

DİJİTAL BAĞIMLILIK İLE TOPLUMSAL DEĞERLERİN ETKİLEŞİMİ: ÖZNEL DİNDARLIK VE SOSYODEMOGRAFİK DEĞİŞKENLERE DAYALI SOSYOLOJİK BİR ARAŞTIRMA*

Ekber Şah AHMEDİ**
Büşra KILIÇ AHMEDİ**** Latife ÇATMA****

Makale Bilgisi

Makale Türü: Araştırma Makalesi, **Geliş Tarihi:** 01 Aralık 2025, **Kabul Tarihi:** 27 Şubat 2026, **Yayın Tarihi:** 31 Mart 2026, **Atf:** Ahmedî, Ekber Şah. Kılıç Ahmedî, Büşra. Çatma, Latife. "Dijital Bağımlılık ile Toplumsal Değerlerin Etkileşimi: Öznel Dindarlık Ve Sosyodemografik Değişkenlere Dayalı Sosyolojik Bir Araştırma". *Dinbilimleri Akademik Araştırma Dergisi* 26/1 (Mart 2026): 191-221.

DOI: 10.33415/daad.1833880



Öz

Temelleri İkinci Dünya Savaşı sonrasında gelişen bilgisayar teknolojilerine dayanan; ancak epistemik kökleri itibarıyla çok daha uzun bir tarihsel süreğenliğe sahip olan dijitalleşmenin, toplumsal yapıda köklü dönüşümlere yol açtığı söylenebilir. İnsan yaşamını zenginleştiren dijitalleşmenin dijital bağımlılık gibi birtakım sorunların meydana gelmesine de kaynaklık ettiği görülmektedir. İnsanın psikososyal fonksiyonaltasını erozyona uğratan dijital bağımlılık teknoloji ile kurulan patolojik ilişki biçimini betimlemek için kullanılmaktadır. İlgili alanyazın incelendiğinde bağımlılığın çoğunlukla tıp, psikiyatri ve psikoloji alanlarında tartışıldığı, meselenin sosyolojik boyutunun görece ampirik olarak az incelendiği anlaşılmaktadır. Dijital bağımlılığı sosyolojik ekseninde inceleyen bu çalışma, toplumsal değerleri de tartışmaya dahil ederek literatüre mütevazı bir katkı sunmayı amaçlamaktadır. Nicel araştırma deseni esas alınarak tasarlanan çalışmanın örnekleme Bursa'da ikamet eden 18 yaş ve üzerindeki bireyler arasından gönüllülük esasına dayalı ve kolayda örnekleme tekniğiyle seçilen 443 kişiden oluşmaktadır. Araştırma sonucunda, toplumsal değerler ile dijital bağımlılık arasında istatistiksel açıdan anlamlı negatif yönlü bir ilişki tespit edilmiştir ($r = -.320, p < .01$).

Anahtar Kelimeler: Din Sosyolojisi, Değerler Sosyolojisi, Bağımlılık, Dijitalleşme.

* Bu çalışma Bursa Teknik Üniversitesi Bilimsel Araştırma ve Yayın Etiği Kurulu'nun 24.12.2024 tarih ve E.34953 sayılı kararıyla hazırlanmıştır.

** Sorumlu yazar, Dr. Öğr. Üyesi Bursa Teknik Üniversitesi, İnsan ve Toplum Bilimleri Fakültesi, Sosyoloji Bölümü, Genel Sosyoloji ve Metodoloji Anabilim Dalı, Bursa/Türkiye, ekber.ahmedi@btu.edu.tr, Orcid ID: <https://orcid.org/0000-0003-0144-2153>, Katkı oranı: %50.

*** Dr. Öğr. Üyesi, Bursa Uludağ Üniversitesi, İlahiyat Fakültesi, Felsefe ve Din Bilimleri Bölümü, Din Psikolojisi Anabilim Dalı, Bursa/Türkiye, busraahmedi@uludag.edu.tr, Orcid ID: <https://orcid.org/0000-0001-7388-7886>, Katkı oranı: %30.

**** Doktora Öğrencisi, Bursa Uludağ Üniversitesi, Sosyal Bilimler Enstitüsü, Felsefe ve Din Bilimleri Anabilim Dalı, Din Psikolojisi Bilim Dalı, Bursa/Türkiye, catmalatife@gmail.com, Orcid ID: <https://orcid.org/0000-0002-6664-8331>, Katkı oranı: %20.

The Interaction Between Digital Addiction and Social Values: A Sociological Study Based on Subjective Religiosity and Sociodemographic Variables*

Ekber Şah AHMEDİ**
Büşra KILIÇ AHMEDİ*** Latife ÇATMA****

Article Information

Article Types: Research Article, **Received:** 01 December 2025, **Accepted:** 27 February 2026, **Published:** 31 March 2026, **Cite as:** Ahmedi, Ekber Şah. Kılıç Ahmedi, Büşra. Çatma, Latife. "The Interaction Between Digital Addiction and Social Values: A Sociological Study Based on Subjective Religiosity and Sociodemographic Variables". *Journal of Academic Research in Religious Sciences* 26/1 (March 2026): 191-221.

DOI: 10.33415/daad.1833880



Extended Abstract

The digitalization process gained a concrete form with the advent of the Internet and led to a revolutionary transformation in the social structure. While digitalization has enriched human life, it has also led to the emergence of issues such as digital addiction. Digital addiction, which erodes human psychosocial functionality, describes the pathological relationship formed with technology. An overview of relevant literature reveals that addiction is mostly discussed in the fields of

* This study was prepared by the decision of the Bursa Technical University, Scientific Research and Publication Ethics Committee of, dated December 24, 2024, and numbered E.34953.

** Responsible Author, Asst. Prof. Dr., Bursa Technical University, Faculty of Humanities and Social Sciences, Department of Sociology, Department of Sociology and Methodology, Bursa/Turkey, ekber.ahmedi@btu.edu.tr, Orcid ID: <https://orcid.org/0000-0003-0144-2153>, Contribution rate: %50.

