

The Role of Digital Game Addiction Tendencies in Explaining Preschool Children's Resilience

Olcan Aslan¹  İrem Topuz² 

Article Info

Keywords

Digital game addiction,
Resilience,
Preschool children

Received: 05.01.2025

Accepted: 13.05.2025

Published: 30.06.2025

Research Article

[DOI: 10.17984/adyuebd.1613749](https://doi.org/10.17984/adyuebd.1613749)

Abstract

The purpose of this study is to examine the relationship between digital game addiction tendencies and resilience among preschool-aged children. The study included a sample of 424 parents of preschool children, 51.6% (n=219) female and 48.3% (n=205) male, residing in Istanbul. Data were collected using the social-emotional well-being and resilience scale for preschool children and the digital game addiction tendency scale. Descriptive statistics, Pearson Correlation Analysis, and Simple Linear Regression Analysis were employed to analyze the data. The findings reveal a significant negative relationship between digital game addiction and resilience, with digital game addiction accounting for 23% of the variance in resilience levels. Furthermore, digital game addiction was identified as a significant negative predictor of resilience. The results were interpreted in light of the existing literature, and recommendations were proposed to support healthy child development and mitigate the risks associated with digital game addiction.

Introduction

Resilience

The preschool period is a critical stage during which fundamental developmental processes that shape an individual's entire life occur, while simultaneously laying the foundations for coping skills (Yorgun & Sak, 2021). Stressful or traumatic events experienced during this period can have profound impacts on a child's mental health. However, some children exhibit resilience in the face of such adversities, maintaining emotional balance and achieving success in life. This highlights the importance of the concept of "resilience" in child development. Additionally, the fact that most findings related to resilience stem from studies conducted during early childhood further supports this significance (Condly, 2006).

The concept of resilience is derived from the Latin word "resiliens," which denotes an object's ability to bend and return to its original form with ease (Greene, 2002). Resilience is defined as the capacity of an individual to adapt in the face of traumatic experiences (Luthar, 2007). Another definition describes it as the ability to remain flexible and adjust to stressful or traumatic events (Newmann, 2005). Based on these definitions, resilience comprises three main components. The first is the ability of individuals to adapt quickly; the second

Corresponding author¹: Olcan Aslan, , Bursa Uludag University, Turkiye, olcanaslan95@gmail.com

Author²: İrem Topuz, Maltepe University, Turkiye, iremtopuz@maltepe.edu.tr

Aslan, O. & Topuz, İ. (2025). The role of digital game addiction tendencies in explaining preschool children's resilience. *Adiyaman University Journal of Educational Sciences*, 15(1), 139-158.



relates to risk factors associated with adverse outcomes; and the third includes protective factors that help individuals feel well (Gizir, 2007).

Protective factors are defined as elements that reduce the likelihood of encountering negative outcomes in the future (Masten & Reed, 2002). These include living with parents, having strong friendships, forming emotional bonds, and having a supportive environment (Özcan, 2005; Eminağaoğlu, 2006; Hoşoğlu et al., 2018). Similarly, Buchanan (2014) emphasizes that the most fundamental factor supporting resilience in early childhood is warm and responsive caregiving. During this period, insufficient social interaction and caregiving, combined with high levels of stress, can adversely affect neurological and emotional development. Bethell et al. (2019) also report that resilience in individuals with a history of childhood maltreatment is strengthened through protective factors at individual, familial, and societal levels. These protective structures are considered to contribute significantly to the enhancement of children's psychological well-being. Conversely, risk factors are elements that increase the likelihood of encountering adverse outcomes in the future (Masten & Reed, 2002). Thus, resilience is not about completely avoiding stressful events but rather about developing the ability to cope effectively when such situations arise. It has been noted that a significant portion of children exposed to poverty, abuse, or various stressors during childhood demonstrate high levels of resilience (Scudder & Sullivan, 2008). Literature reveals that factors such as parental absence, child abuse and neglect, low socioeconomic status, and migration are considered risk factors (Özcan, 2005; Eminağaoğlu, 2006; Hoşoğlu et al., 2018). In a study conducted by Chongwo et al. (2025), key risk factors threatening children's resilience were identified as inadequate caregiving, low parental literacy, mental health problems, domestic violence, and climate-related adversities. Similarly, in their systematic review, Mattelin et al. (2024) emphasized that parental mental health issues and parents' adverse childhood experiences constitute significant risk factors for children's resilience.

Digital Game Addiction

In today's digital age, digital games, which are increasingly prevalent in children's lives, have emerged as significant risk factors for resilience (Aslan et al., 2025). While digital games offer benefits such as entertainment, learning, and socialization, their excessive and uncontrolled use raises the risk of addiction, thereby hindering individuals from fully benefiting from protective factors. This situation presents a significant obstacle to children's healthy development and resilience-building processes. Therefore, digital game addiction is regarded as a crucial factor in understanding the resilience of preschool children (Yılmaz & Arslan, 2024).

Digital game addiction has been classified under internet gaming disorder in the DSM-5, defined as excessive and uncontrolled use of video or computer games, often leading to emotional and social problems (Köroğlu, 2013; Lemmens et al., 2009). According to another definition, digital game addiction is described as an individual's inability to discontinue the habit of playing digital games for an extended period, difficulty in integrating this activity into daily life, neglect of responsibilities due to gaming, and prioritization of digital games over other activities (Arslan et al., 2015). Accelerated urbanization and the reduction of play areas have led individuals to spend 8-10 hours daily and at least 30 hours weekly on gaming, which has been identified as a significant risk factor for resilience over time (Gentile, 2009). Particularly in the preschool period, this addiction tendency negatively impacts children's social interactions and cognitive development (Semiz, 2024). Children with digital game addiction are reported to distance themselves from the real world and turn to digital games as a means of escaping environmental pressures (Bağcı-Çetin, 2024). Furthermore, it has been emphasized that digital games may have adverse effects not only on children's social relationships but also on their psychological and physical health. Playing digital games has been associated with psychological problems in children such as anxiety, tendencies toward aggression, and depressive mood, as well as various physical health issues including eye strain, musculoskeletal pain, and reduced sleep quality (Mustafaoğlu & Yasacı, 2018). In light of these findings, digital game addiction should be considered a multidimensional risk factor that threatens not only the social and cognitive development of preschool children, but also their mental and physical well-being.

The Relationship Between Digital Game Addiction and Resilience

A review of the literature reveals that digital game addiction is associated with various psychological factors, including behavioral disorders (Lissak, 2018), depression (Peng & Liu, 2010), unmet psychological needs (Dursun & Çapan, 2008), poor social skills (Hosokawa & Katsura, 2018), social anxiety (Başdaş & Özbey, 2020), self-regulation difficulties (Radesky et al., 2014), and loneliness (Ekinçi et al., 2019). In a study conducted by Bağatarhan (2023), it was found that an increase in digital game addiction tendencies among preschool children was accompanied by a rise in problematic behaviors, such as externalizing, internalizing, antisocial, and egocentric behavioral problems. The study emphasizes that parental guidance regarding the content and duration of digital game play is critically important in preventing problematic behaviors during this developmental stage. In a study examining the relationship between preschool children's resilience, well-being, and digital game addiction, it was found that as levels of resilience and well-being increased, the level of digital game addiction decreased (Yılmaz & Arslan, 2024). Based on these findings, it can be suggested that children with higher levels of resilience and well-being are less likely to develop digital game addiction and are more likely to form healthy social relationships, with a lower incidence of behavioral problems. In another study examining digital game addiction among children aged 4–6, it was concluded that digital tools with developmentally appropriate content can have positive effects when used in a controlled and conscious manner; however, incorrect and unregulated use may lead to negative outcomes (Bağcı-Çetin, 2024).

Nowadays, the early exposure of preschool children to technology introduces new risk domains not only for their cognitive development but also for their emotional and social growth (Ergüney, 2017). The interaction between digital game addiction tendencies and core developmental competencies such as resilience in this age group has not been adequately investigated. Moreover, existing studies on preschool children have predominantly focused on parental attitudes or general media usage, rather than examining how game interactions at the level of addiction tendencies relate to children's internal resilience. This study aims to address this specific gap and contribute to the field with a unique perspective, particularly in terms of early intervention and preventive strategies. Based on all these findings, it has been observed that digital game addiction during the preschool period may critically affect children's cognitive, social, and emotional development. In line with these explanations, the aim of this study is to examine whether digital game addiction tendencies play a role in explaining the resilience of preschool children. The hypotheses of the study are presented below accordingly.

H₁: There is a significant relationship between the resilience and digital game addiction tendencies of preschool children.

H₂: Digital game addiction tendencies negatively predict the resilience of preschool children.

Method

Research Model

The aim of this study is to examine the relationship between digital game addiction tendencies and psychological

resilience in preschool children. This research was conducted within the framework of a quantitative study based on a correlational survey model. The correlational model is a type of research design that aims to reveal relationships between two or more variables (Karasar, 2012). In this study, without any intervention on variables, the level of association between preschool children's digital game addiction tendencies and their resilience was examined. The purpose of the research is to determine how these two variables change together. For this reason, an experimental or causal design was not preferred; instead, a correlational survey model was selected as the most appropriate approach for identifying relationships between variables. Numerical data were collected through standardized scales, and statistical analyses were conducted to evaluate the relationships between variables.



Study Groups

The study group consists of parents residing in Istanbul who have children aged 3, 4, 5, and 6 years. Participants in the study group were selected using a convenience sampling method. Convenience sampling is described as forming a study group by starting with the participants who are easiest to reach (Büyüköztürk et al., 2014). This sampling method was preferred due to its advantages in ensuring quick accessibility to participants. The measurement tools used in the study were designed for the observation and evaluation of preschool children by their parents. Therefore, the children themselves were not directly included in the data collection process. Among the participants, 51.6% (n=219) were women, and 48.3% (n=205) were men.

Data Collection Tools

The study data were collected using a personal information form, the Social-Emotional Well-Being and Resilience Scale for Preschool Children, and the Digital Game Addiction Tendency Scale.

Demographic Information Form

The personal information form, prepared by the researchers, included questions about the participants' gender, parental education level, and perceived socioeconomic status.

