

Çocuk ve Gençlerde Teknoloji Bağımlılığı Üzerine Yazılan Lisansüstü Tezlerin İçerik Analizi

Beyza YILMAZ*, Yasemin ÖZKAN**

Öz

Amaç: Çocuk ve gençlerde teknoloji kullanımının ortaya konulmasına yönelik çalışmaların sayısı günden güne artmaktadır. Bu kapsamda Türkiye’de yapılan Yükseköğrenim Kurulu (YÖK) Tez üzerinde yayınlanmış lisansüstü tezlerin incelenmesi hedeflenmiştir.

Yöntem: Tezlerin detaylı olarak incelenmesi ve anlaşılması için nitel araştırma yöntemi, doküman analizi modeli kullanılmıştır. Yüksek Öğretim Kurulu’na ait Ulusal Tez Merkezi’nin web sitesinde yer alan gelişmiş tarama sekmesi üzerinden “dijital bağımlı” ve “teknoloji bağımlı” ifadeleri aratılmıştır. YÖK Tez üzerinden yayınlanmış, erişime açık 75 teze ulaşılmış, dahil etme ve hariç tutma kriterlerine göre 42 tez incelenmiştir. Tezler “tezin yazıldığı enstitü”, “yazarın bağlı bulunduğu program”, “tezin yazıldığı yıl”, “tezin yöntemi” ve “tezden elde edilen bulgular” başlıkları altında incelenmiştir. Ayrıca tezlerin bulguları içerik analizi ile analiz edilmiştir.

Bulgular: Tezler ağırlıklı olarak eğitim bilimleri enstitüsü bünyesinde, nicel yöntemle yazılmıştır ve büyük çoğunluğu yüksek lisans tezlerinden oluşmaktadır. Araştırmalarda sıklıkla ilişkisel tarama modeli kullanılmış, yalnızca bir yüksek lisans tezi yarı deneysel desenle yürütülmüştür, bütün araştırmalar kesitsel olup, boylamsal çalışma bulunmamaktadır. İçerik analizi ile tezlerin bulguları analiz edilmiş ve “sosyo-demografik özellikler ve teknoloji bağımlılığı”, “teknolojik araçların kullanımı ve teknoloji bağımlılığı”, “teknoloji bağımlılığı ve çocuk ve gençler üzerindeki etkileri”, “teknoloji bağımlılığında risk ve koruyucu faktörler” temaları elde edilmiştir.

Sonuç: Teknoloji bağımlılığı üzerine deneysel çalışmaların yürütülerek uygulamaların etkililiğinin ortaya konulmasına yönelik bir ihtiyacın olduğu göze çarpmaktadır. Nitel ve karma yöntemle gerçekleştirilecek araştırmalara ağırlık verilip teknoloji bağımlılığı üzerine çocuk ve gençlerin ne tür deneyimlerinin olduğu ortaya konularak, konunun derinlemesine sunulması yararlı olabilir.

Anahtar Sözcükler: Teknoloji bağımlılığı, lisansüstü tez, doküman analizi, çocuk, genç.

Özgün Araştırma Makalesi (Original Research Article)

Geliş / Received: 20.09.2023 & Kabul / Accepted: 16.04.2024

DOI: <https://doi.org/10.38079/igusabder.1363493>

* Arş. Gör., Başkent Üniversitesi, Sağlık Bilimleri Fakültesi, Sosyal Hizmet Bölümü, Ankara, Türkiye.

E-posta: byzylmz631@gmail.com ORCID <https://orcid.org/0000-0002-6963-2036>

** Prof. Dr., Hacettepe Üniversitesi, İktisadi ve İdari Bilimler Fakültesi, Sosyal Hizmet Bölümü Ankara, Türkiye.

E-posta: ymozkan@gmail.com ORCID <https://orcid.org/0000-0002-2968-363X>

Content Analysis of Graduate Theses on Technology Addiction in Children and Young

Abstract

Aim: The number of studies aimed at revealing the use of technology in children and young people is increasing day by day. In this context, it is aimed to examine the postgraduate theses published on Council of Higher Education (YÖK) Thesis in Türkiye.

Method: The qualitative research method and document analysis model were used to examine and understand the theses in detail. The terms "digital addiction" and "technology addiction" were searched through the advanced search tab on the website of the National Thesis Center of the Council of Higher Education. 75 theses that were published and accessible through YÖK Tez were reached, and 42 theses were examined according to the inclusion and exclusion criteria. The theses were examined under the headings of "institute where the thesis was written", "program to which the author is affiliated", "year in which the thesis was written", "method of the thesis" and "findings obtained from the thesis". In addition, the findings sections of the theses were analyzed with content analysis.

Results: The theses were written mainly within the Institute of Educational Sciences, using the quantitative method, and the majority of them consisted of master's theses. The relational survey model was frequently used in the studies, only one master's thesis was conducted with a quasi-experimental design, all studies are cross-sectional and there are no longitudinal studies. With content analysis, the findings of the theses were analyzed and themes such as "socio-demographic characteristics and technology addiction", "use of technological tools and technology addiction", "technology addiction and its effects on children and youth", "risk and protective factors in technology addiction" were obtained.

Conclusion: It is striking that there is a need to demonstrate the effectiveness of interventions by conducting experimental studies on technology addiction. It may be beneficial to present the subject in depth, by focusing on research that will be carried out with qualitative and mixed methods, and by revealing what kind of experiences children and young people have with technology addiction.

Keywords: Technology addiction, graduate thesis, document analysis, child, youth.

Giriş

Teknoloji bağımlılığı, kişinin kullandığı teknolojik araçların zihnini meşgul etmesi, teknolojik araçları kullanırken hissedilen hazzın zamanla yitilmesiyle kullanım süresini ve sıklığını artırma, teknolojik araçları kullanma davranışını azaltma ya da durdurma çabalarının başarısızlıkla sonuçlanması, teknolojik araç kullanımını engelleyen durumlarda tepkisel davranışlar, teknolojik araçlarda başta düşünülen daha fazla vakit geçirme, teknolojik araçlarda geçirilen vakit hakkında etrafındakilere yalan söyleme, teknolojik araç kullanımı nedeniyle yaşamının olumsuz etkilenmesi gibi kriterlerin birçoğunun görülmesi durumudur¹. Kişinin yaşamında bu kriterlerin çoğu görülmesi de teknolojik araçları kullanma davranışının kişinin yaşamında olumsuz

etkilere neden olması durumu problemlili teknoloji kullanımı olarak ifade edilebilir. Teknoloji bağımlılığı problemlili teknoloji kullanımından daha yoğun bir etkilenime sahiptir. Teknoloji bağımlılığı çatı bir kavram olup, yapılan çalışmalarda teknoloji bağımlılığı kapsamında sosyal medya, anlık mesajlaşma, dijital oyun, web siteleri, akıllı telefon, internet, video izleme gibi teknolojik araçlardan biri ya da birkaçı ile gerçekleştirilen eylemlere yönelik bir bağımlılığı ifade eder^{2,3}. Ruhsal Rahatsızlıkların Teşhis ve Değerlendirme El Kitabı'nın Mayıs 2013'de yayımlanan 5. Baskısının (DSM-V) III. ekinde "İnternette Oyun Oynama Bozukluğu"na yer verilmiştir⁴. Ayrıca Hastalıkların Uluslararası Sınıflaması (ICD-11)'nda da oyun oynama bozukluğu için tanı kriterleri belirtilmiştir; fakat bu tanılamalar oyun bağımlılığı özelindedir, diğer teknoloji bağımlılıklarını tanılamaya ilişkin eksiklikler bulunmaktadır⁵.