*** Asst. Prof. Dr., Bursa Uludağ University, Faculty of Divinity, Department of Philosophy and Religious Studies, Department of Psychology of Religion, Bursa/Türkiye, busraahmedi@uludag.edu.tr, Orcid ID: <https://orcid.org/0000-0001-7388-7886>, Contribution rate: %30.

**** PhD Student, Bursa Uludağ University, Institute of Social Sciences, Department of Philosophy and Religious Studies, Department of Psychology of Religion, Bursa/Türkiye, catmalatife@gmail.com, Orcid ID: <https://orcid.org/0000-0002-6664-8331>, Contribution rate: %20.

medicine, psychiatry, and psychology, whereas the sociological dimension of the issue has been relatively less studied.

This study approaches digital addiction from a sociological perspective and seeks to contribute to the literature by incorporating social values into the analytical framework. Specifically, it aims to examine the relationship between digital addiction and social values. The study sample consists of 443 people residing in Bursa. The results revealed a statistically significant negative relationship between the two variables ($r = -0.320$, $p < 0.01$). Accordingly, higher levels of social values are associated with lower levels of digital addiction; in contrast, as digital addiction increases, commitment to social values tends to decline. It can be argued that the presence of a self-regulatory system grounded in social values is associated with lower levels of digital addiction; conversely, as digital addiction increases, adherence to social values tends to decline. As the findings demonstrate, social values play a crucial role in maintaining a social control system, mitigating addiction and similar deviant behaviors, and supporting the construction of a strong external social control system. Internalized social values, significantly contribute to the development of a self-control system and protect individuals from deviant behaviors, such as addiction.

The process of digitalization has led to an extraordinary transformation in communication technology. However, the emergence of problems related to digital technological objects during this process has caused the nonmaterial dimension of culture to lag behind material cultural developments, leading to cultural lags such as digital addiction. Addiction, a multifactorial problem that erodes human individual and social functioning, requires a multidisciplinary approach with biopsychosocial dimensions. Therefore, studying the different dimensions of addiction using quantitative and qualitative methods and techniques in various disciplines, such as sociology and anthropology, medicine, psychiatry, and psychology, will make a significant contribution to the relevant literature.

In short, it is crucial that digital platforms should be publicly monitored without eroding individual freedoms, and individuals should be protected from unethical personalized ads, post-truth, and infobesity flows to prevent digital addiction and brain rot. Taken together, the empirical findings underscore the critical importance of facilitating the adaptation of social capital, social and religious values, and cultural structures to ongoing innovation, while ensuring their effective intergenerational transmission. In this context, strengthening and institutionalizing digital literacy within the formal education system emerges as a strategic priority.

Keywords: Sociology of Religion, Sociology of Values, Addiction, Digitalization.



Giriş

Dijitalleşme kavramı, teknolojide yaşanan gelişmelerin ekonomi, sağlık, iletişim gibi çeşitli alanlarda hızlı ve kapsamlı dönüşüm sürecine işaret eder. Dijitalleşme süreci yalnızca teknik alt yapıda değil, bireylerin toplumsal eylemleri, gündelik yaşam pratikleri ve değer yönelimlerinde de kayda değer değişimlere neden olmaktadır. Bu sürecin bireysel ve toplumsal olarak önemli tezahürlerinden

birinin dijital bağımlılık olduğu ifade edilebilir. Genel anlamda dijitalleşmenin özel anlamda ise dijital bağımlılık konusunun kuramsal ve ampirik olarak incelenmesi önem arz etmektedir. Bu bağlamda dijital bağımlılık ile toplumsal değerler arasında anlamlı bir ilişkinin olup olmadığı mevcut araştırmanın temel sorusunu oluşturmaktadır. Toplumsal değerlerin üretim, aktarım ve dönüşümünün dijital bağımlılık olgusu ile temaslı olduğu ön kabulünden hareketle bu çalışma mezkûr iki kavram arasındaki ilişkiyi ölçümlemeyi amaçlamaktadır.

Dijital bağımlılığın toplumsal değerler ile ilişkisini irdeleyebilmek için öncelikle toplum ve toplumsal değerler kavramlarını ele almak gerekmektedir. Toplum, “*ortak bir kültürü paylaşan, belirli bir bölgesel alanı işgal eden, kendilerini birleşik ve farklı bir varlık olarak hisseden bir grup insan*” olarak tanımlanabilir.¹ Bir başka ifade ile toplum temel ihtiyaçlarını karşılamak amacıyla etkileşen ve ortak bir yaşam tarzı etrafında bir araya gelen çok sayıda insanın birlikteliğine işaret eder.² Bununla birlikte sosyolojik bir bakışla insanlar arasındaki yapılandırılmış sosyal ilişkileri ve toplumsal kurumları betimlemek için de toplum kavramı kullanılır.³ Dolayısıyla toplum çok sayıdaki insan birlikteliğinin yanı sıra söz konusu insanlar arasındaki örüntüleşmiş ilişkilerden, toplumsal kurumlar ve toplumsal gruplardan oluşur. Toplumsal değer ise “*bir bireye ya da bir gruba özgü olan, açık ya da örtük bir şekilde arzu edilen şeylere ilişkin bir kavramdır ve bu kavram, mevcut davranış biçimleri, araçlar ve eylem amaçlarının seçimini etkiler*”.⁴ Buradan hareketle değerleri, toplumsal ilişkilerin gerçekleşmesine anlamsal olarak zemin oluşturan ve sosyal yaşamı mümkün kılan ölçütler olarak nitelendirebiliriz. Çünkü kültüre ve topluma anlam veren kriterler⁵ olarak kabul edilen toplumsal değerlerin sosyal düzen ve dayanışmayı sağladığı düşünülmektedir.⁶

¹ Gordon Marshall (ed.), *The Concise Oxford Dictionary of Sociology* (Oxford: Oxford University Press, 1994), 625.