Social-Emotional Well-Being and Resilience Scale for Preschool Children

The scale, developed by Mayr and Ulich (2006), was designed to measure the resilience levels of preschool children. The Turkish adaptation of the scale was conducted by Özbey (2019). The scale is based on the concepts of resilience, mental health, and school readiness. The scale uses a 5-point Likert format, ranging from "Never" (1) to "Always" (5). It consists of 36 items and 6 sub-dimensions. Example items include: [Item 4]: "*Explores new things independently*" and [Item 9]: "*Respects the needs, classes, and rights of other children.*" For the scale to be used within the scope of this study, its validity and reliability were analyzed. Confirmatory Factor Analysis (CFA) was conducted to test its construct validity. The results of the analysis indicated that the scale's model fit indices were within acceptable limits ($\chi^2/df=2.18$, RMSEA=.04, SRMR=.05, CFI=.94). The reliability of the scale for the current study was assessed, and the Cronbach's alpha internal consistency coefficient was calculated as .85.

Digital Game Addiction Tendency Scale

The scale, developed by Budak and Işıkoğlu (2022), was designed to assess the level of digital game addiction tendencies in preschool children. The scale is based on a 5-point Likert format, ranging from "Never" (1) to "Always" (5). It consists of 20 items, including the following examples: [Item 8]: "*Becomes upset when not allowed to play digital games*" and [Item 20]: "*Forgets responsibilities while playing digital games.*" For this study, the validity and reliability of the scale were analyzed. Confirmatory Factor Analysis (CFA) was conducted to test its construct validity. The analysis results indicated that the model fit indices of the scale were within acceptable limits ($\chi^2/df=2.71$, RMSEA=.05, SRMR=.06, CFI=.92). The reliability of the scale for the present study was evaluated, and the Cronbach's alpha internal consistency coefficient was calculated as .87.

Data Collection

Prior to data collection, the necessary permissions for the measurement tools used in the study were obtained from the scale developers. Ethical approval for this research was granted by the Ethics Committee for Social and Human Sciences Research at Maltepe University (15/11/2024 – 2024/21). Upon receiving approval, the data collection process commenced. The data were gathered through face-to-face interviews. Each participant was thoroughly informed about the purpose, scope, and data collection instruments of the research. It was explicitly emphasized that the collected data would be used solely for scientific purposes and would not be shared with any third parties. In this context, written informed consent was obtained from all participants. As a result, data were collected from a total of 424 participants. The data collection process with each participant took approximately 10–15 minutes. Throughout this process, the researchers adhered to principles of voluntariness and impartiality and ensured participant confidentiality by adopting a careful and respectful approach.

Data Analysis

Initially, 424 datasets were transferred to a computer environment. SPSS 27.0 and AMOS 24.0 software packages were used for data analysis. The datasets were checked for missing values, and an outlier analysis was conducted. Since no data fell outside the reference range, the analysis phase proceeded (Mertler & Vannatta, 2016). Reliability analyses of the measurement tools—Preschool Children's Social-Emotional Well-being and Resilience Scale and the Digital Game Addiction Tendency Scale—were conducted using Cronbach's alpha coefficient via SPSS 27.0. Validity analyses were carried out using Confirmatory Factor Analysis (CFA) through AMOS 24.0. The results indicated that the measurement tools used in this study were both valid and reliable. A normality test was performed on the dataset, and the results fell within acceptable ranges (Çokluk et al., 2014). Descriptive statistics were conducted for resilience and digital game addiction tendencies. To examine the relationship between preschool children's resilience and their digital game addiction tendencies, Pearson correlation analysis, a parametric test, was performed. Simple linear regression analysis was conducted to investigate the effect of digital game addiction tendencies on resilience. Before the regression analysis, assumptions such as normal distribution, absence of autocorrelation, and absence of multicollinearity were confirmed (Tabachnik & Fidel, 2013; Ullman, 2013).

Ethical Disclosure

Ethics Committee Approval: This research was conducted with the permission obtained by the Maltepe University Scientific Research and Publication Ethics Social and Human Sciences Board's decision dated 15/11/2024 and numbered 2024/21-06.

Findings

Descriptive statistics regarding the variables of resilience and digital game addiction have been conducted. The findings obtained are presented in Table 1.

Table 1. Descriptive Statistics for the Variables of Resilience and Digital Game Addiction

Variables	n	Min.	Max.	Ranj	$\bar{x}$	ss	Skewness	Kurtosis
Resilience	424	37.00	93.00	56.00	56.23	9.66	.560	.373
Digital Game Addiction	424	17.00	68.00	51.00	49.46	10.34	-.416	-.275

The means ($\bar{x}$) of the variables resilience and digital game addiction, as shown in Table 1, are as follows: resilience: 56.23 (SD=9.66) and digital game addiction: 49.46 (SD=10.34). Additionally, the skewness values range between -.416 and .560, while the kurtosis values range between -.275 and .373. The relationships between resilience and digital game addiction tendencies were analyzed. The findings are presented in Table 2.

Table 2. Correlation Values of Variables

Variables	Digital Game Addiction
Resilience	-.481**

** $p < .001$

When Table 2 is examined, it is determined that there is a significant negative relationship between the resilience of preschool children and their tendencies toward digital game addiction ($r = -0.481$, $p < 0.001$). Furthermore, based on the correlation coefficient, it is observed that the relationship between preschool children's resilience and digital game addiction is at a low level ($0.00 < r < 0.30$) (Büyüköztürk, 2014). To determine the extent to which preschool children's digital game addiction predicts their resilience, a simple linear regression analysis was conducted. The findings are presented in Table 3.

Table 3. Digital Game Addiction as a Predictor of Preschool Children's Resilience

Predictor Variable	B	SE	β	t	p
Constant	78.426	2.605	-	30.103	.000**
Digital Game Addiction	-.515	.046	-.481	-11.278	.000**
R=.481 R ² = .230 F=127.183 sd=1/422 p=.000 Durbin Watson= 2.010					

** $p < .001$

When Table 3 is examined, it is understood that the resilience of preschool children is statistically significantly predicted by their digital game addiction [$R = 0.481$, $R^2 = 0.230$, $F(1/422) = 127.183$, $p < 0.001$]. The level of digital game addiction explains 23% of the variability in preschool children's resilience levels. The established model indicates that the tendency toward digital game addiction has a moderate effect size on resilience ($R^2 = .230$) (Cohen, 1988). The results of the regression analysis demonstrate that digital game addiction significantly and negatively predicts the resilience of preschool children ($\beta = -0.481$, $t = -11.278$, $p < .001$). Based on this finding, it can be inferred that an increase in digital game addiction tendencies among preschool children is associated with a decrease in their level of resilience.

Discussion, Conclusion, and Recommendations

This research aimed to examine the role of tendencies toward digital game addiction in explaining the resilience of preschool children. As a result of the analyses, a significant negative relationship was first identified between resilience and digital game addiction. Thus, it was concluded that the H_1 hypothesis of the study was confirmed. According to this finding, as preschool children's digital game addiction increases, their level of resilience decreases. In a related study, it was found that children with low resilience spend more time on digital devices (Limone & Toto, 2021). Similarly, a study conducted by Yılmaz and Arslan (2024) determined that there is a significant negative relationship between the digital game addiction and resilience levels of preschool children. These findings support the results of the current research. It can be stated that children with high resilience show less dependency on digital games. This situation demonstrates that resilience supports children's healthy coping mechanisms. Furthermore, it can be suggested that children with high resilience are more likely to direct their attention to social relationships and productive activities rather than solely focusing on digital games.

The second finding of the study indicates that "the digital game addiction tendencies of preschool children significantly and negatively predict their resilience." This result supports the study's second hypothesis ("Digital game addiction tendencies of preschool children significantly and negatively predict their resilience") and reveals that digital game addiction has detrimental effects on resilience. The preschool period is a critical developmental stage during which children acquire fundamental social skills and learn to establish healthy communication with their environment (Özbey, 2012). During this period, children develop skills such as empathy, sharing, cooperation, and social interaction (Berk, 2013). Digital game addiction may negatively impact the development of social skills by limiting children's face-to-face interactions with their peers and can lead to various behavioral problems (Aslan & Topuz, 2025). Digital game addiction can negatively impact the development of these social skills by limiting children's face-to-face interactions with their peers. Excessive digital gaming may lead to children distancing themselves from social environments and experiencing social isolation (Strasburger et al., 2010). Moreover, resilience is closely associated with the presence of strong social bonds and supportive relationships (Masten & Coatsworth, 1998). In the study conducted by Bostan and Duru (2019), a significant positive relationship was found between resilience and social connectedness. Therefore, a weakening of social bonds may lead to a decline in children's levels of resilience. Additionally, an increase in digital gameplay duration has been associated with the emergence of negative social behaviors in children (Aslan et al., 2022). In their study, Tetik and Aktan (2020) found that high levels of digital game addiction were associated with a decrease in emotional intelligence. Based on these findings, it can be inferred that digital game addiction may hinder the development of children's social skills and emotional intelligence. Reduced face-to-face interactions may weaken children's ability to interpret

social cues and emotional expressions (Sigman, 2012). This situation may also lead to lower resilience in later stages of life. Studies examining the relationship between resilience and technology use across different samples are also present in the literature. For instance, in a study conducted by Akdağ (2025) with preschool teachers, a significant and positive relationship was found between a favorable attitude toward technology and resilience. This finding suggests that individuals' relationships with technology may play a determining role in their resilience. On the other hand, a study conducted by Aslan et al. (2025) with adolescents indicated that digital game addiction has detrimental effects on resilience. Similarly, in a study conducted by Özsavran and Kuzlu Ayyıldız (2024) with university students, a significant negative relationship was found between digital game addiction and resilience. This finding suggests that digital games may weaken resilience in different age groups in a similar manner. The findings of the present study also support this relationship by extending it to the preschool period. The results indicate that digital game addiction should be considered a clear risk factor for resilience in early childhood. In this context, regulating children's interactions with digital content and developing early intervention strategies are of great importance for safeguarding their resilience.

In the preschool period, it is crucial for children to recognize, express, and regulate their emotions (Saltali, 2013). Additionally, emotional regulation skills are critical for coping with stress and fostering healthy psychological development (Eisenberg et al., 2010). Excessive exposure to digital games can hinder children from acquiring these skills. For example, children may attempt to suppress their emotional distress through digital games, which could weaken their ability to cope with emotional challenges in real life (Gentile et al., 2012). This situation may also negatively affect the development of children's problem-solving and emotional expression skills. A lack of emotional regulation may lead to psychological problems such as behavioral issues, anxiety, and depression in later stages of life (Schäfer et al., 2017). In conclusion, a weakening of emotional self-regulation—one of the key determinants of resilience—may reduce individuals' capacity to cope with stress and negatively affect their mental health.