Teknolojinin problemlili kullanımı ya da bağımlılık kişinin biyolojik, psikolojik ve sosyal bütünlüğünde olumsuz sonuçlara yol açmaktadır. Özellikle teknolojik araçları sıkça kullanan çocuk ve gençlerde teknoloji kullanımı gelişim dönemlerinin olumsuz etkilenmesine neden olmaktadır⁶. Özellikle üniversitelerdeki lisansüstü eğitim programları kapsamında sayısı günden güne artan çalışmalarda bu konuya ilgi giderek artmaktadır. Lisansüstü tezleri derleyen ulusal çalışmalar, tezlerde teknoloji bağımlılığı çatısı altında internet bağımlılığı⁷, dijital oyun bağımlılığı⁸ gibi bağımlılık türlerinin ve Fear of Missing out (gelişmeleri kaçırma korkusu)⁹⁻¹² gibi teknolojinin yarattığı problemlili kullanımların ele alındığını ortaya koymaktadır. Diğer yandan lisansüstü tezleri derleyen çalışmalarda yalnızca tezlerin yazıldığı yıl, yazarın bağlı bulunduğu üniversite ve enstitü, tezin türü, yöntemi ve çalışma grubu gibi temel betimsel bulguların sunulduğu görülmektedir. Bu çalışmalar arasında Akgül¹³ tarafından gerçekleştirilen çalışma, diğerlerinden farklı olarak, 2010-2021 yılları arasında oyun bağımlılığı üzerine yazılmış 162 lisansüstü tezi, sistematik derleme karar kriterlerine uygun bir akışla ve sosyal ağ analizi ile incelenmiştir. Bu, derleme çalışmalarında tezlerdeki bulguların detaylı olarak sunulmadığını göstermektedir. Bununla birlikte ulusal literatürde "teknoloji bağımlılığı" üzerine yazılmış lisansüstü tezleri derleyen herhangi bir çalışma bulunmamaktadır. Buradan hareketle, çocuk ve gençlerde teknoloji bağımlılığı üzerine yazılmış lisansüstü tezlerin incelenmesine ihtiyaç duyulmuştur. Bu çalışma ile teknoloji bağımlılığı ve teknoloji bağımlılığı ile aynı anlamda kullanılan dijital bağımlılık kavramını ele alan lisansüstü tezler hem temel boyutlarıyla (yıl, üniversite/enstitü/anabilim dalı, yöntem vb.) hem de ortaya koyduğu bulgularla detaylı incelenmiş olup çocuk ve gençlerde teknoloji bağımlılığına ilişkin mevcut durum sunulmuştur. Çalışma sonucunun kanıt

temelli çalışmalar odağında teknoloji bağımlılığı üzerine çalışan araştırmacılara ve uygulamacılara katkı sağlayacağı düşünülmektedir.

Gereç ve Yöntem

Araştırmanın Modeli

Çocuk ve gençlerle gerçekleştirilen teknoloji bağımlılığı konulu lisansüstü tezlerin detaylı olarak incelenmesi ve anlaşılması için nitel araştırma yöntemi kullanılmıştır. Çalışmanın modeli doküman analizidir. Doküman analizi, belgelerin içeriğini sistematik olarak analiz etmek için kullanılan bir modeldir^{14,15}.

Veri Toplama Araçları ve Süreci

Bu çalışmada Yüksek Öğretim Kurulu'na ait Ulusal Tez Merkezi'nin (YÖK Tez) web sitesinde yer alan gelişmiş tarama sekmesi üzerinden “dijital bağımlı” ve “teknoloji bağımlı” ifadeleri aratılmıştır. Arama tipi “içinde geçsin” ve aranacak alan “tümü” şeklinde belirlenmiş olup yıl ve grup seçimi yapılmamıştır. Çalışmanın yürütüldüğü 25 Ağustos 2023 tarihine kadar YÖK Tez üzerinden yayımlanmış, erişime açık tezler araştırmaya dahil edilmiştir, ölçek geliştirme ya da uyarlama çalışmaları hariç tutulmuştur. Bu taramalar sonucunda erişime açık 75 teze ulaşılmıştır. Türkçe yazılmayan (1 tez), ölçek geliştirme ya da uyarlama yapılan (3 tez), kuramsal (1 tez) ve çocuk ve gençlerle çalışılmamış (28 tez) tezler ile tıpta uzmanlık tezleri kapsam dışı bırakılmıştır. Geriye kalan 42 tez “tezin yazıldığı enstitü”, “yazarın bağlı bulunduğu program”, “tezin yazıldığı yıl”, “tezin yöntemi” ve “tezden elde edilen bulgular” başlıkları altında incelenmiştir. Çalışmanın temel sınırlılığı YÖK Tez üzerinde yayımlanmış olan tezlerin incelenmesidir.

Verilerin Analizi

Çalışma içerik analizi yöntemi kullanılarak hazırlanmıştır. İçerik analizi için öncelikle tezlerin bulgular bölümleri okunmuştur. Bu noktada araştırmanın amaçları bağlamında kodlar, kategoriler ve temalar oluşturulmuştur. Ayrıca tezlerin temel bilgilerine betimsel bulgular olarak yer verilmiştir. Bulguların analizinde Microsoft Word ve Excel programlarından yararlanılmıştır; ayrıca verilerin görselleştirilmesinde <https://flourish.studio/> internet sitesi kullanılmıştır.

Doküman analizi ile gerçekleştirilen çalışmalarda, dokümanların araştırmacının müdahalesi olmadan kaydedilmiş metinler olduğu bilgisinden¹⁵ hareketle bu çalışmada, incelenen tezlerin betimsel bulguları tezlerin yazıldığı orijinal hali korunarak analiz

edilmiştir. Bu nedenle bulgular bölümünde verilen tablolarda yöntem bilim literatürüne uygun şekilde kavramsallaştırılmamış ifadeler yer almaktadır.

Bulgular

Tezlere ilişkin betimsel bulgular Tablo 1, Tablo 2 ve Tablo 3 ile Şekil 1’de yer almakta olup, tezlerin bulgularının içerik analizi Şekil 2’de gösterilmiştir.

Tablo 1. Tezlerin yazıldığı enstitü ve yazarın bağlı bulunduğu program

		n	%
Enstitü	Eğitim Bilimleri Enstitüsü	17	40
	Lisansüstü Eğitim Enstitüsü	10	25
	Sağlık Bilimleri Enstitüsü	7	17
	Sosyal Bilimleri Enstitüsü	6	14
	Sosyal Bilimler Enstitüsü Lisansüstü Eğitim Enstitülerinin Ortak Yürüttüğü	1	2
	Fen Bilimleri Enstitüsü	1	2
Program	Yüksek Lisans	40	96
	Doktora	2	4
Toplam		42	100

Çocuk ve gençlerde teknoloji bağımlılığı ve dijital bağımlılık kavramı üzerine yazılan tezlerin ağırlıklı olarak eğitim bilimleri enstitüsü lisansüstü öğrencileri tarafından yazıldığı görülmektedir. Çalışmalar %97,3 oranıyla yüksek lisans düzeyinde gerçekleştirilmiştir.

Tablo 2. Tezlerin yazıldığı yıllar

		n	%
Yıl	2023	5	12
	2022	8	19
	2021	12	30
	2020	8	19

	2019	5	12
	2018	1	2
	2017	-	-
	2016	2	4
	2015	1	2
Toplam		42	100

Tezler ilk olarak 2015 yılında yazılmaya başlanmıştır 2020 yılından sonra yazılan tezlerde artış görülmektedir.

Tablo 3. Tezlerin yöntem bölümüne ilişkin temel bilgiler

		n	%
Yöntem	Nitel	1	2
	Nicel	14	34
	Karma	2	4
	Yöntemi belirtmeyen/yanlış ifade eden	25	60
Toplam		42	100
Desen	İlişkisel tarama	21	50
	Açımlayıcı sıralı	2	5
	Genel tarama	8	19
	İlişkisel tanımlayıcı	1	2
	Yarı deneysel desen	1	2
	İlişkisel	1	2
	Tanımlayıcı	2	5
	Kesitsel ve tanımlayıcı	1	2
	Belirtilmemiş	5	12
Toplam		42	100
Çalışma grubu/örneklem	İlköğretim	7	17

	Ortaöğretim	7	17
	Yükseköğretim	28	66
Toplam		42	100
Örneklem yöntemi	Kolayda/Uygun	12	30
	Basit tesadüfi örneklem	6	14
	Amaçlı	3	7
	Küme	1	2
	Belirtilmemiş	20	47
Toplam		42	100
Veri toplama yöntemi	Yüz yüze	12	30
	Çevrimiçi	11	26
	Yüz yüze ve çevrimiçi	4	9
	Belirtilmemiş	15	35
Toplam		42	100
DeneySEL desen kullanımı	Kullanılan	1	2
	Kullanılmayan	41	98
Toplam		42	100

Yapılan araştırmalar arasında yöntemini uygun bir şekilde ifade eden tezlerin büyük çoğunluğu nicel araştırma yöntemi (%82) ve tarama modeli (%78) ile gerçekleştirilmiştir. İncelenen araştırmaların %60'ının benimsediği paradigmaya uygun yöntemi kullanmadığı; kimisinde ise yöntem başlığında araştırmanın desenini/modelini ifade ettikleri görülmüştür. Tezlerde modellerin/desenlerin yöntembilim literatüründe yer verilmeyen kavramsallaştırmalarla yazıldığı dikkat çekmiştir. Bu noktada bir yüksek lisans tezinde araştırmanın yöntemi ve deseni arasındaki uyumsuzluk olduğu tespit edilmiştir. Çalışmada araştırma yöntemi olarak nitel araştırma yöntemi belirlenmiş; ancak nicel araştırma yönteminin bir modeli olan tarama modelinden yararlanılmış ve 5'li likert tipinde bir ölçme aracı hazırlanarak veriler toplanmıştır.