² Joseph H. Fichter, *Sociology* (Chicago: University of Chicago Press, 1971), 160.

³ Anthony Giddens - Philip W. Sutton, *Essential Concepts in Sociology* (Cambridge: Polity Press, 2021), 25.

⁴ Clyde Kluckhohn, “Values And Value-Orientations in The Theory of Action: An Exploration in Definition And Classification”, *Toward a General Theory of Action*, ed. Talcott Parsons - Edward A. Shils (Cambridge: Harvard University Press, 1962), 324.

⁵ Fichter, *Sociology*, 324.

⁶ Sevim Atıla Demir, *Toplumsal Değişme ve Değerler: Bir Değerler Sosyolojisi Çalışması* (Ankara: Nobel, 2020), 3.

Bireylerin nasıl davranması gerektiğini belirleyen toplumsal değerler ortak davranış kodu olarak da nitelendirilebilir. Bu kodlar, toplumsal dayanışmada ve toplumsal olanın sürdürülebilir kılınmasında hayati önemi haizdir,⁷ zira toplumsal değer bireyin davranışının düzenlenmesi ve ona yön verilmesinde başat rol oynamaktadır.⁸ Başka bir deyişle toplumsal değer, verili bir toplumun dini, etik ve estetik beğenilerini gösteren, faydalı kabul edilen, bireylerin yaşamına ilişkin idealleştirilmiş ortak inanç ve toplumsal hedefler olarak tanımlanmaktadır. Bu sebeple tarihte toplumsal değerleri olmayan toplumun var olmadığı iddia edilebilir.⁹ Dinamik bir yapıya sahip olan toplumun değişmesiyle beraber değerler de değişmektedir. Ancak hızlı toplumsal değişim ve dönüşüm sürecinde yapıyı ayakta tutan sütun olarak da nitelendirilen toplumsal değerlerin zayıflamasının veya önemini yitirmesinin toplumsal çözülmeye ve anomik durumların ortaya çıkmasına neden olduğu söylenebilir.¹⁰ 18. ve 19. yüzyıllarda hızlı modernleşme sürecine giren İngiltere ve Fransa gibi ülkeler buna örnek olarak gösterilebilir.

20. yüzyılın ortasından itibaren bilgisayar teknolojisi ve daha sonra internetin icat edilmesinin sadece telekomünikasyon alanında değil, toplumsal, ekonomik ve kültürel alanlarda da devrimsel sonuçlar doğurduğu iddia edilebilir. Dijital devrim olarak ifade edilen¹¹ bu sürecin sosyo-kültürel manada birtakım anomik davranışların ortaya çıkmasına neden olduğu ileri sürülebilir. Bir başka ifade ile dijital teknoloji özellikle iletişim bağlamında insanın hayatını kolaylaştırmasına karşın dijital bağımlılık gibi yeni toplumsal sorunların ortaya çıkmasına da neden olmuştur. Kısaca dijitalleşme sürecinin, dijital toplum öncesine ait kumar bağımlılığı gibi sorunların dijitalleşmesinin yanı sıra sosyal medya bağımlılığı, akıllı telefon bağımlılığı gibi yeni toplumsal sorunlara yol açtığı iddia edilebilir.

⁷ Murat Şahin, *Değerler Sosyolojisi* (Ankara: Net Kitaplık, 2022), 38.

⁸ Arnold M. Rose, "Sociology and the Study of Values", *The British Journal of Sociology* 7/1 (1956), 6.

⁹ Ufuk Özcan, "Sosyolojide Toplumsal Değer ve Norm Kavramlarına Yeniden Bir Bakış", *Sosyologca* 0/23 (2022), 20,23.

¹⁰ Ertan Özensel, "Sosyolojik Bir Olgu Olarak Değer", *Değerler Eğitimi Dergisi* 1/3 (01 Temmuz 2003), 222.

¹¹ Giddens - Sutton, *Essential Concepts in Sociology*, 5-8. Dijitalleşme tartışmaları için bk. Jonathan Bowen - Tula Giannini, "Digitalism: The New Realism?", *Technology Futures for the Creative Industries: Presenting the Cr-eAM Roadmaps* (Electronic Visualisation and the Arts, London, 2014); Habib Celaleddin Kartal, "Dijital Çağda Analog İnsan ve Din: 21. Yüzyılda Toplumsal Değişim", *Turkish Studies-Comparative Religious Studies* 20/4 (24 Aralık 2025), 2035-2055.

Çok nedenli ve çok katmanlı bir olgu olan bağımlılık biyopsiko-sosyal bir sorun olarak bilinmektedir. Buna göre dijital bağımlılık dahil tüm bağımlılıkların oluşmasında biyolojik, psikolojik ve sosyolojik faktörlerin birlikte etkileşerek rol oynadığı kabul edilmektedir.¹² Ancak tıbbileştirilen bağımlılık¹³ literatürüne bakıldığında genellikle konunun biyolojik ve psikolojik/psikiyatrik yönleri ile ele alındığı ve sosyolojik boyutuna odaklanan az sayıda çalışmanın yapıldığı görülmektedir.