Parents' use of digital games as an "electronic babysitter" may have numerous adverse effects on children's developmental processes. Primarily, it may weaken the attachment between parents and children, which in turn, can negatively influence children's sense of emotional security and the development of their social skills. Secure attachment is essential for children to feel emotionally safe and to cope effectively with stress (Bowlby, 1988). Children who are excessively exposed to digital games spend less quality time with their parents, which may weaken their attachment bonds (Radesky et al., 2015). Parents allowing unlimited or uncontrolled use of digital games may lead to inconsistencies in discipline and boundary-setting. This situation may hinder the development of children's self-control and sense of responsibility (Sanders, 2012). It is an important indicator that the tendency to play digital games poses additional risk factors for resilience. Digital game addiction may reduce children's participation in physical play and activities that develop motor skills. In the preschool period, physical activity is important not only for fine and gross motor skills but also for cognitive development (Piek et al., 2008). Physical play supports children's creativity, problem-solving, and attention skills (Ginsburg, 2007). The tendency to engage in digital gaming may cause children to miss out on these critical developmental opportunities. This situation could lead to learning difficulties, attention deficits, and academic failures in later stages (Pagani et al., 2010). Delays in motor and cognitive development can negatively affect children's resilience, as these skills support their sense of self-confidence and self-efficacy (Bandura, 1997). These findings suggest that tendencies toward digital game addiction generate multilayered effects not only on an individual level but also across environmental and developmental domains. Particularly during early childhood, failing to maintain such interactions within healthy boundaries may pose long-term risks to children's emotional, social, and cognitive development. Therefore, strategies such as parental supervision, careful selection of digital content, and guidance toward physical activities should be considered fundamental pillars in supporting children's resilience.

Based on all these points, various recommendations can be made for researchers and professionals working with preschool children. Firstly, conducting qualitative and mixed-method research to better understand the effects of digital game addiction on children is of great importance. These studies could specifically examine how the duration of exposure to digital games, the type of content, and the frequency of use influence children's development. Additionally, designing programs to help families improve their ability to manage their children's use of digital games could fill a significant gap in the research field. Parental education

programs could focus on increasing quality time spent with children, establishing healthy boundaries, and promoting alternative activities. Such programs could strengthen the parent-child bond and have an indirect positive effect on resilience. Field professionals can play a key role in implementing these programs by offering guidance to limit children's time spent on digital games and ensuring their access to age-appropriate content.

Interventions targeting educational settings represent another important research area. In preschool education institutions, game-based approaches that enhance children's social interactions and support physical activities could be developed. Integrating content into curricula that aims to prevent digital game addiction may contribute to the development of children's social skills and emotional regulation abilities. Furthermore, educators could raise awareness about digital game addiction in classroom settings and organize activities that foster children's social, emotional, and motor skills. For example, group activities requiring collaboration, games that improve problem-solving skills, and events that encourage physical activity can enhance both children's social bonds and self-confidence. Finally, regulatory policies addressing the impact of digital games on child development could provide the necessary framework for a safe and healthy digital gaming experience. These recommendations offer a comprehensive roadmap for preventing digital game addiction and enhancing children's resilience.

Nevertheless, this study has certain limitations. The research was conducted only with parents of preschool children residing in Istanbul, which may restrict the generalizability of the findings to different socio-cultural contexts. Additionally, relying solely on parental self-reports may introduce bias in measurement. Since the study was conducted using a correlational model, it does not allow for the identification of causal relationships between variables. In light of these limitations, future research should include participants from diverse regions and cultural backgrounds and incorporate observations from both teachers and children. Longitudinal designs, experimental approaches, and applied programs could provide stronger evidence regarding the impact of digital game addiction on children's resilience. Furthermore, policies and regulations aimed at managing children's digital experiences should be supported by comprehensive research in order to establish a framework for healthy digital development.

Okul Öncesi Dönemi Çocuklarının Psikolojik Sağlamlıklarının Açıklanmasında Dijital Oyun Bağımlılığı Eğilimlerinin Rolü

Olcan Aslan¹  İrem Topuz² 

Makale Bilgisi

Özet

Anahtar Kelime

Dijital Oyun Bağımlılığı,
Psikolojik Dayanıklılık,
Okul Öncesi Çocuklar

Yükleme: 05.01.2025

Kabul: 13.05.2025

Yayın: 30.06.2025

Araştırma Makalesi

[DOI: 10.17984/adyuebd.1613749](https://doi.org/10.17984/adyuebd.1613749)

Bu çalışmanın amacı, okul öncesi yaştaki çocukların dijital oyun bağımlılığı eğilimleri ile psikolojik sağlamlıkları arasındaki ilişkiyi incelemektir. Araştırmaya, İstanbul'da ikamet eden, okul öncesi çocukların 424 ebeveyni (219'u kadın, %51,6; 205'i erkek, %48,3) katılmıştır. Veriler, okul öncesi çocuklar için sosyal-duygusal refah ve psikolojik dayanıklılık ölçeği ile dijital oyun bağımlılığı eğilim ölçeği kullanılarak toplanmıştır. Verilerin analizi için tanımlayıcı istatistikler, Pearson Korelasyon Analizi ve Basit Doğrusal Regresyon Analizi uygulanmıştır. Bulgular, dijital oyun bağımlılığı ile psikolojik sağlamlık arasında anlamlı ve negatif bir ilişki olduğunu göstermektedir. Dijital oyun bağımlılığı, psikolojik sağlamlığın %23'ünü açıklamaktadır. Ayrıca, dijital oyun bağımlılığı, psikolojik sağlamlığın anlamlı negatif bir yordayıcısıdır. Sonuçlar mevcut literatür ışığında yorumlanmış ve sağlıklı çocuk gelişimini desteklemek ve dijital oyun bağımlılığı ile ilişkili riskleri azaltmak için öneriler sunulmuştur.

Giriş

Psikolojik Sağlamlık

Okul öncesi dönem, bireyin tüm yaşamını şekillendiren temel gelişim süreçlerinin yaşandığı, aynı zamanda zorluklarla baş etme becerilerinin temellerinin atıldığı kritik bir evredir (Yorgun & Sak, 2021). Bu dönemde karşılaşılan stresli ya da travmatik olaylar, çocuğun ruh sağlığı üzerinde derin etkiler yaratabilirken bazı çocukların bu tür zorluklar karşısında esneklik göstererek duygusal dengelerini koruyabildiği ve yaşamlarında başarıya ulaşabildiği görülmektedir. Bu durum, "psikolojik sağlamlık" kavramının çocuk gelişimindeki önemini ortaya koymaktadır. Ayrıca, psikolojik sağlamlık kavramına ilişkin bulguların çoğunluğunun erken çocukluk döneminde gerçekleşmesi de bu durumu desteklemektedir (Condly, 2006).

Psikolojik sağlamlık kavramı, bir nesnenin esnekliğini ve orijinal haline kolayca dönebilme özelliğini ifade eden Latince "resiliens" kelimesinden türetilmiştir (Greene, 2002). Psikolojik sağlamlık, bireyin travmatik deneyimlere karşı geliştirdiği uyum yeteneği olarak tanımlanmaktadır (Luthar, 2005). Yapılan başka bir tanımda ise stres yaratan olaylar ve travmalar karşısında esneklik göstererek uyum sağlayabilme olarak açıklanmaktadır (Newmann, 2005). Yapılan tanımlardan yola çıkılarak psikolojik sağlamlık kavramının üç etmenden oluştuğu anlaşılmaktadır. İlk etmen, bireylerin hızlı bir şekilde adapte olabilme özellikleri, ikinci

Sorumlu Yazar¹: Olcan Aslan, , Bursa Uludağ Üniversitesi, Türkiye, olcanaslan95@gmail.com

Yazar²: İrem Topuz, Maltepe Üniversitesi, Türkiye, iremtopuz@maltepe.edu.tr

Aslan, O. & Topuz, İ. (2025). The role of digital game addiction tendencies in explaining preschool children's resilience. *Adiyaman Univesity Journal of Educational Sciences*, 15(1), 139-158.

etmen, olumsuz sonuçlarla ilişkili olan risk faktörleri ve son olarak üçüncü etmen ise bireylerin kendilerini iyi hissetmelerine yardımcı olan koruyucu faktörlerdir (Gizir, 2007).

Koruyucu faktörler bireyin ya da grubun gelecekte olumsuz sonuçlarla karşılaşma ihtimalini düşüren unsurlar olarak ifade edilmektedir (Masten & Reed, 2002). Anne-baba ile yaşamak, güçlü arkadaşlık ilişkileri, duygusal bağ kurmak, destekleyici bir çevreye sahip olmak gibi durumlar koruyucu faktörler olarak nitelendirilmektedir (Özcan, 2005; Eminağaoğlu, 2006; Hoşoğlu vd. 2018). Benzer şekilde, Buchanan (2014), erken çocuklukta psikolojik sağlamlığı destekleyen en temel unsurun sıcak ve duyarlı ebeveyn bakımı olduğunu belirtmektedir. Bu dönemde yetersiz sosyal etkileşim ve bakım, yüksek stres düzeyiyle birlikte nörolojik ve duygusal gelişimi olumsuz etkileyebilir. Bethell ve arkadaşları (2019) da çocukluk istismar geçmişi olan bireylerde psikolojik sağlamlığın; bireysel, ailesel ve toplumsal düzeylerdeki koruyucu faktörlerle güçlendiğini belirtmektedir. Bu koruyucu yapıların, çocukların psikolojik iyi oluşunu artırdığı ifade edilebilir. Risk faktörleri ise bireyin ya da grubun gelecekte istenmeyen ya da olumsuz sonuçlarla karşılaşma ihtimalini arttıran unsurlar olarak tanımlanmaktadır (Masten & Reed, 2002). Dolayısıyla psikolojik sağlamlık, stresli olaylardan yani riskten tamamen uzak durmak yerine, riskli durumlarla karşılaşıldığında baş edebilme becerisi olarak tanımlanabilir. Özellikle çocukluk döneminde yoksulluğa, istismara ya da farklı stresörlere maruz kalan çocukların büyük bir kısmının psikolojik sağlamlık düzeylerinin yüksek olduğu belirtilmiştir (Scudder & Sullivan, 2008). Alanyazın incelendiğinde ebeveyn yokluğu, çocuk istismarı ve ihmali, düşük sosyoekonomik düzey ve göç gibi durumların risk faktörleri olarak belirtildiği görülmüştür (Özcan, 2005; Eminağaoğlu, 2006; Hoşoğlu vd. 2018). Chongwo ve arkadaşları (2025) tarafından gerçekleştirilen çalışmada, çocukların psikolojik sağlamlıklarını tehdit eden temel risk etkenleri olarak yetersiz bakım, düşük ebeveyn okuryazarlığı, zihinsel sağlık sorunları, aile içi şiddet ve iklim temelli zorluklar belirtilmiştir. Mattelin ve arkadaşlarının (2024) sistematik derlemesinde ise ebeveynin ruh sağlığı sorunları ve ebeveynin geçmişte yaşadığı olumsuz deneyimlerin çocukların psikolojik sağlamlığı açısından önemli risk faktörleri olduğu belirtilmiştir.