Araştırmaların çoğunluğu (%66) yükseköğretim düzeyindeki gençler ile gerçekleştirilmiştir. Çalışmaların yarıya yakını (%47) örnekleme yöntemi hakkında bilgi

içermemekle birlikte, çoğunlukla (%30) kolayda/uygun örnekleme yönteminin tercih edildiği görülmektedir.

Yalnızca bir yüksek lisans tezinde deneysel model kullanılarak bir psikoeğitim programının test edildiği görülmektedir.

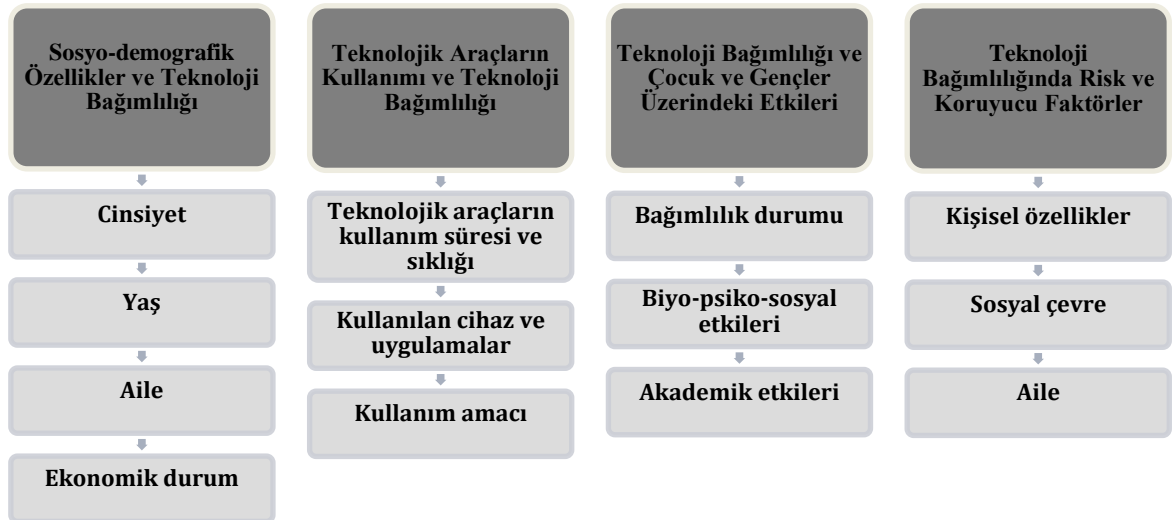
Şekil 1. Tezlerin yazıldığı yıllar ve çevrimiçi ortamlarda veri toplayan tez sayısı



Tezlerde verilerin hem çevrimiçi hem de yüz yüze ortamda toplandığı görülmektedir. Şekil 1'de de görüldüğü gibi tezler arasında çevrimiçi ortamlarda veri toplama yöntemi 2015 yılında bir tez ile başlamış, 2020 yılından itibaren COVID-19 Pandemisinin de etkisiyle bu durum artış göstermiştir.

İncelenen tezlerde elde edilen bulgular bu araştırmanın araştırmacıları tarafından içerik analizi kullanılarak temalara ve kategorilere ayrılmıştır. Şekil 2'de bu bulgulara yer verilmiştir.

Şekil 2. Tezlerde elde edilen bulguların analizi



Sosyo-Demografik Özellikler ve Teknoloji Bağımlılığı

Cinsiyet

Yazılan tezlerde ağırlıklı olarak erkek çocuk ve gençlerin, kızlara göre oyun oynama bağımlılığı¹⁶⁻¹⁸ ile teknoloji bağımlılık düzeylerinin daha yüksek olduğu görülmekte^{19,20} iken, kızların mesajlaşma^{18,21}, sosyal medya bağımlılığı ile web siteleri bağımlılık²² düzeylerinin erkeklere göre daha yüksek olduğu görülmektedir^{23,24}. Erkeklerin bağımlılık düzeylerinin günlük hayata etkisinin²⁵, işlevsellikte bozulmanın²⁶ kızlardan daha yüksek olduğu da ortaya konmuştur. Bununla birlikte cinsiyete göre teknoloji bağımlılığında anlamlı bir farklılığın bulunmadığını tespit eden çalışmalar da vardır²⁷⁻²⁹.

Yaş

İlk ve ortaöğretim öğrencileri ile gerçekleştirilen araştırmalarda dördüncü sınıf öğrencilerinin beşinci sınıf öğrencilerine göre³⁰, altıncı sınıf öğrencilerinin ise yedinci sınıf öğrencilerine göre teknoloji bağımlılığının daha yüksek olduğu³¹, 13-15 yaşlarındaki çocukların 16-18 yaşlarındaki çocuklara göre daha çok çevrimiçi oyun oynadıkları³² bulunmuştur.

Üniversite öğrencileri ile gerçekleştirilen araştırmalarda teknoloji bağımlılığının yüksek oranda birinci sınıflarda, düşük oranda dördüncü sınıflarda olduğu^{27,28}, ikinci sınıf öğrencilerin üçüncü ve dördüncü sınıflardakilere kıyasla daha yüksek düzeyde dürtüsellik gösterdiği³³, gençlerin teknoloji kullanımından olumsuz etkilediği³⁴ bulunmuştur. Ağırlıklı olarak gençlerde yaş arttıkça bağımlılığın azaldığı bulgulanmış olsa da tersine yönelik sonuçlar da mevcuttur¹⁹. Kaçmaz³⁵ tarafından gerçekleştirilen araştırmada yedinci ve sekizinci sınıf öğrencilerinin altıncı sınıf öğrencilerine göre dijital bağımlılık düzeyleri daha yüksek bulunmuştur. Yaşın anlamlı bir farklılık yaratmadığına ilişkin çalışmalar da mevcuttur^{23,25,36-39}.

Aile

Araştırmalar çocuk ve gençlerin ebeveynlerinin eğitim düzeylerinin teknoloji bağımlılığı ile anlamlı bir ilişkide olduğunu göstermektedir²⁶. Ebeveynlerin eğitim düzeyi arttıkça çocukların bağımlılık düzeyleri azalmaktadır³¹.

Aile yapılarına göre teknoloji bağımlılığı incelendiğinde ebeveynlerin birlikte ve evli olmalarının anlamlı bir fark yaratmadığını ortaya koyan çalışmalar olduğu gibi³⁹, ebeveynlerin ayrı yaşmalarının ya da boşanmış olmalarının bağımlılığı artırdığına yönelik çalışmalar bulunmaktadır^{35,40}.

Ekonomik durum

Araştırmalar sosyoekonomik düzeyin hem arttıkça^{26,32,37,41} hem de azaldıkça⁴² teknoloji bağımlılığının arttığını göstermektedir. Ekonomik güçlük yaşamayanların internet bağımlılığının daha yüksek olduğu³¹ görülmekle birlikte, yüksek gelir grubunda diğer gelir gruplarına kıyasla en düşük düzeyde teknoloji bağımlılığı oranının görüldüğü de bulgulanmıştır²⁴.

Teknolojik Araçların Kullanımı ve Teknoloji Bağımlılığı*Teknolojik araçların kullanım süresi ve sıklığı*

İncelenen tezlerde çocuk ve gençlerde ağırlıklı olarak internette ve sosyal medyada geçirilen süre günde ortalama üç saat⁴³, dijital oyunlarda bir saat^{25,37} dolayındadır. Gerçekleştirilen bir araştırmada³⁹ COVID-19 pandemisi sürecinde teknolojik donanım ve yazılımlarda geçirilen sürenin arttığı görülmüştür. Araştırmalar genel olarak teknolojik araçlara ayrılan süre arttıkça bağımlılığı belirlemeye çalışan ölçme araçlarından alınan puanların da arttığını ortaya koymaktadır.

Teknolojik araçlarda geçirilen vakit arttıkça sosyal kimlik oluşumu⁴², belirsizliğe tahammülsüzlük²⁹, psikolojik, somatik, sosyal, ekonomik ve genel anlamda daha yüksek seviyelerde COVID-19 korkusu¹⁷ artmakta, psikolojik iyi oluş²⁹ ve akademik başarı³⁴ azalmaktadır.