Halbuki bir sosyal problem olan bağımlılığın vücut bulmasında, toplumun içsel örgütlenmesi, özellikle ilgili toplumun aile yapısı, sosyal değerleri, barınma şekli gibi sosyolojik koşulların da önemi göz ardı edilemezdir. Sosyolojik koşulların bağımlılığın gelişmesinde ve iyileştirilmesindeki önemini, doğal bir deney olarak kabul edilen 1971 yılında Vietnam'dan uyuşturucu bağımlısı olarak dönen ABD askerleri üzerine yapılan araştırma ortaya koymaktadır. Lee N. Robins tarafından 1974 yılında yayınlanan rapora göre, uyuşturucu bağımlısı olarak dönen askerlerin çoğunluğu çevresel koşulların değişmesi sonucunda herhangi bir tedavi görmeden iyileşmiştir. Araştırma verisi biri Vietnam'dan ayrılırken uyuşturucu testi pozitif çıkan 469 asker ile genel asker evrenini temsil eden 451 asker olmak üzere iki ana örneklem grubundan elde edilmiştir. Genel örneklem grubundan 451 kişinin %43'ü Vietnam'da iken bir şekilde uyuşturucu ve türevlerini kullandığını belirtmiş, takip edilen üç yılın ilk yıllık periyodunda bir şekilde madde kullananların oranı %10, haftada birden fazla kullananların oranı %2 ve bağımlılık düzeyinde kullananları oranı %1, takip edilen üç yılın sonunda ise bağımlılık düzeyinde madde kullananların oranı %5 olarak raporlanmıştır.¹⁴ Pek çok araştırmacıya göre bu vaka bağımlılığın sadece

¹² Mark Griffiths, "Gambling Technologies: Prospects for Problem Gambling", *Journal of Gambling Studies* 15/3 (Eylül 1999), 166; Mark Griffiths, "A 'components' model of addiction within a biopsychosocial framework", *Journal of Substance Use* 10/4 (2005), 195.

¹³ Peter Conrad, *The Medicalization of Society* (Maryland: The John Hopkins University Press, 2007), 6-7,148.

¹⁴ Lee N. Robins vd., "Drug Use by U.S. Army Enlisted Men in Vietnam: A Follow-Up on Their Return Home", *American Journal of Epidemiology* 99/4 (01 Nisan 1974), 235-249; Lee N. Robins, *The Vietnam Drug User Returns. Final Report. Special Action Office Monograph* (Superintendent of Documents, 1974); L. N. Robins vd., "Narcotic Use in Southeast Asia and Afterward. An Interview Study of 898 Vietnam Returnees", *Arch Gen Psychiatry* 32/8 (Ağustos 1975), 955-961; Wayne Hall - Megan Weier, "Lee Robins' Studies of Heroin Use among US Vietnam Veterans", *Society for the Study of Addiction* 112/1 (Ocak 2017), 176-180.

tıbbi bir sorun olmadığını ve sadece bir beyin hastalığı olarak nitelendirilmesinin güç olduğunu göstermektedir. Buradan hareketle sosyokültürel muhit ve yakın çevrenin bağımlılıkların ortaya çıkmasında ve rehabilite edilmesinde etkisinin büyük olduğu iddia edilebilir.¹⁵

Literatüre bakıldığında bağımlılığın çeşitli değişkenler ekseninde ele alındığı görülmektedir. Bu bağlamda bağımlılığın din, dindarlık/maneviyatla ilişkisini irdeleyen çok sayıda çalışma bulunmaktadır.¹⁶ Dossi ve arkadaşlarının ergen ve genç yetişkinlerde dindarlık/maneviyat ile internet bağımlılığı arasındaki ilişkiyi inceleyen meta analiz çalışması¹⁷, Jiang ve arkadaşlarının dini inanç ve dindarlığın internet bağımlılığı üzerindeki etkisini irdeleyen çalışması¹⁸, Ayten ve Acat'ın dindarlık, ahlaki değerler ve internet bağımlılığı ilişkisini konu edinen çalışması¹⁹, Nadeem ve arkadaşlarının üniversite öğrencilerinde dindarlık ve internet bağımlılığını araştırdığı çalışması²⁰, Charlton ve arkadaşlarının ergenlerde internet bağımlılığı ve dindarlık ilişkisini konu edinen çalışması²¹ buna örnek gösterilebilir. Buradan anlaşılacağı üzere genelde bağımlılık özelde ise internet bağımlılığı ve dindarlık ilişkisi yerli ve yabancı alanyazında ilgi görmüş ve incelenmiştir. Ancak söz konusu araştırmalar bağımlılık konusunu bireysel dinamikler üzerinden anlamlandırmaya çalışmıştır. Bağımlılığı, süreci ve sonuçlarıyla sosyal faktörler üzerinden okuma gayesine sahip olan bu çalışma, bağımlılığın aile değerleri, bilimsel değerler, çalışma değerleri, dini değerler, geleneksel değerler ve siyasi değerler gibi toplumsal değerlerle ilişkisini sosyolojik bir perspektifle ele alarak alana katkı sunmayı

¹⁵ Mehmet Dinç vd., *Teknoloji Bağımlılığı* (İstanbul: Yeşilay, 2023), 51.

¹⁶ Ali Nasith vd., "The Power of Faith: A Systematic Review and Meta-Analysis on Religiosity's Influence on Smoking, Alcohol, Drug Use, and Internet/Gaming Addiction", *Research Square* (29 Nisan 2025).

¹⁷ Francesca Dossi vd., "Association between religiosity or spirituality and internet addiction: A systematic review", *Frontiers in Public Health* 10 (01 Aralık 2022), 980334.

¹⁸ Lanxin Jiang vd., "Does Religion Suppress Internet Addiction?", *Religions* 16/10 (Ekim 2025), 1261.

¹⁹ Ali Ayten - Betül Acat, "Internet Addiction, Values, and Religiosity as Predictors of Life Satisfaction Among Adolescents", *Addicta* 6/3 (01 Ocak 2019).

²⁰ Mohammad Nadeem vd., "The Association Between Muslim Religiosity and Internet Addiction Among Young Adult College Students", *Journal of Religion and Health* 58/6 (01 Aralık 2019), 1953-1960.

²¹ John P. Charlton vd., "Religiosity, adolescent Internet usage motives and addiction", *Information, Communication & Society* 16/10 (Aralık 2013), 1619-1638.

hedeflemektedir.²² Ayrıca literatürde doğrudan dijital bağımlılık ile toplumsal değerler ilişkisi üzerine yapılan çalışmaların sınırlılığı dolayısıyla mevcut araştırmanın bağımlılık alan yazınına yeni girdiler sağlaması beklenmektedir.