Dijital Oyun Bağımlılığı

Günümüzde dijitalleşmenin etkisiyle çocukların hayatında giderek daha fazla yer edinen dijital oyunlar psikolojik sağlamlık için önemli bir risk faktörü haline gelmiştir (Aslan vd., 2025). Dijital oyunlar, eğlence, öğrenme ve sosyalleşme gibi olumlu katkılar sağlasa da aşırı ve kontrolsüz kullanımı bağımlılık riskini arttırarak bireyin koruyucu faktörlerden tam anlamıyla yararlanmasını engelleyebilir. Bu durum, çocukların sağlıklı gelişim ve dayanıklılık süreçlerinde ciddi bir engel teşkil etmektedir. Bu nedenle, okul öncesi dönemdeki çocukların psikolojik sağlamlıklarını açıklamada dijital oyun bağımlılığının rolü önemli bir faktör olarak değerlendirilmektedir (Yılmaz & Arslan, 2024).

Dijital oyun bağımlılığı, DSM-5'te internet oyun oynama bozukluğu kapsamında değerlendirilmiş ve bireyin video veya bilgisayar oyunlarını aşırı ve kontrolsüz şekilde oynadığı, bu durumun ise duygusal ve sosyal sorunlara neden olduğu ifade edilmiştir (Köroğlu, 2013; Lemmens vd., 2009). Yapılan bir başka tanıma göre, dijital oyun bağımlılığı; bireyin dijital oyun oynama alışkanlığını uzun süre kesintiye uğratamaması, bu etkinliği gündelik yaşamla uyumlu hâle getirmekte zorlanması, oyun nedeniyle sorumluluklarını ihmal etmesi ve dijital oyunları diğer faaliyetlerin önüne koyması şeklinde tanımlanmaktadır (Arslan vd., 2015). Şehirleşmenin hızlanması ve oyun alanlarının azalmasıyla birlikte, bireylerin günde 8-10 saat, haftada ise en az 30 saat oyun oynadığı ve bu durumun zamanla psikolojik sağlamlık üzerinde önemli bir risk faktörü haline geldiği belirtilmiştir (Gentile, 2009). Özellikle okul öncesi dönemde, bu bağımlılık eğiliminin, çocukların sosyal etkileşimlerini ve bilişsel gelişimlerini olumsuz etkilediği belirtilmektedir (Semiz, 2024). Dijital oyun bağımlılığı olan çocukların, gerçek dünyadan uzaklaşarak dijital oyunlara yöneldikleri ve bu ortamı çevresel baskılardan kaçışın bir yolu olarak kullandıkları belirtilmektedir (Bağcı-Çetin, 2024). Bununla birlikte, dijital oyunların yalnızca sosyal ilişkiler üzerinde değil, çocukların ruhsal ve fiziksel sağlığı üzerinde de olumsuz etkiler yaratabileceği vurgulanmaktadır. Dijital oyun oynamanın çocuklarda kaygı, öfke eğilimi ve depresif ruh hâli gibi psikolojik sıkıntıların yanı sıra; göz yorgunluğu, kas-iskelet ağrıları ve uyku kalitesinde düşüş gibi çeşitli fiziksel sağlık sorunlarıyla ilişkili olabileceği belirtilmiştir (Mustafaoğlu & Yasacı, 2018). Tüm bu bulgular doğrultusunda, dijital oyun bağımlılığı, okul öncesi çocukların yalnızca sosyal ve bilişsel gelişimlerini değil, aynı zamanda ruhsal ve fiziksel sağlıklarını da tehdit eden çok boyutlu bir risk alanı olarak ele alınmalıdır.

Dijital Oyun Bağımlılığı ile Psikolojik Sağlamlık Arasındaki İlişki

Alanyazın incelendiğinde dijital oyun bağımlılığının davranış bozuklukları (Lissak, 2018), depresyon (Peng & Liu, 2010), psikolojik ihtiyaçlar (Dursun ve Çapan, 2008), düşük sosyal beceri (Hosokawa & Katsura, 2018) sosyal anksiyete (Başdaş & Özbey, 2020), öz düzenleme zorluğu (Radesky vd., 2014) ve yalnızlık (Ekinci vd., 2019) gibi psikolojik faktörler ile ilişkili olduğu bulunmuştur. Bağatarhan (2023) tarafından gerçekleştirilen çalışmada, okul öncesi dönemde dijital oyun bağımlılık eğiliminin artmasıyla birlikte problemli davranışların, dışa yönelim, içe yönelim, antisosyal ve benmerkezci davranış problemlerinin de arttığı tespit edilmiştir. Araştırma, bu dönemde problemli davranışların önlenmesi için dijital oyunların içeriği ve oynama süresi konusunda ebeveyn rehberliğinin kritik bir öneme sahip olduğunu vurgulamaktadır. Okul öncesi dönem çocuklarının psikolojik sağlamlıkları, iyi oluşları ve dijital oyun bağımlılıkları arasındaki ilişkiyi inceleyen bir çalışmada psikolojik sağlamlık ve iyi oluş düzeyleri arttıkça dijital oyun bağımlılığı düzeylerinin azaldığı sonucuna ulaşılmıştır (Yılmaz & Arslan, 2024). Buradan yola çıkılarak psikolojik sağlamlığı ve iyi oluşu yüksek olan çocukların dijital oyunlara bağımlı olma eğiliminden uzak durarak daha sağlıklı sosyal ilişkiler geliştirebileceği ve davranış problemlerinin görülme sıklığının da azabileceği söylenebilir. Gerçekleştirilen bir başka çalışmada ise 4-6 yaş çocuklarının dijital oyun bağımlılıkları incelenmiş ve çocuğun gelişimine uygun içeriklere sahip dijital araçların bilinçli bir şekilde yönetilen sürelerle olumlu etkiler sağlayabileceği, aksine yanlış ve bilinçsiz kullanımın olumsuz sonuçlara yol açabileceği sonucuna ulaşılmıştır (Bağcı-Çetin, 2024).

Günümüzde okul öncesi çocukların teknolojiye erken yaşta maruz kalması, sadece bilişsel değil duygusal ve sosyal gelişimleri açısından da yeni risk alanları ortaya çıkarmaktadır (Ergüney, 2017). Dijital oyun bağımlılığı eğilimlerinin bu yaş grubunda psikolojik sağlamlık gibi temel gelişimsel becerilerle nasıl etkileşim içinde olduğu yeterince araştırılmamıştır. Dahası, okul öncesi döneme dair çalışmalar daha çok ebeveyn tutumları ya da genel medya kullanımına odaklanırken, çocukların bağımlılık eğilimleri düzeyindeki oyun etkileşimi ve çocukların içsel dayanıklılığı arasındaki ilişki sistematik olarak ele alınmamıştır. Bu araştırma, bu boşluğu doldurarak erken müdahale ve önleyici stratejiler açısından özgün bir katkı sağlamayı hedeflemektedir. Tüm bu bulgulardan yola çıkılarak okul öncesi dönemde dijital oyun bağımlılığı, çocukların bilişsel, sosyal ve duygusal gelişimleri üzerinde kritik bir etkiye sahip olduğu görülmüştür. Bütün bu açıklananlar doğrultusunda bu çalışmanın amacı: Okul öncesi dönemi çocuklarının psikolojik sağlamlıklarının açıklanmasında dijital oyun bağımlılığı eğilimlerinin rolünün olup olmadığının belirlenmesidir. Bu amaç doğrultusunda çalışmanın hipotezleri aşağıda sunulmuştur.

H₁ = Okul öncesi dönemi çocuklarının psikolojik sağlamlıkları ile dijital oyun bağımlılığı eğilimleri arasında anlamlı bir ilişki vardır.

H₂ = Okul öncesi dönemi çocuklarının dijital oyun bağımlılığı eğilimleri psikolojik sağlamlıklarını negatif yönde anlamlı şekilde yordar.

Yöntem

Araştırma Modeli

Bu araştırmanın amacı okul öncesi dönem çocuklarının dijital oyun bağımlılık eğilimleri ile psikolojik sağlamlıkları arasındaki ilişkinin incelenmesidir. Yapılan bu araştırma nicel araştırmaya dayalı ilişkisel tarama modeli çerçevesinde gerçekleştirilmiştir. İlişkisel model, iki ya da daha fazla sayıda değişken arasındaki ilişkilerin açığa çıkarılmasını amaçlayan araştırma modelidir (Karasar, 2012). Bu çalışmada, herhangi bir değişkene müdahale edilmeden, okul öncesi çocukların dijital oyun bağımlılığı eğilimleri ile psikolojik sağlamlıkları arasındaki ilişki düzeyi incelenmek istenmiştir. Araştırmanın amacı, bu iki değişkenin birlikte nasıl değiştiğini belirlemeye yöneliktir. Bu nedenle deneysel ya da nedensel değil, ilişkisel tarama modeli tercih edilmiştir. Çünkü bu model, değişkenler arasındaki korelasyonları ortaya koymaya en uygun yöntemdir. Ölçekler aracılığıyla sayısal veri toplanmış ve bu veriler üzerinden değişkenler arasındaki istatistiksel ilişki analiz edilmiştir.

Çalışma Grubu

Araştırmada yer alan çalışma grubunu, İstanbul'da ikamet etmekte olan 3, 4, 5 ve 6 yaşında çocuğu olan ebeveynler oluşturmaktadır. Araştırmanın çalışma grubunu uygun örnekleme yöntemi ile belirlenen kişiler

oluşturmaktadır. Uygun örnekleme yöntemi, ulaşılması en kolay katılımcılardan başlanarak çalışma grubunun oluşturulması olarak açıklanmaktadır (Büyüköztürk vd., 2014). Katılımcılara hızlı erişebilirlik açısından avantaj sağlamasından dolayı bu örnekleme yöntemi tercih edilmiştir. Araştırmada veri toplama araçları olarak kullanılacak ölçekler okul öncesi dönemi çocuğu olan ebeveynlerin gözlem ve değerlendirmesine yöneliktir. Bu sebeple çocuklar veri toplama sürecine dahil edilmemiştir. Mevcut araştırma katılımcılarının %51,6'sı (n=219) kadın, %48,3' ü (n=205) ise erkektir.