Kullanılan cihaz ve uygulamalar

Çocuk ve gençlerin büyük çoğunluğunun akıllı telefonu olduğu, sosyal medya uygulamalarından ağırlıklı olarak Instagram'a üye oldukları^{41,44} ve mesajlaşma uygulaması olarak Whatsapp'ı kullandıkları bulgulanmıştır⁴⁰. Cep telefonu ve bilgisayar kullanan gençlerin teknoloji bağımlılık düzeyleri televizyon kullananlara göre yüksektir¹⁶. Genel olarak akıllı cep telefonu kullanımı diğer cihazlara göre daha yüksek düzeyde bağımlılık ile ilişkilidir³⁸. Çırak'ın⁴⁵ çalışmasında da akıllı telefonlarda daha yüksek süre vakit geçiren üniversite öğrencilerinin nomofobi düzeyleri yüksek bulunmuştur.

İnternete ve dijital araçlara erişim arttıkça bağımlılığın arttığı görülmüştür³¹. Kendi odasında internete bağlanan, üye olduğu sosyal medya platform sayısı fazla olan çocuklarda teknoloji bağımlılığı daha yüksek bulunmuştur³⁹.

Kullanım amacı

Teknolojik araçlar çocuk ve gençler tarafından sohbet etmek, ödev yapmak/bilgi edinmek, sosyal medya platformlarına girmek, film/video izlemek, oyun oynamak için kullanılmaktadır^{16,21,23}. İnterneti eğitsel amaçlarla kullanan çocuk ve gençlerde teknoloji bağımlılığı daha düşük düzeyde görülmektedir^{35,39}.

Teknoloji Bağımlılığı ve Çocuk ve Gençler Üzerindeki Etkileri*Bağımlılık durumu*

Araştırmalarda çocuk ve gençlerin bağımlılık durumları ölçme araçları ile düşük^{22,26,30,33} ve orta^{17,19,27,37,46-48} düzeyde ilişkili olduğu bulunmuştur. Bağımlılığın yüksek düzeyde çıktığı bir araştırma bulgusuna rastlanmamıştır.

Biyo-psiko-sosyal etkileri

Araştırmalarda çocuk ve gençlerin teknolojik araçları kullanmaları nedeniyle gözlerde yanma, boyun ağrısı, beden duruşunda bozukluk, el ve bileklerde ağrı ve/veya uyuşma, zamanı planlamada zorluk, uyku sorunları, yemek yememe veya fazla yemek yeme ve sosyal izolasyon gibi sorunlar yaşadıkları bulgulanmıştır^{28,39}. Ayrıca öğrencilerin, teknoloji bağımlılığı düzeylerindeki artış, sosyal kaygı düzeylerinde ve zorbalık eğilimi düzeylerinde artışa²⁶, sosyal beceri açısından sorunlarla karşılaşmalarına²⁰, iletişim becerilerinde sorunlara³³ neden olmaktadır. Teknolojik bağımlılıklar çocukların günlük yaşamlarını etkilemektedir. Çocuklar dijital araçlar üzerinden gerçekleştirdikleri faaliyetleri bırakmamak için yemek yemeyi erteleme, aile üyeleri ile gerçekleştirilen aktivitelerden uzaklaşma, zaman algısını kaybetme gibi sorunlar yaşamaktadırlar³⁵. Ruhsal sorunların varlığı ile teknoloji bağımlılığı arasında anlamlı bir ilişki bulunmamıştır⁴¹.

Akademik etkileri

Araştırmalarda teknoloji bağımlılığı yüksek olan öğrencilerin akademik başarılarının düşük olduğu bulunmuştur^{16,25,39}. Teknoloji kullanımı akademik ertelemeye²⁷, akademik özyeterlikte azalmaya⁴⁹ ödev(leri)ni veya ders(leri)ni yapmamaya, iradesini kaybetmeye³⁵ neden olmaktadır.

Teknoloji Bağımlılığında Risk ve Koruyucu Faktörler

Kişisel özellikler

Düşük benlik algısı dijital bağımlılığı etkilemektedir⁵⁰, belirsizliğe tahammülsüzlük, ileriye yönelik kaygı arttıkça internet bağımlılığı da artmaktadır²⁹, geleceğe yönelik negatif tutuma sahip olan gençlerin dijital araçlara bağımlılığı daha yüksektir⁴⁸. Oyun oynama bozukluğu, mobil bağımlılık ve Fear of Missing out (gelişmeleri kaçırma korkusu - FoMo) arttıkça mutluluk seviyesinin azaldığı ortaya konulmuştur. FoMo ile nevrotik olma arasında pozitif bir ilişki bulunmuştur⁵¹. Dışa dönük olma ve deneyime açıklık ile teknoloji bağımlılığı arasında pozitif yönlü bir ilişki bulunmaktadır⁴⁷. Öz-yeterlik azaldıkça internet bağımlılığı artmaktadır⁵².

Psikolojik iyi oluş ile teknoloji bağımlılığı arasında ters yönlü bir ilişki bulunmaktadır³⁴. Bilinçli farkındalık arttıkça internet bağımlılığı düşmektedir²⁹. Duygusal olarak dengeli ve sorumlu kişilik özellikleri, dijital bağımlılıkta azalmaya neden olmaktadır³⁴. Ayrıca duygu düzenleme dijital bağımlılıkta anlamlı bir etkiye sahiptir⁵³. Özdenetim sosyal ağa bağlanmayla negatif yönlü ilişkiye sahiptir⁴⁷. Geleceğe yönelik hedefleri olan gençler dijital araçlarda daha az süre geçirmektedir⁴⁸. Duygusal zeka arttıkça teknoloji bağımlılığı azalmaktadır²¹. Fiziksel ve kültürel aktivitelerde bulunan çocuklarda teknoloji bağımlılığı azalmaktadır^{30,54}.

Karadağ⁵² tarafından gerçekleştirilen yarı-deneysel bir çalışmada sekizinci sınıf öğrenciler ile psikoeğitim programı yapılmıştır. Bu kapsamda öğrencileri teknoloji bağımlılığı konusunda bilgilendirmek amacıyla teknolojinin insan hayatındaki yerini tartışma, bilinçli kullanım için amaçlar oluşturma, bağımlılığa neden olabilecek olumsuz duygularla baş etme, yeni uğraşlar edinme ve gerektiğinde yardım isteme becerileri kazandırmak üzere 4 oturumlu grup çalışması yapılmıştır. Çalışmanın sonunda grup çalışmasına katılan çocuklarda teknoloji kullanım süresinin ve internet bağımlılığının azaldığı görülmüştür⁵².

Aile

Aile tutumlarına göre teknoloji bağımlılığı incelendiğinde ebeveynlerin tutumlarının anlamlı bir fark yaratmadığını bulgulayan çalışmalar olduğu gibi¹⁶, ebeveynlerin kabul/ilgi tutumları ile denetim tutumlarının teknoloji bağımlılığını azalttığına yönelik çalışmalar da bulunmaktadır²¹. Demokratik ebeveyn tutumu olan ailelerde ergenlerde internet bağımlılık düzeyi düşmektedir³⁶.

Kaygılı bağlanma stili olan gençlerde teknoloji bağımlılığı daha yüksek bulunmuştur⁵⁵. Bu bulguları destekler şekilde 0-6 yaş arasında bakımı anne-babası, bakıcısı ve büyükannesi-büyükbabası tarafından bakımı gerçekleştirilmeyen, bakım vereni akrabaları olan çocuklarda teknoloji bağımlılığı daha yüksektir. Ayrıca çocukluk çağı travması teknoloji bağımlılık düzeyini artırmaktadır⁴⁰.

Sosyal çevre

Ergenlerin sosyal kaygı düzeyi arttıkça teknoloji bağımlılık düzeyi de artmaktadır³². Sosyal becerileri yüksek olan çocuklarda ise internet bağımlılığı azalmaktadır³¹.

“Sosyal medya paylaşımlarının yorum ve beğeni almasını daha fazla önemseyen gençlerin bağımlılık puanlarının daha yüksek olduğu gözlemlenmiştir”⁵⁶. Gençlerin teknoloji bağımlılık düzeyleri ile sanal zorba ve sanal mağdur olma durumları arasında pozitif yönde bir ilişki vardır⁴⁶.