1. (Dijital) Bağımlılık

Sözlükte tabiiyet olarak ifade edilen bağımlılık “bir şeye veya bir kimseye bağlı olma durumu” şeklinde tanımlanmaktadır.²³ İngilizce literatürde bağımlılık kavramına karşılık olarak *addiction* sözcüğü kullanılmaktadır. Güçlü bir bağ anlamına gelen *addiction* Antik Roma’da köleliğe mahkum edilmek, özellikle bir borçlunun borcunu ödeyememesi nedeniyle borcunu ödeyene kadar alacaklıya köle olarak hizmet etmesinin mahkumiyeti anlamında kullanılmıştır.²⁴ Zamanla *addiction* kırılması zor bir bağ olarak anlamlandırılmaya başlanmıştır. Bu çerçevede 18. yüzyılda pejoratif bir çağrışımı olmadan tutkulu bir biçimde bir nesneye ve eyleme karşı ilgi duymak olarak kullanılmıştır.²⁵ Ancak 1800’lerin sonlarında kimyagerlerin kokaini sentezlemeleri ve bu maddenin ölümlere varan bağımlılıklara yol açması modern tıbbın dikkati çekmiştir. Dolayısıyla bağımlılık kavramının işaret edilen tarihten itibaren maddenin kötüye kullanımı ile bir maddeye veya bir davranışa duyulan karşı konulamaz bağlılık manasında kullanılarak güncel anlam ağına kavuştuğu anlaşılmaktadır.²⁶

İnsanın ilk kez ne zaman bağımlılık sorunuyla karşılaştığı bilinmese de yapılan araştırmalar bağımlılık tarihinin eski çağlara uzandığını göstermektedir. Örneğin Neandertal DNA’leri üzerine yapılan incelemelerde risk alma, yenilik arayışı, heyecan arayışı ve bağımlılığa yatkınlığı gösterdiği bilinen DRD4-7R genine rastlan-

²² Türkiye’de bağımlılık çalışmalarının bibliyografik tanıtımı için bk. Abdullah Sabit Tuna vd., *Türkiye Kimyasal Bağımlılık Çalışmaları Bibliyografyası: 1923-2014* (İstanbul: Yeşilay, 2015); Ömer Miraç Yaman vd., *Türkiye Davranışsal Bağımlılık Çalışmaları (1923-2014)* (İstanbul: Yeşilay, 2015); Ömer Miraç Yaman, *Türkiye’de Gençlik ve Bağımlılık: Bibliyometrik ve Tematik Bir Araştırma* (İstanbul: Değerler Eğitimi Merkezi Yayınları, 2021).

²³ TDK, *Bağımlılık* (Ankara: Türk Tarih Kurumu Basım Evi, 1998); “Bağımlılık”, <https://sozluk.gov.tr/> (Erişim 13 Ağustos 2025).

²⁴ Adam Alter, *Irresistible* (New York: Penguin, 2018), 29; David T. Courtwright, *The Age of Addiction* (Cambridge: Harvard University Press, 2019), 85; Rebecca Lemon, *Addiction and Devotion in Early Modern England* (Philadelphia: University of Pennsylvania Press, 2018), IX.

²⁵ Courtwright, *The Age of Addiction*, 29.

²⁶ Alter, *Irresistible*, 29; Courtwright, *The Age of Addiction*, 85.

mıştır. Benzer şekilde araştırmalar nikotin içerdiği ve modern sigara gibi etkiye sahip olduğu kabul edilen *betel cevizinin* 13 bin yıl önce Güneydoğu Asya’da insanlar tarafından keşfedildiği ve kullanıldığını ortaya koymaktadır.²⁷ Kısaca binlerce yıldır afyon, esrar, kokain, ve alkol gibi psikoaktif maddelerin insanlar tarafından tıbbi, ritüelistik, besinsel amaçların yanı sıra keyif almak amacıyla kullanıldığı bilinmektedir.²⁸ Ancak bağımlılığın tıbbi bir sorun olarak ele alınması yukarıda işaret edildiği üzere 19. yüzyılın sonlarında başlamıştır. 1870’lerden itibaren bazı Amerikalı ve İngiliz doktorlar alkolizm ve uyuşturucu bağımlılığının kötü alışkanlıktan ziyade tedavi edilebilir bir sinir hastalığı olarak benimsenmesi için çalışmalar yürütmüşlerdir.²⁹ Dolayısıyla 19. yüzyılın son çeyreğinden itibaren genel manada bağımlılık, özel manada kimyasal bağımlılıklar ile bilimsel çerçevede mücadele edilmeye başlandığı söylenebilir. 1948 yılında *Dünya Sağlık Örgütü* tarafından kabul edilen *Uluslararası Hastalık Sınıflandırması 6* (ICD-6) el kitabında alkolizm ve psikoaktif madde bağımlılıkları bir bozukluk olarak nitelendirilmiştir.³⁰ Günümüzde gerek madde bağımlılığı gerekse davranışsal bağımlılıklar (çevrimiçi/çevrimdışı kumar bağımlılığı ve oyun bağımlılığı) ICD-11 el kitabında *zihinsel, davranışsal veya nörogelişimsel bozukluklar* kategorisi altında yer almaktadır.³¹ Bu çerçevede bağımlılık bireyin uyuşturucu gibi bir nesneye karşı veya kumar gibi bir eylem üzerinde denetimini yitirmesi olarak tanımlanabilir. Başka bir ifade ile “*bağımlılık geniş manada, sürekli ve zorunlu (kompulsif) bir şekilde kişinin kendisine ve başkalarına zarar vermesine rağmen bir maddenin tüketmesi veya bir davranışa yönelmesidir*”.³² Teknik anlamda bağımlılık, tolerans, yoksunluk, kontrol kaybı, ilgili madde veya eylemin hayatın merkezinde konumlanması, eski yaşam biçiminin terk edilmesi, doz kontrolünün kaybı ve ilgili madde veya eylemin zararlarına rağmen devam edilmesi gibi temel tanı kriterleri çerçevesinde tespit edilmektedir.³³

²⁷ Alter, *Irresistible*, 38.