Veri Toplama Araçları

Çalışma verileri, Okul Öncesi Çocuklar İçin Sosyal Duygusal İyi Oluş ve Psikolojik Sağlık Ölçeği ve Dijital Oyun Bağımlılığı Eğilimi Ölçeği ile toplanmıştır.

Okul Öncesi Çocuklar İçin Sosyal Duygusal İyi Oluş ve Psikolojik Sağlık Ölçeği

Mayr ve Ulich (2006) tarafından geliştirilen ölçek, okul öncesi çocukların psikolojik sağlık düzeylerini ölçmek amacıyla geliştirilmiştir. Ölçek temelde psikolojik sağlık, ruh sağlığı ve okula hazırbulunuşluk kavramlarına dayanmaktadır. Ölçeğin Türkçe'ye uyarlama çalışması Özbey (2019) tarafından yapılmıştır. Ölçek, asla 1'den her zaman için 5'e kadar değişen beşli likert formatındadır. Ölçek 36 madde ve 6 alt boyuttan oluşmaktadır. [Madde 4]: *"Bağımsız olarak yeni şeyler keşfeder."* [Madde 9]: *"Diğer çocukların ihtiyaçlarına, sınıflarına ve haklarına saygılıdır."* Ölçeğin bu çalışma kapsamında kullanılabilmesi için öncelikle ölçeğin geçerlik ve güvenirlik testleri analiz edilmiştir. Yapı geçerliliğini test etmek amacıyla Doğrulamalı Faktör Analizi (DFA) uygulanmıştır. Analiz sonuçları, ölçeğin model veri uyumunun kabul edilebilir sınırlar içerisinde olduğunu ortaya koymuştur ($\chi^2/df=2.18$, RMSEA=.04, SRMR=.05, CFI=.94). Ölçeğin mevcut çalışma için güvenilirliği değerlendirilmiş ve Cronbach alfa iç tutarlılık katsayısı .85 olarak hesaplanmıştır.

Dijital Oyun Bağımlılığı Eğilimi Ölçeği

Budak ve Işıkoğlu (2022) tarafından geliştirilen ölçek, okul öncesi dönem çocuklarının dijital oyun bağımlılık eğilimlerinin ne düzeyde olduğunu değerlendirmek amacıyla geliştirilmiştir. Ölçek, hiçbir zaman 1'den her zaman 5'e kadar değişen beşli likert formatındadır. Ölçek 20 maddeden oluşmaktadır. [Madde 8]: *"Dijital oyun oynamasına izin verilmediği zamanlarda tepkili olur."* [Madde 20]: *"Dijital oyun oynarken yapması gerekenleri unuttur."* Ölçeğin bu çalışma kapsamında kullanılabilmesi için öncelikle ölçeğin geçerlik ve güvenirlik testleri analiz edilmiştir. Yapı geçerliliğini test etmek amacıyla Doğrulamalı Faktör Analizi (DFA) uygulanmıştır. Analiz sonuçları, ölçeğin model veri uyumunun kabul edilebilir sınırlar içerisinde olduğunu ortaya koymuştur ($\chi^2/df=2.71$, RMSEA=.05, SRMR=.06, CFI=.92). Ölçeğin mevcut çalışma için güvenilirliği değerlendirilmiş ve Cronbach alfa iç tutarlılık katsayısı .87 olarak hesaplanmıştır.

Verilerin Toplanması

Araştırmada kullanılan ölçme araçları için öncelikle ölçek sahiplerinden gerekli onaylar alınmıştır. Etik kuruldan izin alındıktan sonra veri toplama sürecine geçilmiştir. Veriler, yüz yüze gerçekleştirilen görüşmeler aracılığıyla elde edilmiştir. Her bir katılımcıya araştırmanın amacı, kapsamı ve kullanılacak veri toplama araçları hakkında detaylı bilgi sunulmuş; verilerin yalnızca bilimsel amaçlarla kullanılacağı ve hiçbir şekilde üçüncü kişilerle paylaşılmayacağı özellikle vurgulanmıştır. Bu kapsamda, her katılımcının bilgilendirilmiş onamı yazılı olarak alınmıştır. Bu süreç sonunda toplamda 424 katılımcıya ulaşılmış olup her bir katılımcıdan veri toplama işlemi yaklaşık 10-15 dakika sürmüştür. Araştırmacılar, veri toplama sürecinde tarafsızlık ve gönüllülük esaslarını gözetmiş, katılımcıların mahremiyetini koruyacak şekilde dikkatli bir tutum sergilemiştir.

Veri Analizi

İlk olarak 424 veri bilgisayar ortamına aktarılmıştır. Veri analizi için SPSS 27.0 ve AMOS 24.0 paket programları kullanılmıştır. Veri setinde kayıp değer olup olmadığı saptanmıştır. Sonrasında uç değer analizi yapılmıştır. Referans aralığı dışında bir veri bulunmadığından dolayı veri analiz aşamasına geçilmiştir (Mertler & Vannatta, 2016). Çalışmanın veri toplama araçlarını oluşturan Okul Öncesi Çocuklar İçin Sosyal Duygusal İyi Oluş ve Psikolojik Sağlık Ölçeği ve Dijital Bağımlılık Eğilimi Ölçeği'nin güvenirlik analizleri SPSS 27.0 programı ile Cronbach alfa iç tutarlılık katsayısı hesaplanarak, geçerlik analizleri ise AMOS 24.0 programı ile Doğrulamalı Faktör Analizi kullanılarak gerçekleştirilmiştir. Analiz sonuçları çalışmanın veri toplama araçlarının geçerli ve

güvenilir olduğunu göstermektedir. Veri setine öncelikle normallik testi yapılmıştır ve analiz sonuçlarının kabul edilen aralıkta olduğu anlaşılmıştır (Çokluk vd. 2014). Psikolojik sağlamlık ve dijital oyun bağımlılığı eğilimi ile ilgili betimsel istatistikler gerçekleştirilmiştir. Okul öncesi dönemi çocuklarının psikolojik sağlamlıkları ile dijital oyun bağımlılık eğilimleri arasındaki ilişkiyi inceleyebilmek için parametrik testlerden olan Pearson Korelasyon analizi yapılmıştır. Dijital oyun bağımlılığı eğiliminin psikolojik sağlamlık üzerindeki etkisinin incelenmesi amacıyla Basit Doğrusal Regresyon analizi yapılmıştır. Regresyon analizi öncesinde verilerin normal dağılım aralığında olması, otokorelasyon olmaması ve çoklu bağlantılılık probleminin olmaması varsayımlarının karşılandığı doğrulanmıştır (Tabachnik & Fidel, 2013; Ullman, 2013).

Etik Bildirim

Etik Kurul İzin Bilgisi: Bu araştırma, Maltepe Üniversitesi Bilimsel Araştırma ve Yayın Etiği Sosyal ve Beşeri Bilimler kurulunun 15/11/2024 tarihli 2024/21-06 sayılı kararı ile alınan izinle yürütülmüştür.

Bulgular

Psikolojik sağlamlık ve dijital oyun bağımlılığı değişkenleriyle ilgili betimsel istatistikler gerçekleştirilmiştir. Ortaya çıkan bulgular Tablo 1’de gösterilmiştir.

Tablo 1. Psikolojik Sağlamlık ve Dijital Oyun Bağımlılığı Değişkenlerine İlişkin Betimsel İstatistikleri

Değişkenler	n	Min.	Max.	Ranj	$\bar{x}$	ss	Çarpıklık	Basıklık
Psikolojik Sağlamlık	424	37.00	93.00	56.00	56.23	9.66	.560	.373
Dijital Oyun Bağımlılığı	424	17.00	68.00	51.00	49.46	10.34	-.416	-.275

Tablo 1’ e bakıldığında psikolojik sağlamlık ve dijital oyun bağımlılığı değişkenlerinin ortalamalarının ($\bar{x}$) şu şekilde olduğu görülmektedir: psikolojik sağlamlık 56.23 ($ss=9.66$) ve dijital oyun bağımlılığı 49.46 ($ss=10.34$). Ayrıca, çarpıklık değerlerinin -.416 ile .560 arasında; basıklık değerlerinin ise -.275 ile .373 arasında değiştiği görülmektedir. Psikolojik sağlamlık ve dijital oyun bağımlılığı eğilimi arasındaki ilişkiler analiz edilmiştir. Elde edilen bulgular Tablo 2’ de gösterilmiştir.

Tablo 2. Değişkenlerin Korelasyon Değerleri

Değişkenler	Dijital Oyun Bağımlılığı
Psikolojik Sağlamlık	-.481**

** $p < .001$

Tablo 2 incelendiğinde okul öncesi dönemi çocuklarının psikolojik sağlamlıkları ile dijital oyun bağımlılığı eğilimleri arasında negatif yönlü anlamlı bir ilişkinin olduğu saptanmıştır ($r = -.481$, $p < .001$). Ayrıca, korelasyon katsayısı incelendiğinde okul öncesi dönemi çocuklarının psikolojik sağlamlıkları ile dijital oyun bağımlılığı arasında düşük düzeyde ($.00 < r < .30$) bir ilişkinin olduğu görülmektedir (Büyüköztürk, 2014). Okul öncesi dönemi çocuklarının dijital oyun bağımlılıklarının psikolojik sağlamlıklarının ne ölçüde yordadığını saptamak amacıyla basit doğrusal regresyon analizi gerçekleştirilmiştir. Ulaşılan bulgular Tablo 3’te sunulmuştur.