COVID-19 pandemisi sürecinde bilgisayar kullanımı süresi, tablet kullanım süresi, anlık mesajlaşma uygulaması kullanma süresi, oyun oynama süresi, dijital medya platformlarında geçirilen süre artmıştır. Bu süreçte teknolojik aletlerden uzak durmaya çalışan, farklı uğraşlar arayan öğrenciler, farklı uğraşlar aramayanlara kıyasla çevrimiçi oyunlara daha çok bağlanmıştır³⁹. Sosyal ağlarda üyeliği olan öğrencilerin yaşadığı COVID-19 korkusu, sosyal ağlarda üyeliği olmayan öğrencilere kıyasla daha yüksek düzeyde çıkmıştır¹⁷.

Tartışma

Çalışma kapsamında ele alınan tezler ağırlıklı olarak eğitim bilimleri enstitüsü bünyesinde, nicel araştırma yöntemi ile yazılmış olup büyük çoğunluğu yüksek lisans tezlerinden oluşmaktadır. Yazarların araştırmanın yöntemini yöntembilim literatürüne göre uygun bir şekilde ifade etmediği ya da eksik ifade ettiği görülmüştür. Benzer bir durum Karadağ⁵⁷ tarafından kanıtlanmıştır. Araştırmanın yöntem bölümüne ilişkin yeterliğin artmasında daha önce araştırma yürütme, istatistik dersi alma gibi faktörlerin etkili olduğu bilinmektedir⁵⁸. Bu bakımdan tezlerin büyük çoğunluğunun yüksek lisans düzeyinde yazıldığı göz önünde bulundurulduğunda yazarların daha önce araştırma yürütmemiş olmaları, aldıkları araştırma yöntem ve teknikleri ile ilgili ders sayısının az olması veya yeterli olmaması ya da hiç araştırma yöntem ve teknikleri dersi almamış olmaları gibi durumların yöntem bölümünü yazma noktasında eksiklik yarattığı tahmin edilmektedir.

Araştırmalarda sıklıkla ilişkisel tarama modeli kullanılmış olup yalnızca bir yüksek lisans tezi yarı deneysel desenle yürütülmüştür. Bütün araştırmalar kesitseldir; boylamsal çalışma bulunmamaktadır. Teknoloji bağımlılığı üzerine yapılacak araştırmalara ihtiyaç duyulduğu DSM ve ICD gibi başlıca belgelerde ve birçok araştırmada belirtilmiştir. Özellikle farklı nüfus gruplarının temsil edildiği, bağımlılığın yaygınlığının ortaya konulduğu çalışmalara ihtiyaç vardır. Nitekim bu ihtiyacı karşılayacak tarama çalışmaları yeterli değildir. Bunların yanı sıra deneysel ve yarı deneysel çalışmalara da ihtiyaç vardır. Bu türden çalışmalar bağımlılığa yönelik koruyucu-önleyici ve rehabilite edici çalışmaların değerlendirilmesine de ışık tutacaktır.

Yeni teknolojik araçların pazara çıkmasıyla daha çok sayıda kullanıcı bu araçlara erişmekte, küçük yaşta teknolojik araçları kullanan çocuk sayısı çoğalmakta ve sonuç olarak bağımlılık sürekli yenilenmekte ve katlanmaktadır. Yapılan tezlerde ulaşım ve araştırma kolaylığı açısından gençler tercih ediliyor olsa da bağımlılığın daha erken yaşlarda ortaya çıkması nedeniyle bu tür çalışmaların daha erken yaş grubundaki çocuklarla, onların aileleriyle ve okul ortamlarında yapılması önerilebilir.

Çalışma kapsamında tezlerin bulguları incelenmiştir. Elde edilen temalar “sosyo-demografik özellikler ve teknoloji bağımlılığı”, “teknolojik araçların kullanımı ve teknoloji bağımlılığı”, “teknoloji bağımlılığı ve çocuk ve gençler üzerindeki etkileri” ve “teknoloji bağımlılığında risk ve koruyucu faktörler”dir.

“Sosyo-demografik özellikler ve teknoloji bağımlılığı” teması altındaki bulgulara göre erkeklerin dijital oyun bağımlılığı kızlara göre, kızların sosyal medya ve mesajlaşma bağımlılığı erkeklere göre daha yüksektir. Bu bulgu literatürdeki diğer çalışmalarda da benzerlik göstermektedir. Çalışmalarda erkekler kızlara göre oyun bağımlılığını ortaya koymaya çalışan ölçme araçlarından daha yüksek puan almaktadır^{59,60}. Ayrıca ağırlıklı olarak küçük yaşta gençler büyüklere göre daha yüksek düzeyde bağımlıdır.

Ebeveynlerin eğitim düzeyi arttıkça çocukların bağımlılık düzeyleri düşmektedir. Ebeveynlerin eğitim düzeylerinin artması teknoloji hakkında edindikleri bilgilerin artmasına, eriştikleri teknolojik araçların çeşitlenmesine sağlayan önemli bir faktör olarak değerlendirilebilir. Böylelikle dijital teknolojileri kullanabilen, temel seviyede interneti ve teknolojiyi kullanma becerisine sahip olan, dijital dünyadaki riskleri fark edebilen, yeniliklerin olumlu ve olumsuz yönlerinin farkında olan ebeveynler dijital ebeveynlik becerisi geliştirmektedir⁶¹. Dijital ebeveynlik becerisinin gelişmesiyle

ebeveynlerin çocuklarının bilinçli teknoloji kullanım davranışı geliştirmelerini sağlamış olduğu tahmin edilmektedir.

“Teknolojik araçların kullanımı ve teknoloji bağımlılığı” teması altındaki bulgulara göre çocuk ve gençler ağırlıklı olarak internette ve sosyal medyada günde ortalama 3 saat, dijital oyunlarda 1 saat vakit geçirmektedir. Farklı ülkelerde bu bulgular çocukların sıklıkla vakit geçirdikleri teknolojik araç bakımından değişmektedir. Amerika’da yapılan bir çalışmada ortaokul öğrencilerinin günlük 3 saatten fazla televizyon seyrettikleri görülmüştür⁶². 14-19 yaşındaki Suudi çocuk ve gençlerin gün içinde ekran karşısında geçirdiği süre 2 saatten fazla bulunmuştur⁶³. Bu süreler COVID-19 Pandemisinde daha da artmıştır. Uzun süre teknolojik kullanımı bağımlılığın doğrudan yordayıcısı olmasa da bağımlılık için önemli bir risk faktörüdür. Ayrıca çocukların iyilik haline zarar verecek içeriklerle karşılaşma riskini de beraberinde getirmektedir. Çocuklar oyunlarda ve sosyal medya uygulamalarında tehdit, şantaj ve siber zorbalıkla karşılaşmakta, baş edememe halinde intihara sürüklenebilmektedirler⁶⁴.

Yazılan tezlerde teknolojik araçların çocuk ve gençler tarafından sohbet etmek, ödev yapmak/bilgi edinmek, sosyal medya platformlarına girmek, film/video izlemek, oyun oynamak için kullanıldığı, eğitim amacıyla internet kullanımı olan çocuklarda teknoloji bağımlılığı daha düşük düzeyde görülmektedir. Ayrıca kendi odasında internete bağlanan çocuklarda teknoloji bağımlılığı daha yüksek bulunmuştur. 2017-2019 arasında 19 Avrupa ülkesindeki 9-16 yaş aralığında 21.964 çocukla gerçekleştirilen EU Kids Online 2020⁶⁵ araştırmasında çocukların teknoloji kullanımlarının aile ve arkadaşlarla iletişim, eğlence aktivitelerine katılım, oyun oynama, eğitsel, bilgi arama ve içerik üretme gibi amaçlarla gerçekleştiği ortaya konulmuştur. Griffiths⁶⁶ dijital bağımlılığın önlenmesi ve azaltılması için aile üyelerine çocukların ne kadar süre ile, nerede, ne zaman ve ne tür içeriklerle ilgili bilgi sahibi olmaları ve kurallar/sınırlar oluşturmaları önerisinde bulunmaktadır.

“Teknoloji bağımlılığı ve çocuk ve gençler üzerindeki etkileri” teması altındaki bulgulara göre çocuk ve gençlerin bağımlılık düzeyleri düşük ve orta seviyededir. Çocuk ve gençler teknolojik araç kullanımları nedeniyle biyolojik, psikolojik, sosyal ve akademik anlamda olumsuz durumlar yaşamaktadır.