²⁸ Sean M. Robinson - Bryon Adinoff, “The Classification of Substance Use Disorders”, *Behavioral sciences* 6/3 (2016), 1-23.

²⁹ Courtwright, *The Age of Addiction*, 89.

³⁰ Rubia Paixão Benedicto vd., “Analysis of Evolution of Mental and Behavioral Disorders Through International Classification of Diseases Review”, *SMAD* 9/1 (2013), 28.

³¹ WHO, “ICD-11 for Mortality and Morbidity Statistics” (Erişim 02 Ağustos 2025).

³² Anna Lembke, *Dopamine Nation* (London: Headline Publishing, 2021), 16.

³³ Mehmet Dinç, *Online Kumar ve Cinsellik Bağımlılığı* (İstanbul: Kaknüs Yayınları, 2021), 15-16.

Bağımlılık, literatürde yakın zamana kadar uyuşturucu ve benzeri nesnelere fizyolojik bağımlılığı olan bireylerle sınırlandırılmış; kavram çoğunlukla farmakolojik bileşeni olan zarar verici olguları tanımlamak üzere kullanılmıştır.³⁴ Bu durum bireyin zarar verici bir eylem üzerinde kontrolünün yitirmesi sonucunda ortaya çıkan davranışsal bağımlılıkların ihmal edilmesine neden olmuştur.³⁵ Daha çok geçici bir heves, kötü alışkanlık veya bağımlı bir değişken olarak ele alınan davranışsal bağımlılıkların gelişen bilimsel araştırmalar sonucunda tıpkı madde bağımlılıkları gibi insan üzerinde benzer tahribatı oluşturdukları ortaya konmuştur. Bilhassa fonksiyonel manyetik rezonans görüntüleme cihazı gibi ileri teknolojiler insan beynin haritalandırılmasına, farklı bölgelerinin işlevlerinin ve davranışların gerisinde yatan beyinsel fonksiyonların görüntülenmesine imkan sağlayarak söz konusu bağımlılıklar arasında benzerliklerin ve ortak noktaların anlaşılmasını mümkün kılmıştır.³⁶ Bu sebeple günümüzde bağımlılık terimi herhangi bir madde kullanımının yanı sıra iştah kabartan, kompulsif, tekrarlayıcı niteliğe sahip, zarar verici ve denetlenmesi zor herhangi bir eylemi de tanımlamak için kullanılmaktadır.³⁷ Buradan hareketle bağımlılığı, kimyasal bağımlılık ve davranışsal bağımlılık biçiminde iki ana başlık altında incelemek mümkündür. Yukarıda değinildiği üzere kimyasal bağımlılık uyuşturucu, alkol gibi somut bir maddeye karşı gemenemez bir arzuyu ifade ederken davranışsal bağımlılık ise benzer eğilimin somut bir nesne yerine bir eyleme yönelik olmasını ifade etmektedir.³⁸ Dolayısıyla davranışsal bağımlılık bir madde veya kimyasal bir şeyin insan vücuduna girmesine değil, uzun vadede insan üzerinde benzer sonuçlar doğuracak bir davranış bozukluğuna işaret eder. Bu da insanın dayanılmaz bir istekle karşı karşıya kalarak belirli bir davranış üzerinde kontrolünü yitirmesi anlamına gelir.³⁹ Davranışsal bağımlılıklara belirginlik (salience), ruh hali değişikliği, tolerans, yoksunluk, çatışma ve nüksetme gibi genel kriterler çerçevesinde tanı konulmaktadır.⁴⁰

³⁴ Carlo C. DiClemente, *Addiction and Change* (New York: Guilford, 2003), 3-4; Courtwright, *The Age of Addiction*, 2.

³⁵ An-Pyng Sun, "Historical Background and the Trend Today", *Behavioral Addiction*, ed. An-Pyng Sun vd. (Las Vegas: Central Recovery Press, 2013), 9.

³⁶ An-Pyng Sun, "Historical Background and the Trend Today", 10.

³⁷ DiClemente, *Addiction and Change*, 3-4.

³⁸ Dinç vd., *Teknoloji Bağımlılığı*, 10-11.

³⁹ Alter, *Irresistible*, 5.

⁴⁰ Griffiths, "A 'components' model of addiction within a biopsychosocial framework".

Araştırmamızın ana konusunu oluşturan dijital bağımlılık, davranışsal bağımlılıklar içinde yer alan yeni bir bağımlılık türü olarak kabul edilmektedir. Bu çerçevede literatürde dijital bağımlılığın yanı sıra teknoloji bağımlılığı, internet bağımlılığı, ekran bağımlılığı, akıllı telefon bağımlılığı, sanal bağımlılık vb. kavramlaştırmalar benzer olguları betimlemek için kullanılmaktadır. Dolayısıyla söz konusu kavramlar internet veya dijital teknolojik nesneye ilişkin patolojik kullanım durumuna işaret etmektedir. Çalışmamızda tercih edilen dijital bağımlılık kavramı “*mobil cihaz ve tablet gibi dijital nesnelere ile internet, sosyal ağlar ve benzeri araçlar kullanmadan bir görevi yerine getirmede özerklik ve bağımsızlık eksikliği*” olarak tanımlanabilir.⁴¹ Başka bir ifade ile dijital bağımlılık genel bir kavramlaştırma olup insanın fiziksel ve psikolojik sağlığına zararlarına rağmen internet tabanlı/dijital nesneye ilişkin kompulsif, uzun süreli ve denetimsiz bağımlılığına işaret etmektedir.⁴² Günümüzde internet bağımlılığı veya dijital bağımlılık kapsamında, dijital oyun bağımlılığı, dijital kumar bağımlılığı, sosyal medya bağımlılığı, çevrimiçi alışveriş bağımlılığı, akıllı telefon bağımlılığı, çevrimiçi pornografi bağımlılığı gibi bağımlılık türlerine yer verilmektedir. Ancak 2018 yılında *Dünya Sağlık Örgütü* tarafından yayınlanan ve 2022 yılından güncellenen *Uluslararası Hastalık Sınıflandırması* el kitabında (ICD-11) internet kaynaklı bağımlılıklardan sadece çevrimiçi kumar bağımlılığı ve çevrimiçi oyun bağımlılığı bir bozukluk olarak tanımlanmaktadır.⁴³