Tablo 3. Okul Öncesi Dönemi Çocuklarının Psikolojik Sağlamlıklarının Yordayıcısı Olarak Dijital Oyun Bağımlılıkları

Yordayıcı Değişken	B	SE	β	t	p
Sabit	78.426	2.605	-	30.103	.000**
Dijital Oyun Bağımlılığı	-.515	.046	-.481	-11.278	.000**
R=.481 R ² = .230 F=127.183 sd=1/422 p=.000 Durbin Watson= 2.010					

** $p < .001$

Tablo 3 incelendiğinde okul öncesi dönemi çocuklarının psikolojik sağlamlıklarının dijital oyun bağımlılıkları tarafından istatistiksel olarak anlamlı şekilde yordandığı anlaşılmaktadır [$R=.481$, $R^2=.230$, $F(1/422) = 127.183$, $p<.001$]. Dijital oyun bağımlılık düzeyi, okul öncesi dönemi çocuklarının psikolojik sağlamlık düzeylerindeki değişkenliğin %23'ünü açıklamaktadır. Oluşturulan modelde dijital oyun bağımlılığı eğiliminin psikolojik sağlamlık üzerinde orta düzeyde bir etki büyüklüğüne ($R^2 = .230$) sahip olduğu görülmektedir (Cohen, 1988). Regresyon analizinin sonuçları, dijital oyun bağımlılığının okul öncesi çocukların psikolojik sağlamlıklarını negatif yönde ve anlamlı şekilde yordadığını göstermektedir ($\beta = -0.481$, $t = -11.278$, $p < .001$). Buradan hareketle, okul öncesi dönemi çocuklarının dijital oyun bağımlılıklarının artış göstermesiyle psikolojik sağlamlık düzeylerinin azaldığı ifade edilebilir.

Tartışma, Sonuç ve Öneriler

Bu araştırma ile okul öncesi dönemi çocuklarının psikolojik sağlamlıklarının açıklanmasında dijital oyun bağımlılığı eğilimlerinin rolünün incelenmesi amaçlanmıştır. Yapılan analizler sonucunda ilk olarak psikolojik sağlamlık ile dijital oyun bağımlılığı arasında negatif yönlü anlamlı bir ilişki bulunmuştur. Böylelikle araştırmanın H_1 hipotezinin doğrulandığı sonucuna ulaşılmıştır. Bu sonuca göre okul öncesi dönemi çocuklarının dijital oyun bağımlılıklarının arttıkça psikolojik sağlamlık düzeylerinin azaldığı anlaşılmaktadır. Gerçekleştirilen bir çalışmada düşük psikolojik sağlamlık düzeyine sahip çocukların dijital cihazlarla vakit geçirme süresinin arttığı sonucuna ulaşılmıştır (Limone & Toto, 2021). Yılmaz ve Arslan (2024) tarafından gerçekleştirilen çalışmada ise okul öncesi dönemi çocuklarının dijital oyun bağımlılıkları ile psikolojik sağlamlık düzeylerinin negatif yönlü anlamlı bir ilişkiye sahip olduğu saptanmıştır. Bu bulgular araştırmanın sonuçlarını destekler niteliktedir. Psikolojik sağlamlık düzeyi yüksek olan çocukların dijital oyunlara daha az bağımlılık gösterdiği söylenebilir. Bu durum, psikolojik sağlamlığın çocukların sağlıklı baş etme mekanizmalarını desteklediğini göstermektedir. Ayrıca, psikolojik sağlamlığı yüksek olan çocukların dikkatlerini sadece dijital oyunlara yöneltmek yerine sosyal ilişkilere ve verimli aktivitelere yönlendirebileceği söylenebilir.

Araştırmanın ikinci bulgusu, "Okul öncesi dönemi çocuklarının dijital oyun bağımlılığı eğilimlerinin psikolojik sağlamlıklarını negatif yönde anlamlı şekilde yordadığı" yönündedir. Bu sonuç, çalışmanın H_2 hipotezini ("Okul öncesi dönemi çocuklarının dijital oyun bağımlılığı eğilimleri psikolojik sağlamlıklarını negatif yönde anlamlı şekilde yordar.") desteklemekte ve dijital oyun bağımlılığının psikolojik sağlamlık üzerinde olumsuz etkiler oluşturduğunu ortaya koymaktadır. Okul öncesi dönem, çocukların temel sosyal becerileri edindikleri ve çevreleriyle sağlıklı iletişim kurmayı öğrendikleri kritik bir gelişim evresidir (Özbey, 2012). Bu dönemde çocuklar, empati, paylaşma, iş birliği ve sosyal etkileşim gibi becerileri kazanmaktadırlar (Berk, 2013). Dijital oyun bağımlılığı, çocukların akranlarıyla yüz yüze etkileşimlerini sınırlandırarak sosyal becerilerin gelişimini olumsuz etkiler ve çeşitli problem davranışlara neden olabilir (Aslan & Topuz, 2025). Aşırı dijital oyun oynama, çocukların sosyal ortamlardan uzaklaşmasına ve sosyal izolasyona yol açabilir (Strasburger vd., 2010). Bununla birlikte psikolojik sağlamlık ise güçlü sosyal bağların ve destekleyici ilişkilerin varlığıyla yakından ilişkilidir (Masten & Coatsworth, 1998). Bostan ve Duru (2019) tarafından gerçekleştirilen çalışmada psikolojik sağlamlık ile sosyal bağlılık arasında pozitif yönlü anlamlı bir ilişki bulunmuştur. Dolayısıyla, sosyal bağların zayıflaması, çocukların psikolojik sağlamlık düzeylerinin düşmesine neden olabilir. Ek olarak, dijital oyun oynama süresinin artış göstermesi çocuklarda olumsuz sosyal davranışlar çıkmasına sebep olabilmektedir (Aslan vd., 2022). Tetik ve Aktan (2020) gerçekleştirdikleri çalışmada, yüksek dijital oyun bağımlılığı düzeyinin duygusal zekayı düzeyini düşürdüğü sonucuna ulaşılmıştır. Bunlardan yola çıkılarak dijital oyun bağımlılığının, çocukların sosyal becerilerinin ve duygusal zekâlarının gelişimini engelleyebileceği söylenebilir (Aslan & Topuz, 2025). Yüz yüze etkileşimlerin azalması, çocukların sosyal ipuçlarını ve duygusal ifadeleri anlamlandırma yeteneklerini zayıflatır (Sigman, 2012). Bu durum, ilerleyen yaşlarda da düşük psikolojik sağlamlığa yol açabilir. Psikolojik sağlamlık ile teknoloji kullanımı arasındaki ilişkiyi farklı örneklerle inceleyen çalışmalar da literatürde yer almaktadır. Örneğin Akdağ'ın (2025) okul öncesi öğretmenleriyle yaptığı çalışmada, teknolojiye yönelik olumlu tutum ile psikolojik sağlamlık arasında anlamlı ve pozitif bir ilişki saptanmıştır. Bu sonuç, bireylerin teknolojiyle kurdukları ilişkinin psikolojik sağlamlık üzerinde belirleyici bir etkiye sahip olabileceğini göstermektedir. Öte yandan, Aslan ve arkadaşlarının (2025) ergenlerle yaptığı çalışmada, dijital oyun bağımlılığının psikolojik sağlamlık üzerinde olumsuz etkileri olduğu belirtilmiştir. Benzer şekilde, Özsavran ve Kuzlu Ayyıldız'ın (2024) üniversite öğrencileriyle gerçekleştirdiği çalışmada da

dijital oyun bağımlılığı ile psikolojik sağlamlık arasında negatif yönlü anlamlı bir ilişki tespit edilmiştir. Bu durum, dijital oyunların farklı yaş gruplarında benzer şekilde psikolojik sağlamlığı zayıflatabileceğini göstermektedir. Bu çalışmada elde edilen bulgular da bu ilişkiyi okul öncesi döneme taşıyarak desteklemektedir. Elde edilen sonuçlar, dijital oyun bağımlılığının erken çocukluk döneminde psikolojik sağlamlık üzerinde açık bir risk faktörü olarak değerlendirilmesi gerektiğine işaret etmektedir. Bu bağlamda, çocukların dijital içeriklerle ilişkilerinin düzenlenmesi ve erken müdahale stratejilerinin geliştirilmesi, psikolojik sağlamlıklarının korunması açısından önem arz etmektedir.

Okul öncesi dönemde çocuklar, duygularını tanıma, ifade etme ve düzenleme oldukça önemlidir (Saltalı, 2013). Bununla birlikte duygusal regülasyon becerileri, stresle başa çıkma ve sağlıklı psikolojik gelişim için kritik öneme sahiptir (Eisenberg vd., 2010). Dijital oyunlara aşırı maruz kalma, çocukların bu becerileri edinmesini engelleyebilir. Örneğin, çocuklar duygusal sıkıntılarını dijital oyunlarla bastırmaya çalışabilir, bu da gerçek yaşamda duygusal zorluklarla başa çıkma yeteneklerini zayıflatabilir (Gentile vd., 2011). Bu durum, çocukların problem çözme ve duygusal ifade becerilerinin gelişimini de olumsuz etkileyebilir. Duygusal regülasyon eksikliği, ilerleyen dönemlerde davranış sorunları, anksiyete ve depresyon gibi psikolojik problemlere yol açabilir (Schäfer vd., 2017). Sonuç olarak, psikolojik sağlamlığın önemli belirleyicilerinden biri olan duygusal kontrol edilebilirliğin zayıflaması, bireylerin stresle başa çıkma kapasitelerini düşürebilir ve ruh sağlığını olumsuz yönde etkileyebilir.

Ebeveynlerin dijital oyunları bir "elektronik bakıcı" olarak kullanması, çocukların gelişimsel süreçleri üzerinde pek çok olumsuz etkiye neden olabilir. Öncelikle, çocukların ebeveynleriyle olan bağlanma ilişkilerini zayıflatabilir; bu da çocukların duygusal güvenlik duygularının ve sosyal becerilerinin gelişimini olumsuz yönde etkileyebilir. Güvenli bağlanma, çocukların duygusal güvenlik hissetmeleri ve stresle etkili bir şekilde başa çıkmaları için oldukça önemlidir (Bowlby, 1988). Dijital oyunlara aşırı maruz kalan çocuklar, ebeveynleriyle daha az kaliteli zaman geçirebilir ve bu da bağlanma ilişkisini zayıflatabilir (Radesky vd., 2015). Ebeveynlerin sınırsız veya kontrolsüz dijital oyun kullanımına izin vermesi, disiplin ve sınır koyma konularında tutarsızlıklara yol açabilir. Bu durum, çocukların özdenetim ve sorumluluk duygularının gelişimini engelleyebilir (Sanders, 2012). Bu durum dijital oyun oynama eğiliminin psikolojik sağlamlık için başka risk faktörlerine neden olduğunun önemli bir göstergesidir. Dijital oyun bağımlılığı, çocukların fiziksel oyunlara ve motor becerilerini geliştiren aktivitelere katılımını azaltabilir. Okul öncesi dönemde fiziksel aktivite, ince ve kaba motor becerilerin yanı sıra bilişsel gelişim için de önemlidir (Piek vd., 2008). Fiziksel oyunlar, çocukların yaratıcılık, problem çözme ve dikkat becerilerini destekleyebilir (Ginsburg, 2007). Dijital oyun oynama eğilimi, çocukların bu önemli gelişim fırsatlarını kaçırmalarına neden olabilir. Bu durum, ilerleyen dönemlerde öğrenme güçlükleri, dikkat eksikliği ve akademik başarısızlık gibi sorunlara yol açabilir (Pagani vd., 2010). Motor ve bilişsel gelişimdeki gecikmeler, çocukların psikolojik sağlamlıklarını olumsuz etkileyebilir, çünkü bu beceriler özgüven ve öz yeterlilik duygusunu desteklemektedir (Bandura, 1997). Tüm bu bulgular, dijital oyun bağımlılığı eğilimlerinin yalnızca bireysel değil, çevresel ve gelişimsel düzeyde de çok katmanlı etkiler doğurduğunu göstermektedir. Özellikle erken yaşta bu etkileşimlerin sağlıklı sınırlar içinde tutulmaması, çocukların duygusal, sosyal ve bilişsel gelişimlerinde uzun vadeli riskler oluşturabilir. Bu nedenle ebeveyn gözetimi, dijital içerik seçimi ve fiziksel aktivitelere yönlendirme gibi stratejiler, çocukların psikolojik sağlamlığını desteklemede temel yapı taşları olarak görülmelidir.

