the parenting of young children: Implications for mothers' perceptions of coparenting. *The Social Science Journal*, 53(4), 435-443. <https://doi.org/10.1016/j.soscij.2016.04.010>.
- McDaniel, B. T., & Drouin, M. (2019). Daily technology interruptions and emotional and relational well-being. *Computers in Human Behavior*, 99, 1-8. <http://doi.org/10.1016/j.chb.2019.04.027>.
- McDaniel, B. T., & Radesky, J. S. (2018a). Technoference: Parent distraction with technology and associations with child behavior problems. *Child Development*, 89(1), 100-109. <http://doi:10.1111/cdev.12822>.
- McDaniel, B. T., & Radesky, J. S. (2018b). Technoference: Longitudinal associations between parent technology use, parenting stress, and child behavior problems. *Pediatric Research*, 84(2), 210-218. <http://doi:10.1038/s41390-018-0052-6>.
- McDaniel, B. T., & Schramm, D. (2019). Technoference strategies: Managing family screen time. *Families and Communities*, November, 1-6. Erişim adresi: <https://extension.usu.edu/relationships/files/techostrategies.pdf>.
- McDaniel, B. T., Coyne, S. M., & Holmes, E. K. (2012). New mothers and media use: Associations between blogging, social networking, and maternal well-being. *Maternal and Child Health Journal*, 16(7), 1509-1517. <https://doi.org/10.1007/s10995-011-0918-2>.
- McDaniel, B. T., Galovan, A. M., Cravens, J. D., & Drouin, M. (2018). "Technoference" and implications for mothers' and fathers' couple and coparenting relationship quality. *Computers in Human Behavior*, 80, 303-313. <http://doi:10.1016/j.chb.2017.11.019>.
- Nazir, T., & Bulut, S. (2019). Phubbing and what could be its determinants: A dugout of literature psychology. *Psychology*, 10, 819-829. <http://doi.org/10.4236/psych.2019.106053>.
- Nazir, T., & Pişkin, M. (2016). Phubbing: A technological invasion which connected the world but disconnected humans. *The International Journal of Indian Psychology*, 3(4), 175-182. <https://doi.org/10.25215/0403>.
- Niu, G., Yao, L., Wu, L., Tian, Y., Xu, L., & 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, 1-7. <http://doi.org/10.1016/j.childyouth.2020.105247>.
- Pancani, L., Gerosa, T., Gui, M., & Riva, P. (2020). "Mom, dad, look at me": The development of the parental phubbing scale. *Journal of Social and Personal Relationships*, 1-24. <http://doi.org/10.1177/0265407520964866>.
- Qiao L., & Liu, Q. (2020). The effect of technoference in parent-child relationships on adolescent smartphone addiction: The role of cognitive factors. *Children and Youth Services Review*, 118, 1-9. <https://doi.org/10.1016/j.childyouth.2020.105340>.
- Radesky, J. S., Kistin, J. K., Eisenberg, S., Gross, J., Block, G. Zuckerman, B., & Silverstein, M. (2016). Parent perspectives on their mobile technology use: The excitement and exhaustion of parenting while connected. *Journal of Developmental and Behavioral Pediatrics*, 37(9), 694-701. <https://doi.org/10.1097/dbp.0000000000000357>.
- Radesky, S. J., Kistin, J. C., Zuckerman, B., Nitzberg, K., Gross, J., Kaplan-Sanoff, M., Augustyn, M., & Silverstein, M. (2014). Patterns of mobile devices use by caregivers and children during meals in fast-food restaurants. *Pediatrics*, 133(4), e843-e849. <https://doi.org/10.1542/peds.2013-3703>.
- Schneider, F. M., & Hitzfeld, S. (2019). I ought to put down that phone but I phub nevertheless: Examining the predictors of phubbing behavior. *Social Science Computer Review*, 1-14. <http://doi.org/10.1177/0894439319882365>.