İnternet kaynaklı bağımlılıklar da tıpkı diğer bağımlılıklar gibi uzun bir dönem dikkate alınmamıştır. Buna pek çok faktör etkili olmakla birlikte insanlık tarihinde bir devrim olarak kabul edilen internet teknolojisinin tamamen pejoratif bir kavram olan bağımlılıkla birlikte kullanılmasının istenmemesinin neden olduğu söylenebilir.⁴⁴ İnternet kaynaklı bağımlılıklara ilişkin erken dönem yapılan çalışmalarda kullanılan “internet bağımlılığı”, “patolojik internet kullanımı”, “problemlerli internet kullanımı”, “internet istismarı” gibi

⁴¹ Lucio Lage Goncalves vd., “Scale to Assess Leaders’ Perceptions about their Workers’ Digital Addiction”, *Addiction & Health* 10/4 (2018), 224.

⁴² Turgut Karaköse vd., “Revealing the Intellectual Structure and Evolution of Digital Addiction Research”, *International Journal of Environmental Research and Public Health* 19/22 (12 Kasım 2022), 2.

⁴³ WHO, “ICD-11 for Mortality and Morbidity Statistics”.

⁴⁴ Dinç, *Online Kumar ve Cinsellik Bağımlılığı*, 34.

isimlendirmeler bu savı destekler niteliktedir.⁴⁵ Buna rağmen internet bağımlılığı kavramının internetin ilk yayılmaya başladığı 1990'lı yılların ortasından itibaren literatüre girdiği görülmektedir. Burada 1995 yılında İnternet Bağımlılığı Bozukluğu ifadesini ilk kullanan Ivan Goldenberg'in⁴⁶ yanı sıra Mark D. Griffiths ve Kimberly Young isimleri dikkat çekmektedir. Griffiths, 1995 yılından itibaren internet ve teknoloji bağımlılıkları konusunda çok sayıda araştırma yayınlamıştır. Griffiths'in "Technological Addiction"⁴⁷, "Netties Anonymous: Are some people addicted to the internet?"⁴⁸ ve "Internet addiction: An issue for clinical psychology?"⁴⁹ adlı makaleleri öncü çalışmalar arasında yer almaktadır. 1995 yılında internet bağımlılığı ifadesini uluslararası yayınlara dahil eden bir diğer isim olan Young aynı yılda *Center for Internet Addiction* adlı merkezin kuruculuğunu yaparak bu alanda öncü isimlerden biri olmuştur.⁵⁰ Kısaca günümüzde insan-makine ilişkisi sonucunda ortaya çıkan bağımlılıkların, kavramsallaştırılmasında farklılıklar olsa da biyopsikososyal boyutlarıyla ele alınması gereken bir konu olduğu üzerinde konsensüs sağlandığı söylenebilir.

2. Yöntem

2.1. Araştırmanın Amacı ve Hipotezleri

Dijital bağımlılık ile sosyal değerler arasında çift yönlü bir ilişkinin bulunduğu varsayımından hareket eden bu çalışma, nicel araştırma yöntemine uygun olarak tasarlanmış ve değişkenler arası etkileşimi incelemek üzere ilişkisel tarama modeliyle yürütülmüştür. Dijital bağımlılığın sosyal değerlerle etkileşimini ortaya koymayı amaçlayan bu çalışmada aşağıdaki hipotezler test edilecektir:

⁴⁵ Mehmet Dinç, "Teknoloji Bağımlılığı ve Gençlik", *Gençlik Araştırmaları Dergisi* 3/Özel Sayı (2015), 34.

⁴⁶ P. K. Dalal - Debasish Basu, "Twenty years of Internet addiction Quo Vadis?", *Indian Journal of Psychiatry* 58/1 (2016), 6-11; Francesca Salicetia, *Procedia*, "Internet Addiction Disorder", *Procedia - Social and Behavioral Sciences* 191 (02 Haziran 2015), 1372-1376.

⁴⁷ Mark D. Griffiths, "Technological Addictions. Clinical Psychology Forum", *Clinical Psychology Forum* 76 (1995), 14-19.

⁴⁸ M. D. Griffiths, "Netties Anonymous: Are some people addicted to the Internet?", *Times Higher Education Supplement*, (1995), 17.

⁴⁹ Mark D. Griffiths, "Internet Addiction: An Issue for Clinical Psychology?", *Clinical Psychology Forum* 97 (1996), 32-36.

⁵⁰ Brand Matthias - Potenza Marc N., "In memory of Dr. Kimberly S. Young", *Journal of Behavioral Addictions* 8/1 (2019), 1-2.

H₁: Dijital bağımlılık cinsiyete göre farklılaşır.

H₂: Dijital bağımlılık düzeyi kuşaklar arasında farklılık gösterir.

H₃: Dijital bağımlılık eğitim durumuna göre farklılaşır.

H₄: Dijital bağımlılık gelir durumuna göre farklılaşır.

H₅: Dijital bağımlılık medeni duruma göre farklılık gösterir.

H₆: Dijital bağımlılık a) yaşanan ev tipi ve b) ev dışı yaşam alanına göre farklılaşır.

H₇: Dine öznel önem verme düzeyi ile dijital bağımlılık arasında ters yönlü bir ilişki vardır.