Bütün bu durumlardan hareketle araştırmacılara ve okul öncesi dönem çocuklarıyla çalışanlara yönelik çeşitli öneriler sunulabilir. Öncelikle, dijital oyun bağımlılığının çocuklar üzerindeki etkilerini daha kapsamlı bir şekilde anlamak için nitel ve karma yöntem araştırmalar yapılması oldukça önemlidir. Bu çalışmalar, özellikle dijital oyunlara maruz kalma süresi, içerik türü ve kullanım sıklığının çocukların gelişiminde nasıl bir rol oynadığını inceleyebilir. Bunun yanında, ailelerin çocukların dijital oyun kullanımını yönetme becerilerini geliştirmelerine yardımcı olacak programlar tasarlamak araştırma alanında önemli bir boşluğu doldurabilir. Ebeveyn eğitim programları, çocuklarla birlikte geçirilen kaliteli zamanın artırılmasına, sağlıklı sınırlar koymaya ve alternatif etkinliklerin teşvik edilmesine odaklanabilir. Bu tür programlar, ebeveyn-çocuk bağına güçlendirerek psikolojik sağlamlık üzerinde dolaylı bir etki yaratabilir. Saha çalışanları ise bu programların uygulanması konusunda öncelikli rol oynayarak çocukların dijital oyunlarla geçirdiği zamanı sınırlandırmak ve yaşlarına uygun içeriklere erişmelerini sağlamak için rehberlik hizmeti sunabilir.

Eğitim ortamlarına yönelik müdahaleler de bir diğer önemli araştırma alanıdır. Okul öncesi eğitim kurumlarında, çocukların sosyal etkileşimlerini artıracak ve fiziksel aktivitelerini destekleyecek oyun temelli yaklaşımlar geliştirilebilir. Dijital oyun bağımlılığını önlemeye yönelik içeriklerin müfredatlara eklenmesi, çocukların hem sosyal becerilerinin hem de duygusal regülasyon kapasitelerinin desteklenmesini sağlayabilir. Bununla birlikte eğitimciler, sınıf ortamlarında dijital oyun bağımlılığına karşı farkındalık oluşturabilir ve çocukların sosyal, duygusal ve motor becerilerini destekleyen etkinlikler düzenleyebilir. Örneğin, iş birliği gerektiren grup etkinlikleri, problem çözme becerilerini geliştiren oyunlar ve fiziksel aktiviteyi teşvik eden etkinlikler, çocukların hem sosyal bağlarını hem de özgüvenlerini artırabilir. Son olarak, dijital oyunların çocuk gelişimi üzerindeki etkilerine ilişkin düzenleyici politikalar, güvenli ve sağlıklı bir dijital oyun deneyimi için gerekli çerçeveyi oluşturabilir. Bu öneriler, dijital oyun bağımlılığının önlenmesi ve çocukların psikolojik sağlamlıklarının artırılması için kapsamlı bir yol haritası sunabilir.

Bunlarla birlikte, bu araştırmanın bazı sınırlılıkları da bulunmaktadır. Araştırma, yalnızca İstanbul'da yaşayan okul öncesi çocuklara sahip ebeveynlerle gerçekleştirilmiştir; bu durum bulguların farklı sosyo-kültürel bağlamlara genellenmesini sınırlandırabilir. Verilerin yalnızca ebeveyn beyanlarına dayalı olması da ölçümlerde yanlılık oluşturabilir. Ayrıca, araştırma ilişkisel model ile yürütüldüğü için değişkenler arasındaki nedensellik ilişkileri ortaya konulamamıştır. Bu sınırlılıklar doğrultusunda, ileride yapılacak çalışmalarda farklı bölgelerden ve kültürel yapılardan gelen katılımcılarla çalışılması; öğretmen ve çocuk gözlemlerinin de dahil edilmesi önerilmektedir. Ayrıca, boylamsal tasarımlar, deneysel yaklaşımlar ve uygulamalı programlar ile dijital oyun bağımlılığının çocukların psikolojik sağlamlığı üzerindeki etkisi daha güçlü bir şekilde test edilebilir. Çocukların dijital deneyimlerini düzenleyecek politikalar ve düzenlemeler de kapsamlı araştırmalarla desteklenmeli, sağlıklı dijital gelişim çerçevesi oluşturulmalıdır.

References

- Arslan, A., Kırık, A. M., Karaman, M., & Çetinkaya, A. (2015). Lise ve üniversite öğrencilerinde dijital bağımlılık. *Uluslararası Hakemli İletişim ve Edebiyat Araştırmaları Dergisi*, 8(8), 34-58.
- Aslan, H., Başcılar, M., & Karataş, K. (2022). Ergenlerde dijital oyun bağımlılığı ile sosyal beceriler arasındaki ilişki. *Bağımlılık Dergisi*, 23(3), 266-274. <https://doi.org/10.51982/bagimli.1033761>
- Aslan, O., & Topuz, İ. (2025). Çocuklarla çalışan okul psikolojik danışmanlarının problem davranışlara yönelik görüşlerinin incelenmesi. *Batı Anadolu Eğitim Bilimleri Dergisi*, 16(1), 697-723. <https://doi.org/10.51460/baebd.1605736>
- Aslan, O., Topuz, İ., & Eldeleklioğlu, J. (2025). Investigating the mediating role of digital game addiction in the relationship between adolescents' school belonging and resilience. *Educational and Developmental Psychologist*, 42(1), 37-49. <https://doi.org/10.1080/20590776.2024.2402398>
- Bağatarhan, T. (2023). Okul öncesi dönem çocuklarında dijital oyun bağımlılık eğilimi ve problem davranışlar. *E-Uluslararası Eğitim Araştırmaları Dergisi*, 14(5), 179-193. <https://doi.org/10.19160/e-ijer.1342294>
- Bağcı-Çetin, B. (2024). 4-6 yaş çocuklarının dijital oyun bağımlılığı eğilimlerinin problem davranışlarını yordayıcı etkisi. *Dokuz Eylül Üniversitesi Buca Eğitim Fakültesi Dergisi*(60), 1490-1515. <https://doi.org/10.53444/deubefd.1459586>
- Başdaş, Ö., & Özbey, H. (2020). Digital game addiction, obesity, and social anxiety among adolescents. *Archives of psychiatric nursing*, 34(2), 17-20. <https://doi.org/10.1016/j.apnu.2019.12.010>
- Berk, L. E. (2013). *Child Development* (9th ed.). Boston, MA: Pearson.
- Bethell, C. D., Jones, J., Gombojav, N., Linkenbach, J., & Sege, R. (2019). What explains childhood resilience? A review of the protective factors that support well-being among children with adverse childhood experiences. *Social Psychiatry and Psychiatric Epidemiology*, 54(9), 1103-1115. <https://doi.org/10.1007/s00127-018-1485-2>
- Bostan, B. C., & Duru, E. (2019). Ergenlerde algılanan psikolojik istismar ile öznel iyi oluş ilişkisinde psikolojik sağlık ve sosyal bağlılığın rolü. *Pamukkale Üniversitesi Eğitim Fakültesi Dergisi*, 47, 205-224. <https://doi.org/10.9779/pauefd.568123>
- Bowlby, J. (1988). *A Secure Base: Parent-Child Attachment and Healthy Human Development*. Basic Books.
- Buchanan, A. (2014). Risk and protective factors in child development and the development of resilience. *Open Journal of Social Sciences*, 2(4), 244-249. <https://doi.org/10.4236/jss.2014.24025>
- Budak, K. S., & Işıkoğlu, N. (2022). Dijital oyun bağımlılık eğilimi ve ebeveyn rehberlik stratejileri ölçeklerinin geliştirilmesi. *Ankara University Journal of Faculty of Educational Sciences (JFES)*, 55(3), 693-740. <https://doi.org/10.30964/auebfd.939653>
- Büyüköztürk, Ş. (2014). *Sosyal bilimler için veri analizi el kitabı* (19.Basım). Pegem Akademi.
- Chongwo, E. J., Aoko, B., Kaniata, M., Esala, M., Magoma, P., Njoroge, E., et al. (2025). Intersection between individual, household, environmental and system level factors in defining risk and resilience for children in Kenya's ASAL: A qualitative study. *PLOS ONE*, 20(1), e0316679. <https://doi.org/10.1371/journal.pone.0316679>
- Cohen, J. (1988). Statistical power analysis jbr the behavioral. *The Sciences*, 18, 74.
- Condly, S. J. (2006). Resilience in children: A review of literature with implications for education. *Urban Education*, 41(3), 211-236. <https://doi.org/10.1177/0042085906287902>
- Çokluk, Ö., Şekercioğlu, G., & Büyüköztürk, Ş. (2014). *Sosyal bilimler için çok değişkenli istatistik SPSS ve LISREL uygulamaları* (3.Basım). Pegem Akademi.