- Stockdale, L. A., Coyne, S. M., & Padilla-Walker, L. M. (2018). Parent and child technofence and socioemotional behavioral outcomes: A nationally representative study of 10- to 20-year-old adolescents. *Computers in Human Behavior, 88*, 219-226. <http://doi.org/10.1016/j.chb.2018.06.034>.
- Stockdale, L. A., Porter, C. L., Coyne, S. M., Essig, L. E., Booth, M., Keenan-Kroff, S., & Schvaneveldt, E. (2020). Infants' response to a mobile phone modified stillface paradigm: Links to maternal behaviors and beliefs regarding technofence. *Infancy, 25*(5), 571-592. <http://doi.org/10.1111/infa.12342>.
- Sundqvist, A., Heimann, M., & Koch, F. S. (2020). Relationship between family technofence and behavior problems in children aged 4–5 years. *Cyberpsychology, Behavior, and Social Networking, 23*(6), 371-376. <http://doi.org/10.1089/cyber.2019.0512>.
- Téllez-Carjaval, E. (2017). Families and Technologies: What about the phubbing in Mexico?. *Horyzonty Wychowania, 16* (37), 59-69. <http://doi.org/10.17399/HW.2017.163704>.
- Toker, B., & Tuncay, N. (2020). Phubber-phubbee model: An analysis of phubbing behaviours. *Journal of Educational and Instructional Studies in the World, 10*(2), 19-27.
- Turkle, S. (2011). *Alone together: Why we expect more from technology and less from each other*. New York, NY: Basic Books.
- Ugur, N. G., & Koc, T. (2015). Time for digital detox: Misuse of mobile technology and phubbing. *Procedia-Social Behavioral Sciences, 195*, 1022-1031. <http://doi.org/10.1016/j.sbspro.2015.06.491>
- Wang, X., Gao, L., Yang, J., Zhao, F., & Wang, P. (2020a). 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., Wang, W., Qiao, Y., Gao, L., Yang, J., & Wang, P. (2020b). Parental phubbing and adolescents' cyberbullying perpetration: A moderated mediation model of moral disengagement and online disinhibition. *Journal of Interpersonal Violence, 25*, 1–23. <http://doi.org/10.1177/0886260520961877>.
- Xie, X., & Xie, J. (2020). Parental phubbing accelerates depression in late childhood and adolescence: A two-path model. *Journal of Adolescence, 78*, 43–52. <http://doi.org/10.1016/j.adolescence.2019.12.004>.
- Xie, X., Chen, W., Zhu, X., & He, D. (2019). Parents' phubbing increases adolescents' mobile phone addiction: Roles of parent-child attachment, deviant peers, and gender. *Children and Youth Services Review, 105*, 1-8. <https://doi.org/10.1016/j.childyouth.2019.104426>.
- Xie, X., Guo, Q., & Wang, P. (2021). Childhood parental neglect and adolescent internet gaming disorder: From the perspective of a distal—proximal—process—outcome model. *Children and Youth Services Review, 120*, 1-10. <https://doi.org/10.1016/j.childyouth.2020.105564>.
- Yam, F. C., & İlhan, T. (2020). Modern çağın bütünsel teknolojik bağımlılığı: Phubbing. *Psikiyatride Guncel Yaklasimler - Current Approaches in Psychiatry, 12*(1), 1–15. <https://doi.org/10.18863/pgy.551299>.
- Yıldırım, S., & Kişioğlu, A. N. (2018). Teknolojinin getirdiği yeni Hastalıklar: Nomofobi, netlessfobi, FoMO. *Süleyman Demirel Üniversitesi Tıp Fakültesi Dergisi, 25*(4), 473-480. <https://doi.org/10.17343/sdutfd.380640>.
- Zhang, Y., Ding, Q., & Wang, Z. (2021). Why parental phubbing is at risk for adolescent mobile phone addiction: A serial mediating model. *Children and Youth Services Review, 121*, 1-7. <http://doi.org/10.1016/j.childyouth.2020.105873>.

EXTENDED ABSTRACT**Introduction**

Today, Information and Communication Technologies (ICTs) show a rapid development. As a result of this, people use technological devices, especially smart phones, in every moment of life. This situation has a very high impact on the lives of not only young people, but also their parents.

The intensive use of smartphones causes some negativities. The occurrence of communication interruptions as a result of increased interactions with technological devices while communicating with other people is called "technoferece" or "phubbing" (McDaniel *et al.*, 2018; McDaniel & Drouin, 2019). The word technoferece is formed by the combination of the words "technological" and "interference". Technoferece is defined as the interruption of social interactions due to technology (Stocdale *et al.*, 2018), the interruption of communication with individuals as a result of the use of technology tools (McDaniel & Coyne, 2016a). Phubbing; it is derived from the combination of the words "phone" and "snubbing". This word was updated in a campaign process created by the Macquarie Dictionary through the McCann Melbourne advertising company in May 2012 (Karadağ *et al.*, 2015; Ugur & Koc, 2015). This behavior, which is defined as sociotelizmi in Turkish; it is expressed as the fact that the person does not communicate with others by directing his or her attention to the smartphone when he or she is with other people (Karadağ *et al.*, 2016).

The intensive use of technological devices, especially smart phones, by parents affect children and youth in various ways. Both technoferece and phubbing by parents cause negative interactions and processes in terms of family relations. In this review paper, it is aimed to examine parental technoferece and parental phubbing and to draw attention to these two behavior pattern which have become a global problem.

Parent and Technoferece

The use of technology is seen intensely in people's lives. In this process, which started with television; computers, tablets, video game consoles, and eventually smartphones have become almost interfering or dominating the lives of individuals. This high use of technology is seen not only in young people but also in parents. Parents use technological devices without limits.