“Teknoloji bağımlılığında risk ve koruyucu faktörler” teması altındaki bulgulara göre çocuk ve gençlerde düşük benlik algısı, belirsizliğe tahammülsüzlük, özyeterlik azaldıkça teknoloji bağımlılığı artmaktadır. Özdenetim, psikolojik iyi oluş, bilinçli farkındalık,

sosyal beceriler, fiziksel aktivite arttıkça teknoloji bağımlılığı azalmaktadır. Demokratik ebeveyn tutumuna sahip, kabul edici ve denetim sağlayan ebeveynlerin çocuklarında teknoloji bağımlılığı daha düşük düzeydedir. Ayrıca kaygılı bağlanma stili olan çocuklarda teknoloji bağımlılığı daha yüksektir. Güvenli bağlanma geliştirememiş çocuk ve gençlerin dijital bağımlılıklara yatkın oldukları bilinmektedir⁶⁷. Kaygılı bağlanma stili olan bireyler sosyal beceri eksiklikleri nedeni ile yakın ilişki gerektiren çevreler yerine sanal ortamları tercih ediyor olabilirler. Bu durum da bağımlılıklara zemin hazırlamaktadır⁶⁸.

Sonuç

Teknoloji bağımlılığı arttıkça bu konuya ilişkin yapılan çalışmalara yönelik ilgi de gün geçtikçe artmaktadır. Bu noktada bilimsel verilerle bu konuda yapılan akademik çalışmaların değerlendirilmesi ihtiyacı ortaya çıkmıştır. İncelenen tezlerde araştırmanın raporlaştırılması hususundaki eksiklikler dikkate alındığında tezlerde görülen farklılıkların üniversitelerin ve enstitülerin yazım yönergelerinin farklı olmasından kaynaklanabilir; ancak benimsenen paradigmanın yöntem bölümünde eksik ve/veya yanlış yazılması ciddi bir hatadır. Bu noktada araştırma deseni, veri toplama araçları, veri analiz yöntemleri gibi temel başlıkların iyi bir hakemlik ve/veya danışmanlık sürecinden geçmesi gerekliliğini ortaya koymaktadır.

COVID-19 pandemisi ve teknolojik gelişmelerin veri toplama sürecinde teknolojik altyapıların kullanılmasına olanak sağlaması araştırmacılar için bir kolaylık yaratmıştır. Bununla birlikte teknolojik gelişmelerin sunduğu olanaklar bu kadarla sınırlı değildir. Araştırmalara katılımcı olan çocuk ve gençler oyun oynarken, internet sitelerinde gezinirken, sosyal medya içeriklerini takip ederken dijital platformlarda veriler bırakmaktadır ve biriken bu verilerin de araştırmacıların veri setlerine dahil edilerek analiz edilmesiyle teknoloji bağımlılığının çeşitli yönleri ile ele alınabileceği düşünülmektedir. Örneğin araştırmalarda kullanılan soru formlarının sıklıkla giriş kısmında yer alan teknoloji kullanım süresini öğrenmek amacı ile sorulan soruların yerini halihazırda çocuk ve gençlerin vakit geçirdikleri sosyal medya, dijital oyun ve akıllı telefon verileri alabilir. Ancak bu noktada cihazın ortak kullanımda olup olmadığı göz önünde bulundurulmalıdır. Ebeveynlerinin cihazlarını kullanan çocukların sosyal medya uygulamalarında geçirdiği süre ayırt edilemeyeceğinden çocukların kullanım süreleri ile ilgili yanlış değerlendirmeler yapılabilir. Teknoloji bağımlılığına yönelik deneysel çalışmaların yapılması uygulamaların etkililiğinin ortaya konulması açısından önemlidir. Nitel ve karma yöntem kullanılarak gerçekleştirilecek araştırmalarla da çocuk

ve gençlerin teknoloji bağımlılığı konusunda ne tür deneyimlerinin olduğunun derinlemesine ortaya konulması yararlı olabilir. Teknoloji bağımlılığını farklı yöntem ve desenlerle ele alacak bu tür çalışmaların artırılması çocuk ve ailelerle çalışacak rehber ve psikolojik danışmanlara, öğretmenlere, çocuklara yönelik hizmet sunan yerel yönetimlere, bakanlıklara, teknoloji bağımlılığı üzerine çalışan sivil toplum kuruluşlarına katkı sağlayacaktır.

KAYNAKLAR

1. Dinç M. Teknoloji bağımlılığı ve gençlik. *Gençlik Araştırmaları Dergisi*. 2015;3(3):31-65.
2. Yektaş Ç, Yüncü Z. Teknoloji bağımlılığı: Çocuk ve ergenlerde tanı, epidemiyoloji ve klinik özellikler. İçinde: Özçetin A, editör. *Teknoloji Bağımlılığı*. 1. Baskı. Ankara: Türkiye Klinikleri; 2021: 50-7.
3. Aydın F. Teknoloji Bağımlılığının Sınıf Ortamında Yarattığı Sorunlara İlişkin Öğrenci Görüşleri [yüksek lisans tezi]. Ankara, Türkiye: Eğitim Teknolojisi Bilim Dalı, Eğitim Bilimleri Enstitüsü; 2017.
4. American Psychiatric Association: *Diagnostic and Statistical Manual of Mental Disorders, Fifth Edition*. Arlington, VA, American Psychiatric Association, 2013.
5. Andiç S, Batıgün AD. DSM-5 tanı ölçütleri temelinde İnternet Bağımlılığı Ölçeği'nin geliştirilmesi: İnternet oyun oynama bozukluğu açısından bir değerlendirme. *Türk Psikiyatri Dergisi*. 2019;32(1):33-42.
6. Mustafaoğlu R, Zirek E, Yasacı Z, Özdiñler AR. Dijital teknoloji kullanımının çocukların gelişimi ve sağlığı üzerine olumsuz etkileri. *Addicta: The Turkish Journal on Addictions*. 2018;5(2):1-21.
7. Kurtođlu E. Türkiye'de İnternet Bağımlılığı ile İlgili Yapılmış Lisansüstü Tezlerin İncelenmesi [yüksek lisans tezi]. İstanbul, Türkiye: Rehberlik ve Psikolojik Danışmanlık Bilim Dalı, Lisansüstü Eğitim Enstitüsü; 2022.
8. Ulaş Ş, Sağlam M. Çocuklarda dijital oyun bağımlılığı ve internet bağımlılığı üzerine yapılmış çalışmaların incelenmesi. *EJERCongress*. 2021;Online.
9. Kaya C, Özilhan Özbey D. Olan Biteni Kaçırma Korkusu (FoMO) konusunda yapılmış lisansüstü tezlerin içerik analizi yöntemi ile değerlendirilmesi. *Journal of Tourism Intelligence and Smartness*. 2022;5(1):61-70.
10. Yıldız S, Yıldız R. Nomofobi alanında yapılmış tezlerin sistematik derlemesi: 2017-2020. *Sistematik Derleme*. 2021;2:43.

11. Sadan Ş, Tuncay A. Nomofobi konusu üzerine çalışılmış lisansüstü tezlerin yapısal incelemesi. *Online Journal of Technology Addiction and Cyberbullying*. 2021;8(2):1-22.
12. Güney ME, İlhan M. Türkiye’de yapılmış nomofobi konulu lisansüstü tezlerin incelenmesi. *Paramedik ve Acil Sağlık Hizmetleri Dergisi*. 2022;3(2):137-151.
13. Akgül M. Türkiye’de Oyun Bağımlılığı ile ilgili Yapılmış Lisansüstü Tezlerin Sosyal Ağ Analizi ile İncelenmesi: İçerik Analizi [yüksek lisans tezi]. Konya, Türkiye: Bilgisayar ve Öğretim Teknolojileri Eğitimi Anabilim Dalı, Eğitim Bilimleri Enstitüsü; 2022.
14. Wach E, Ward R. (2013). Learning about qualitative document analysis. <https://opendocs.ids.ac.uk/opendocs/handle/20.500.12413/2989>.
15. Kırıl B. Nitel bir veri analizi yöntemi olarak doküman analizi. *Süirt Üniversitesi Sosyal Bilimler Enstitüsü Dergisi*. 2020;8(15):170-189.
16. Balkın A. Lise Öğrencilerinin Dijital Bağımlılık Düzeyi ile Eleştirel Düşünme Eğilimleri Arasındaki İlişkinin İncelenmesi [yüksek lisans tezi]. İstanbul, Türkiye: Eğitim Programları ve Öğretim Bilim Dalı, Lisansüstü Eğitim Enstitüsü; 2020.
17. Çalışkan E. Sağlık Bilimleri Fakültesi Öğrencilerinin COVID-19 Sürecinde Yaşadıkları Koronavirüs Korkusu ile Teknoloji Bağımlılığı Arasındaki İlişki [yüksek lisans tezi]. Elazığ, Türkiye: Hemşirelik Bilim Dalı, Sağlık Bilimleri Enstitüsü; 2021.
18. Ardıç T. Teknoloji Bağımlılığı ve Aile İçi İletişim İlişkisi Üzerine Teorik ve Uygulamalı Bir Çalışma [yüksek lisans tezi]. Kırıkkale, Türkiye: Sağlık Yönetimi Ana Bilim Dalı, Sağlık Bilimler Enstitüsü; 2023.
19. Karakaş M. Pandemi sürecinde sınıf öğretmeni adaylarının teknoloji bağımlılığı nedenlerinin incelenmesi [yüksek lisans tezi]. Elazığ, Türkiye: Sınıf Eğitimi Ana Bilim Dalı, Eğitim Bilimleri Enstitüsü; 2022.
20. Durmaz Ö. İlkokul 4. Sınıf Öğrencilerinin Dijital Bağımlılık Düzeyleri ile Sosyal Beceri Düzeyleri Arasındaki İlişkinin İncelenmesi [yüksek lisans tezi]. Mersin, Türkiye: Bilgisayar ve Öğretim Teknolojileri Eğitimi Ana Bilim Dalı, Eğitim Bilimleri Enstitüsü; 2023.
21. Salamcı MB. Ergenlerde Teknoloji Bağımlılığının Anne-Baba Tutumları ve Duygusal Zekâ ile İlişkisi [yüksek lisans tezi]. İstanbul, Türkiye: Klinik Psikoloji Bilim Dalı, Lisansüstü Eğitim Enstitüsü; 2020.