- Dursun, A., & Çapan, B. E. (2018). Ergenlerde dijital oyun bağımlılığı ve psikolojik ihtiyaçlar. *İnönü Üniversitesi Eğitim Fakültesi Dergisi*, 19(2), 128–140. <https://doi.org/10.17679/inuefd.336272>
- Eisenberg, N., Spinrad, T. L., & Eggum, N. D. (2010). Emotion-related self-regulation and its relation to children's maladjustment. *Annual Review of Clinical Psychology*, 6, 495–525. <https://doi.org/10.1146/annurev.clinpsy.121208.131208>
- Ekinci, N. E., Yalcin, I., & Ayhan, C. (2019). Analysis of loneliness levels and digital game addiction of middle school students according to various variables. *World Journal of Education*, 9 (1), 20–27. <https://doi.org/10.5430/wje.v9n1p20>
- Eminağaoğlu, N. (2006). *Güç koşullarda yaşayan sokak çocuklarında dayanıklılık (sağlamlık)* [Yayımlanmamış yüksek lisans tezi]. Ege Üniversitesi Sosyal Bilimler Enstitüsü, Psikoloji Anabilim Dalı.
- Ergüney, M. (2017). İnternetin okul öncesi dönemdeki çocuklar üzerindeki etkileri hakkında bir araştırma. *Ulakbilge*, 5(17), 1917–1938.
- Gentile, D. (2009). Pathological video-game use among youth ages 8 to 18: A national study. *Psychological Science*, 20(5), 594–602. <https://doi.org/10.1111/j.1467-9280.2009.02340.x>
- Gentile, D. A., Swing, E. L., Lim, C. G., & Khoo, A. (2012). Video game playing, attention problems, and impulsiveness: Evidence of bidirectional causality. *Psychology of Popular Media Culture*, 1(1), 62–70. <https://doi.org/10.1037/a0026969>
- Ginsburg, K. R., American Academy of Pediatrics Committee on Communications, & American Academy of Pediatrics Committee on Psychosocial Aspects of Child and Family Health (2007). The importance of play in promoting healthy child development and maintaining strong parent-child bonds. *Pediatrics*, 119(1), 182–191. <https://doi.org/10.1542/peds.2006-2697>
- Gizir, C. (2007). Psikolojik sağlamlık, risk faktörleri ve koruyucu faktörler üzerine bir derleme çalışması. *Turkish Psychological Counseling and Guidance Journal*, 3(28), 113–128.
- Greene, R. (Ed.). (2002). *Human behavior theory: A resilience orientation. In Resiliency: An integrated approach to practice, policy, and research* (pp. 1–28). NASW Press.
- Hosokawa, R., & Katsura, T. (2018). Association between mobile technology use and child adjustment in early elementary school age. *Plos One*, 13(7), e0199959. <https://doi.org/10.1371/journal.pone.0199959>
- Hoşoğlu, R., Fıncı Kodaz, A., Yılmaz Bingöl, T. ve Vural Batık, M. (2018). Öğretmen adaylarında psikolojik sağlamlık. *OPUS – Uluslararası Toplum Araştırmaları Dergisi*, 8(14), 217–239. <https://doi.org/10.26466/opus.405751>
- Karasar, N. (2012). *Bilimsel araştırma yöntemi* (24. Basım). Nobel Yayın Dağıtım.
- Köroğlu, E. (2013). *Dsm-v: tanı ölçütleri başvuru kitabı* (E. Köroğlu. Çev.). Amerikan Psikiyatri Birliği.
- Lemmens, J. S., Valkenburg, P. M., & Peter, J. (2009). Development and validation of a game addiction scale for adolescents. *Media Psychology*, 12(1), 77–95. <https://doi.org/10.1080/15213260802669458>
- Limone, P., & Toto, G. A. (2021). Psychological and Emotional Effects of Digital Technology on Children in COVID-19 Pandemic. *Brain sciences*, 11(9), 1126. <https://doi.org/10.3390/brainsci11091126>
- Lissak, G. (2018). Adverse physiological and psychological effects of screen time on children and adolescents: Literature review and case study. *Environmental research*, 164, 149–157. <https://doi.org/10.1016/j.envres.2018.01.015>
- Luthar, S. S. (2007). *Resilience and Vulnerability: Adaptation in the Context of Childhood Adversities*. New York: Cambridge University Press.
- Masten, A. S., & Coatsworth, J. D. (1998). The development of competence in favorable and unfavorable environments: Lessons from research on successful children. *American Psychologist*, 53(2), 205–220. <https://doi.org/10.1037/0003-066X.53.2.205>

- Masten, A. S., & Reed, M. J. (2002). Resilience in Development. In C. R. Snyder, & S. J. Lopez (Eds.), *Handbook of Positive Psychology* (pp. 117-131). New York: Oxford University Press
- Mattelin, E., Paidar, K., Söderlind, N., Fröberg, F., & Korhonen, L. (2024). A systematic review of studies on resilience and risk and protective factors for health among refugee children in Nordic countries. *European Child & Adolescent Psychiatry*, 33(4), 667-700. <https://doi.org/10.1007/s00787-022-01975-y>
- Mayr, T. ve Ulich, M. (2006). *Perik: Positive entwicklung und resilienz im kindergartenalltag*. Staatinstitut fur fröhpädagogik IFP.
- Mertler, C. A., & Vannatta, R. A. (2016). *Advanced and multi- variate statistical methods: Practical application and interpretation* (6. Basım). Pyrczak Publishing.
- Mustafaoğlu, R., & Yasacı, Z. (2018). Dijital oyun oynamanın çocukların ruhsal ve fiziksel sağlığı üzerine olumsuz etkileri. *Bağımlılık Dergisi*, 19(3), 51-58.
- Newman, R. (2005). APA's resilience initiative. *Professional Psychology, Research and Practice*, 36(3), 227. <https://doi.org/10.1037/0735-7028.36.3.227>
- Özbey, S. (2012). Okul öncesi eğitim kurumuna devam eden 60–72 aylık çocuklarının sosyal beceri ve problem davranışlarının okul ve ev ortamına göre incelenmesi. *Toplum ve Sosyal Hizmet*, 23(2), 21–32.
- Özbey, S. (2019). Okul Öncesi Çocuklar İçin Sosyal Duygusal İyi Oluş ve Psikolojik Sağlamlık Ölçeğinin (PERİK) geçerlik güvenilirlik çalışması. *Uluslararası Toplum Araştırmaları Dergisi*, 10(17), 756-786. <https://doi.org/10.26466/opus.518062>
- Özcan B. (2005). *Anne-babaları boşanmış ve anne-babaları birlikte olan lise öğrencilerinin yılmazlık özellikleri ve koruyucu faktörler açısından karşılaştırılması.*) [Yayımlanmamış yüksek lisans tezi]. A.Ü. Eğitim Bilimleri Enstitüsü.
- Özsavran, M., & Kuzlu Ayyıldız, T. (2024). The relationship between digital game addiction and resilience in university students. *Addicta: The Turkish Journal on Addictions*, 11(1), 60-68. <https://doi.org/10.5152/ADDICTA.2024.23006>
- Pagani, L. S., Fitzpatrick, C., Barnett, T. A., & Dubow, E. (2010). Prospective associations between early childhood television exposure and academic, psychosocial, and physical well-being by middle childhood. *Archives of pediatrics & adolescent medicine*, 164(5), 425–431. <https://doi.org/10.1001/archpediatrics.2010.50>
- Peng, W., & Liu, M. (2010). Online gaming dependency: A preliminary study in China. *Cyberpsychology, Behavior and Social Networking*, 13(3), 329–333. <https://doi.org/10.1089/cyber.2009.0082>
- Piek, J. P., Dawson, L., Smith, L. M., & Gasson, N. (2008). The role of early fine and gross motor development on later motor and cognitive ability. *Human Movement Science*, 27(5), 668–681. <https://doi.org/10.1016/j.humov.2007.11.002>
- Radesky, J. S., Schumacher, J., & Zuckerman, B. (2015). Mobile and interactive media use by young children: The good, the bad, and the unknown. *Pediatrics*, 135(1), 1-3. <https://doi.org/10.1542/peds.2014-2251>
- Saltalı, N. D. (2013). Okul öncesi dönemde duygusal becerilerin geliştirilmesi. *Yalova Sosyal Bilimler Dergisi*, 3(6), 107-120.
- Sanders, M. R. (2012). Development, evaluation, and multinational dissemination of the Triple P-Positive Parenting Program. *Annual Review of Clinical Psychology*, 8, 345-379. <https://doi.org/10.1146/annurev-clinpsy-032511-143104>
- Schäfer, J. Ö., Naumann, E., Holmes, E. A., Tuschen-Caffier, B., & Samson, A. C. (2017). Emotion regulation strategies in depressive and anxiety symptoms in youth: A meta-analytic review. *Journal of youth and adolescence*, 46, 261-276. <https://doi.org/10.1007/s10964-016-0585-0>



- Scudder, L. Sullivan, K. (2008). Adolescent resilience: lessons for primary care. *The Journal For Nurse Practitioners*, 4(7), 535-543.
- Semiz, S. (2024). Digital game and technology addiction in early childhood. *Digital Security and Media*, 1(1), 30-44.
- Sigman, A. (2012). Time for a view on screen time. *Archives of Disease in Childhood*, 97(11), 935-942. <https://doi.org/10.1136/archdischild-2012-302196>
- Strasburger, V. C., Jordan, A. B., & Donnerstein, E. (2010). Health effects of media on children and adolescents. *Pediatrics*, 125(4), 756-767. <https://doi.org/10.1542/peds.2009-2563>
- Tabachnick, B. G., & Fidell, L. S. (2013). *Using multivariate statistics*. Pearson.
- Tetik, G., & Aktan, Z. D. (2021). Ergenlerde algılanan ebeveyn tutumları ile duygusal zekâ arasındaki ilişkide dijital oyun bağımlılığının aracı etkisi. *Addicta: The Turkish Journal on Addictions*, 24(2), 181-190.
- Ullman, J. B. (2013). Structural equation modeling. In B. G. Tabachnick & L. S. Fidell (Eds.), *Using multivariate statistics* (pp. 681-785). Pearson.
- Yılmaz, H., & Arslan, E. (2024). Okul öncesi dönem çocuklarının sosyal duygusal iyi oluş ve psikolojik sağlamlıkları ile dijital oyun bağımlılık eğilimleri arasındaki ilişkinin incelenmesi. *Muğla Sıtkı Koçman Üniversitesi Eğitim Fakültesi Dergisi*, 11(1), 53-69. <https://doi.org/10.21666/muefd.137290>
- Yorgun, E. ve Sak, R. (2021). Okul öncesi dönem çocuklarının ilkökula hazırbulunuşluk düzeylerinin ana dil değişkeni açısından incelenmesi. *Uluslararası Erken Çocukluk Eğitimi Çalışmaları Dergisi*, 6(1), 11-32. <https://doi.org/10.37754/737103.2021.612>