In studies on the high use of technological devices by mothers and their interaction with their babies, the effects on various parenting areas such as sleep and meal time were examined (McDaniel *et al.*, 2012; McDaniel & Coyne, 2016b; Radesky *et al.*, 2015). Interruption of parent-child interactions due to technology or technoferece causes some negative consequences in child development. As a result of the researches, these were determined as follows; social-emotional-

cognitive behavior problems (Elias *et al.*, 2020; McDaniel, 2020; McDaniel & Radesky, 2018a; McDaniel & Radesky, 2020; Qiao & Liu, 2020; Radesky *et al.*, 2016; Stocdale *et al.*, 2020; Sundqvist *et al.*, 2020; Zurcher *et al.*, 2020), smart phone addiction (Liu *et al.*, 2020b; Qiao & Liu, 2020), anxiety, depression, cyberbullying, and mental health effects (Stocdale *et al.*, 2018). Consequently, interruption and loss of daily interaction and face-to-face communication with technological devices has become a frequent problem in the family.

Parent and Phubbing

Human is a social entity. This state of being social starts within the family, and the fact that family members are in effective communication with each other is realized through mutual sharing and quality time spent together. Phubbing causes various problems in family communication. Researchers have identified the following problems caused by parental phubbing when parents interact with their children; academic burnout (Bai *et al.*, 2020a), feelings of disconnection (Pancani *et al.*, 2020), lower life satisfaction (Liu *et al.*, 2020a), lower self-esteem (Hong *et al.*, 2019; Wang *et al.*, 2020a), parent-child attachment problems (Xie *et al.*, 2019), problematic mobile phone use and mobile phone dependency (Fu *et al.*, 2020; Liu *et al.*, 2019; Niu *et al.*, 2020; Xie *et al.*, 2019; Zhang *et al.*, 2021), internet gaming disorder (Xie *et al.*, 2021), cyberbullying (Wang *et al.*, 2020b), social anxiety (Zhang *et al.*, 2021), neuroticism (Bai *et al.*, 2020a), depressive symptoms (Bai *et al.*, 2020b; Wang *et al.*, 2020a; Xie & Xie, 2020; Xie *et al.*, 2021). Research on the effects of parental phubbing on child and adolescent behavior should be supported.

Reducing Technoference and Phubbing in the Family

There are various precautions that can be taken to reduce the negative effects of intensive use of technological devices in the family. At this point, it is important to understand how family members use technology. There are many reasons why adults spend time with screen. It is thought that the main reason mothers write on blogs is the feeling of connection with extended family and friends. This situation can be explained in the context of Bronfenbrenner's Ecological Theory. According to this theory, new mothers' interactions with extended family members and friends through their blogs (i.e. the mesosystem) theoretically influence their feelings of connection and social support, and interactions within their microsystems such as parenting stress, marital satisfaction, conflict, and depression (McDaniel *et al.*, 2012).

Besides, according to the social learning theory, parents should show behaviors towards the effects of observation, model and imitation-based learning with the phenomenon of identification in terms of learning during the social education of their children (Bandura & Huston, 1961; Bandura *et al.*, 1961; Bandura *et al.*, 1963; Bauer, 2018). Where mistakes are costly or

dangerous, masterful performances can be created without unnecessary errors by providing competent models that show the necessary actions (Bandura, 2021). Parents can influence their children's problematic smartphone use through various regulations or parenting styles they develop as role models. (Konok *et al.*, 2019; Téllez-Carvajal, 2017). Experts should prepare guidance programs that can help parents develop mechanisms for coping with this stress and manage their behaviors towards technology use for all family members, together with children, by observing how parents use smartphones and how it affects parent-child interactions, identifying behaviors that cause stress in this interaction (Bauer, 2018; McDaniel ve Schramm, 2019). Phubbing must be stopped in order to save interpersonal interaction. Technologies should help people communicate. But now the opposite is happening (Téllez-Carvajal, 2017). At this point, it is inevitable to consider the guiding effect of parents in order to ensure the effectiveness of intra-family communication.

Conclusion

The results obtained from theoretical and empirical studies point to the necessity of reducing the high rate of technology use within the family. Parents should first reduce their technoreference and phubbing behaviors towards themselves, and then direct their children to use technology in a positive way. At this point, psychoeducation programs for parents can be prepared and implemented widely within the scope of preventive and protective mental health services. On the other hand, considering that there is a limited number of empirical studies conducted in our country on parental technofence and phubbing behavior, which are extensively researched in different cultures, it is thought that more research is needed. In addition to the studies pointing to the results of parental technofence and phubbing, more comprehensive quantitative and qualitative studies can be conducted within the framework of multivariate research models to determine the antecedents that affect both behavior patterns and the reasons that lead parents to this behavior.