- 22.** Birdal E. Üniversite Öğrencilerinin E-Öğrenme Stilleri ile Teknoloji Bağımlılıkları Arasındaki İlişkinin İncelenmesi [yüksek lisans tezi]. İstanbul, Türkiye: Eğitim Yönetimi ve Denetimi Ana Bilim Dalı, Eğitim Bilimleri Enstitüsü; 2022.
- 23.** Teke AK. BÖTE Öğrencilerinde Teknoloji Bağımlılığının Alt Türler Bazında İncelenmesi [yüksek lisans tezi]. İstanbul, Türkiye: Bilgisayar ve Öğretim Teknolojileri Eğitimi Ana Bilim Dalı, Eğitim Bilimleri Enstitüsü; 2019.
- 24.** Sözbilir A. Açık Hava Etkinliklerinin Dijital Bağımlılık Düzeyine Etkisinin İncelenmesi [yüksek lisans tezi]. İstanbul, Türkiye: Halk Eğitimi Bilim Dalı, Eğitim Bilimleri Enstitüsü; 2019.
- 25.** Çukurluöz Ö. Lise Öğrencilerinin Dijital Bağımlılıklarının İncelenmesi: Ankara İli Çankaya İlçesi Örneği. [yüksek lisans tezi]. Ankara, Türkiye: Büro Yönetimi Eğitimi Ana Bilim Dalı Eğitim Bilimleri Enstitüsü; 2016.
- 26.** Demirel S. İlkokul Öğrencilerinin Teknoloji Bağımlılığı Düzeyleri ile Problem Çözme Becerileri, Akran Zorbalığı ve Sosyal Kaygı Düzeyleri Arasındaki İlişkilerin İncelenmesi [yüksek lisans tezi]. İstanbul, Türkiye: Sınıf Öğretmenliği Bilim Dalı, Marmara Üniversitesi Eğitim Bilimleri Enstitüsü; 2022.
- 27.** Doğan-Koç H. Üniversite Öğrencilerinin Teknoloji Bağımlılıklarının Akademik Erteleme Davranışları Üzerine Etkisi [yüksek lisans tezi]. Konya, Türkiye: Bilgisayar ve Öğretim Teknolojileri Eğitimi Ana Bilim Dalı, Eğitim Bilimleri Enstitüsü; 2022.
- 28.** Çağın M. Spor Bilimleri Öğrencilerinde Fiziksel Aktivite Düzeyi, Uyku Kalitesi ve Teknoloji Bağımlılığı Arasındaki İlişkinin İncelenmesi [yüksek lisans tezi]. Sakarya, Türkiye: Beden Eğitimi ve Spor Eğitimi Anabilim Dalı, Lisansüstü Eğitim Enstitüsü; 2021.
- 29.** Koçyiğit F. Teknoloji Bağımlılığının Psikolojik İyi Oluş ile İlişkisinde Bilinçli Farkındalık ve Belirsizliğe Tahammülsüzlük Değişkenlerinin Aracı Rolünün İncelenmesi [yüksek lisans tezi]. İstanbul, Türkiye: Klinik Psikoloji Ana Bilim Dalı, Sosyal Bilimler Enstitüsü; 2019.
- 30.** Canseven A. Çocukların Dijital Bağımlılığı ile Bazı Koordinatif ve Kondisyonel Yetileri Arasındaki İlişki [yüksek lisans tezi]. İzmir, Türkiye: Spor Sağlık Bilimleri Ana Bilim Dalı, Sağlık Bilimleri Enstitüsü; 2020.
- 31.** Özçelik-Demir A. Altıncı ve Yedinci Sınıf Ortaokul Öğrencilerinin Sosyal Becerileri ile Teknoloji Bağımlılığı Arasındaki İlişkinin İncelenmesi [yüksek lisans tezi]. Bursa, Türkiye: Rehberlik ve Psikolojik Danışmanlık Bilim Dalı, Eğitim Bilimleri Enstitüsü; 2021.

32. Dilmen-Bayar B. Adölesan Kızlarda Teknoloji Bağımlılığı ile Sosyal Kaygı Arasındaki İlişki [yüksek lisans tezi]. Malatya, Türkiye: Hemşirelik Bilim Dalı, Sağlık Bilimleri Enstitüsü; 2019.
33. Güldemir E. Öğretmen Adaylarının Dijital Bağımlılık Düzeyleri ile İletişim Becerileri Arasındaki İlişkinin Çeşitli Değişkenler Açısından İncelenmesi [yüksek lisans tezi]. Sivas, Türkiye: Eğitim Programları ve Öğretim Bilim Dalı, Eğitim Bilimleri Enstitüsü, 2023.
34. Gezer D. Üniversite Öğrencilerinin Kişilik Özellikleri, Psikolojik İyi Oluş ve Dijital Bağımlılık Düzeyleri Arasındaki İlişkinin İncelenmesi [yüksek lisans tezi]. İzmir, Türkiye: Rehberlik ve Psikolojik Danışmanlık Bilim Dalı, Eğitim Bilimleri Enstitüsü; 2022.
35. Kaçmaz C. Dijital Bağımlılık Eğilimi Olan Ortaokul Öğrencilerinin Profilinin Çıkarılması [doktora tezi]. Malatya, Türkiye: Çocuk Gelişimi Ana Bilim Dalı, Sağlık Bilimleri Enstitüsü; 2022.
36. Ayaz B. Ergenlerde Teknoloji Bağımlılığının Bazı Psikososyal Değişkenlerle İlişkisi [yüksek lisans tezi]. İstanbul, Türkiye: Psikoloji Bilim Dalı, Sosyal Bilimler Enstitüsü; 2016.
37. Filiz N. Öğretmen Adaylarının Teknoloji Bağımlılığının, Problem Çözme ve Karar Verme Becerisi ile İlişkinin İncelenmesi: *Kastamonu Örneği* [yüksek lisans tezi]. Fen Bilgisi Eğitimi Bilim Dalı, Kastamonu Üniversitesi Fen Bilimleri Enstitüsü; 2020.
38. Baltan M. Ortaokul Öğrencilerinin Dijital Bağımlılığı ile Dinlemeye Yönelik Tutumları Arasındaki İlişkinin İncelenmesi [yüksek lisans tezi]. Sivas, Türkiye: Eğitim Bilimleri Ana Bilim Dalı, Eğitim Bilimleri Enstitüsü; 2020.
39. Karakaya EN. COVID-19 Sürecinde Eğitimine Evde Devam Eden Ortaöğretim Öğrencilerinin Teknoloji Bağımlılığı Düzeylerinin İncelenmesi [yüksek lisans tezi]. Karabük, Türkiye: Sosyal Hizmet Anabilim Dalı, Lisansüstü Eğitim Enstitüsü; 2021.
40. Ertürk E. Beliren Yetişkinlik Dönemindeki Bireylerin Çocukluk Çağı Travma Düzeylerinin Teknoloji Bağımlılık Eğilim Düzeyine Etkisi [yüksek lisans tezi]. İstanbul, Türkiye: Rehberlik ve Psikolojik Danışmanlık Bilim Dalı, Lisansüstü Eğitim Enstitüsü; 2020.
41. Yılmaz H. Hemşirelik öğrencilerinde teknoloji bağımlılığı ve öznel mutluluk arasındaki ilişki [yüksek lisans tezi]. İstanbul, Türkiye: Hemşirelik Ana Bilim Dalı, Sağlık Bilimleri Enstitüsü; 2021.

42. Kaya H. Teknoloji bağımlılığı ve sosyal kimlik oluşumu üzerine kültürel bir araştırma [yüksek lisans tezi]. İstanbul, Türkiye: Sosyoloji Bilim Dalı, Lisansüstü Eğitim Enstitüsü; 2021.
43. Çelik TS. Dijital Teknoloji Bağımlılığının Mahremiyete ve Benlik Oluşumuna Etkisi [yüksek lisans tezi]. Çanakkale, Türkiye: Medya ve Kültürel Çalışmalar Ana Bilim Dalı, Lisansüstü Eğitim Enstitüsü; 2022.
44. Yılmaz Ş. Dijital Bağımlılık: Doğu Karadeniz Bölgesi'ndeki Turizm Fakültelerinde Bir Araştırma [yüksek lisans tezi]. Samsun, Türkiye: Turizm İşletmeciliği Ana Bilim Dalı, Lisansüstü Eğitim Enstitüsü; 2020.
45. Çırak M. Üniversite Öğrencilerinde Nomofobi: Dijital Bağımlılık, Sosyal Bağlılık ve Yaşam Doyumunun Rolü [yüksek lisans tezi]. Ankara, Türkiye: Rehberlik ve Psikolojik Danışmanlık Bilim Dalı, Eğitim Bilimleri Enstitüsü; 2021.
46. Başar M. Üniversite Öğrencilerinin Teknoloji Bağımlılık, Sanal Zorba ve Sanal Mağdur Olma Düzeyleri Arasındaki İlişkinin İncelenmesi [yüksek lisans tezi]. Sakarya, Türkiye: Bilgisayar ve Öğretim Teknolojileri Eğitimi Bilim Dalı, Eğitim Bilimleri Enstitüsü; 2019.
47. Koç A. Spor Bilimleri Fakültesi Öğrencilerinin Teknoloji Bağımlılıkları ile Kişilikleri Arasındaki İlişkinin İncelenmesi [yüksek lisans tezi]. Konya, Türkiye: Beden Eğitimi ve Spor Bilim Dalı, Sağlık Bilimleri Enstitüsü; 2021a.
48. Topal H. Devlet Üniversitesi ve Vakıf Üniversitesi Öğrencilerinin Dijital Bağımlılık Düzeylerinin Gelecek Beklentileri ve Kişisel Özelliklerine Göre İncelenmesi [yüksek lisans tezi]. Mersin, Türkiye: Psikoloji Bilim Dalı, Lisansüstü Eğitim Enstitüsü; 2023.
49. Ertural G. Üniversitede Okuyan Ebelik ve Hemşirelik Öğrencilerinin Dijital Bağımlılıklarının ve Akademik Öz Yeterliklerinin İncelenmesi [yüksek lisans tezi]. Samsun, Türkiye: Halk Sağlığı Hemşireliği Bilim Dalı, Lisansüstü Eğitim Enstitüsü; 2020.
50. Koç M. Öğretmen Adaylarının Dijital Bağımlılığı ile Akademik Başarıları Arasındaki İlişkinin İncelenmesi [yüksek lisans tezi]. Sivas, Türkiye: Eğitim Bilimleri Ana Bilim Dalı, Eğitim Bilimleri Enstitüsü; 2021b.
51. Sarıca-Keçeci H. Kişilik Fomo, Dijital Bağımlılık ve Mutluluk İlişkinin Makine Öğrenmesi Yöntemleri ile Araştırılması [yüksek lisans tezi]. Kayseri, Türkiye: Bilişim Sistemleri Ana Bilim Dalı, Sosyal Bilimler Enstitüsü; 2021.

52. Karadağ YE. Teknoloji Bağımlılığını Önlemeye Yönelik Psikoeğitim Programının 8. Sınıf Öğrencileri Üzerindeki Etkisi [yüksek lisans tezi]. İstanbul, Türkiye: Klinik Psikoloji Ana Bilim Dalı, Sosyal Bilimler Enstitüsü; 2021.
53. Aydın B. Dijital Bağımlılık ile Dijital Risk Alma, Doğru Kullanım, Bilişsel Esneklik ve Duygu Düzenleme İlişkisinin İncelenmesi [doktora tezi] Ankara, Türkiye: Bilgisayar ve Öğretim Teknolojileri Eğitimi Ana Bilim Dalı, Eğitim Bilimleri Enstitüsü; 2023.
54. Bal HT. Teknoloji Bağımlılığı ile Rekreatif Eğilimler Arasındaki İlişkinin İncelenmesi [yüksek lisans tezi]. Ankara, Türkiye: Rekreatif Yönetimi Bilim Dalı, Sosyal Bilimler Enstitüsü; 2021.
55. Demiral C. Okul Öncesi Öğretmen Adaylarının Bağlanma Durumlarının Teknoloji Bağımlılığı ile İlişkisinin İncelenmesi [yüksek lisans tezi]. İstanbul, Türkiye: Okul Öncesi Eğitimi Bilim Dalı, Lisansüstü Eğitim Enstitüsü; 2022.
56. Avşar Arık I. Teknoloji Bağımlılığı ve Sosyal Kimlik Oluşumu: Y Nesli. [yüksek lisans tezi]. Ankara, Türkiye: Sosyoloji Ana Bilim Dalı, Sosyal Bilimler Enstitüsü; 2018.
57. Karadağ E. Eğitim bilimleri doktora tezlerinde kullanılan araştırma modelleri: Nitelik düzeyleri ve analitik hata tipleri. *Kuram ve Uygulamada Eğitim Yönetimi*. 2010;16(1):49-71.
58. Gök B, Kabasakal KA, Çetin S. Araştırmanın yöntem bölümüne ilişkin öz yeterlik ölçeği geliştirilmesi. *İlköğretim Online*. 2020;14(2):438-448.
59. Su W, Han X, Jin C, Yan Y, Potenza MN. Are males more likely to be addicted to the internet than females? A meta-analysis involving 34 global jurisdictions. *Computers in Human Behavior*. 2019;(99):86-100.
60. Meng SQ, Cheng JL, Li YY, et al. Global prevalence of digital addiction in general population: A systematic review and meta-analysis. *Clinical Psychology Review*. 2022;92:102128.
61. Yay M. *Dijital ebeveynlik*. İstanbul: Yeşilay Yayınları; 2017.
62. Eaton DK, Kann L, Kinchen S, Shanklin S, Ross J, Hawkins J, vd. Youth risk behavior surveillance- -United States, 2007. Morbidity and mortality weekly report. *Surveillance Summaries (Washington, DC: 2002)*. 2008;57(4):1-131.
63. Al-Khani AM, Saquib J, Rajab AM, Khalifa MA, Almazrou A, Saquib N. Internet addiction in Gulf countries: A systematic review and meta-analysis. *Journal of Behavioral Addictions*. 2021;10(3):601-610.

64. Yıldırım İ. Sosyal medya, dijital bağımlılık ve siber zorbalık ekseninde değişen aile ilişkileri üzerine bir değerlendirme. *Anemon Muş Alparslan Üniversitesi Sosyal Bilimler Dergisi*. 2021;9(5):1237-1258.
65. EU Kids Online 2020 <https://www.lse.ac.uk/media-and-communications/assets/documents/research/eu-kids-online/reports/EU-Kids-Online-2020-10Feb2020.pdf> Erişim Tarihi 10 Ekim 2023.
66. Griffiths MD. Video games: Advice for teachers and parents. *Education and Health*. 2003;21:48–49.
67. Kim K, Kim K. Internet game addiction, parental attachment and parenting of adolescents in South Korea. *Journal of Child & Adolescent Substance Abuse*. 2015;366-371.
68. Kocairi C, Yüksel R, Arslantaş H, Söylemez B. Lise öğrencisi ergenlerin bağlanma stillerinin teknoloji bağımlılıkları ile ilişkisi: kesitsel bir çalışma. *Yeni Symposium*. 2020;58(1):11-17.