H₈: Dijital bağımlılık ile sosyal değerler arasında ters yönlü bir ilişki vardır.

2.2. Örneklem

Bu çalışmanın araştırma evrenini Bursa'da ikamet eden 15-65+ yaş aralığında yer alan bireyler oluşturmaktadır. Çalışmanın örnekleme de doğum yılları 1946 ile 2010 yılları arasında değişen 443 kişiden oluşmaktadır. Araştırmada olasılıklı olmayan örnekleme yaklaşımı benimsenmiş ve katılımcı seçiminde kolayda örnekleme tekniği uygulanmıştır. Katılımcılara ait sosyo-demografik özelliklere ilişkin bulgular Tablo 1'de sunulmaktadır.

Tablo1. Katılımcılara İlişkin Demografik Dağılım

Kategorik Değişkenler								
Doğum Tarihi	N	%		N	%	Cinsiyet	N	%
1946-1964	15	3,4	1980-1995	182	41,1	Kadın	241	54,4
1965-1979	70	15,8	1996-2010	176	39,7	Erkek	202	45,6
Eğitim Durumu	N	%		N	%	Medeni Durum	N	%
İlkokul	13	2,9	Lisans	190	42,9	Bekar	168	37,9
Ortaokul	20	4,5	Yüksek Lisans	36	8,1	Evli	254	57,3

Lise	1 2 1	27, 3	Doktora	9	2,0	Boşanmış	1 8	4, 1
Önlisans	5 4	12, 2				Dul	3	0, 7
Ekono- mik Düzey	N	%		N	%	Ev Tipi	N	%
Alt	2 1	4,7	Ortanın Üstü	9 9	22, 3	Apartman Dairesi	2 3 4	52 ,8
Ortanın Altı	3 4	7,7	Üst	1 2	2,7	Site	1 0 2	23
Orta	2 7 7	62, 5				Rezidans	4	0, 9
Ev Dışı Yaşam Alanı	N	%		N	%	Müstakil Bahçeli Ev	3 8	8, 6
Hobi Bahçesi	1 6	3,6	Kışlık	1	,2	Müstakil Bahçesiz Ev	4 3	9, 7
Dağ Evi	2 5	5,6	Kara- van/Mobil Ev	5	1,1	Villa	7	1, 6
Bağ Evi	2 0	4,5	Diğer	4 6	10, 4	Köy Evi	2	0, 5
Yazlık	5 1	11, 5				Lojman	4	0, 9
Dine Verilen Önem	N	%		N	%	Yurt	4	0, 9
Hiç Önemli Değil	1 3	2,9	Çok Önem- li	1 3 1	29, 6	Diğer	5	1, 1
Biraz Önemli	2 4	5,4	En Üst Düzeyde Önemli	1 9 9	44, 9			
Önemli	7 6	17, 2						

204 | db

2.3. Veri Toplama Süreci ve Araçları

Araştırma Bursa Teknik Üniversitesi Rektörlüğü Bilimsel Araştırma ve Yayın Etiği Kurulu'nun 24.12.2024 tarih ve E.34953 sayılı onayıyla yürütülmüş ve veri toplama süreci 2025 yılının ilk iki ayında tamamlanmıştır. Katılımcıların tamamına Google Forms üzerinden online anket uygulanmıştır.

2.3.1. Kişisel Bilgi Formu

Kişisel bilgi formunda cinsiyet, doğum tarihi, eğitim durumu, gelir durumu, medeni durum, ev tipi, ev dışı yaşam alanı ve dine öznel önem vermeye ilişkin sorulara yer verilmiştir.

2.3.2. Dijital Bağımlılık Ölçeği

Bu ölçek, Ahmet Kesici ve Nazenin Fidan Tunç tarafından 2018 yılında dijital bağımlılığı ölçümlemek üzere geliştirilmiştir.⁵¹ Başlangıçta 28 madde olarak tasarlanan ölçek, faktör analizleri neticesinde toplam varyansın %59,51'ini karşılayan 5 boyutlu ve 19 maddelik son şeklini almıştır. “Aşırı kullanım” alt boyutu 5 maddeden, “nüks etme” alt boyutu 3 maddeden, “hayatın akışını engelleme” alt boyutu 4 maddeden, “duygu durumu” alt boyutu 4 maddeden ve “bırakamama” alt boyutu 3 maddeden oluşmaktadır.

2.3.3. Çok Boyutlu Sosyal Değerler Ölçeği

Yavuz Bolat tarafından 2013 yılında geliştirilen Sosyal Değerler Ölçeği, 6 boyut ve 42 maddeden oluşmaktadır.⁵² “Aile değerleri” boyutu 2 alt boyut ve 6 maddeden, “bilimsel değerler” 2 alt boyut ve 6 maddeden, “çalışma-iş değerleri” 3 alt boyut ve 8 maddeden, “dini değerler” 6 maddeden, “geleneksel değerler” 6 maddeden, “siyasi değerler” boyutu 4 alt boyut ve 10 maddeden müteşekkildir.

2.4. Analiz Süreci

Çalışma kapsamında elde edilen veriler SPSS 29 paket programı kullanılarak analiz edilmiş ve bu süreçte t-testi, ANOVA ve Pearson korelasyon analizinden yararlanılmıştır. Değişkenlere ait tanımlayıcı istatistiklere Tablo 2’de yer verilmiştir.

⁵¹ Ahmet Kesici - Nazenin Fidan Tunç, “The Development of the Digital Addiction Scale for the University Students: Reliability and Validity Study.”, *Universal Journal of Educational Research* 6/1 (2018), 91-98.

⁵² Yavuz Bolat, “Bir Değer Ölçme Aracı: Çok Boyutlu Sosyal Değerler Ölçeği”, *Turkish Journal of Education* 2/4 (31 Ekim 2013), 13-27.

Tablo 2. Değişkenlere Ait Cronbach α ve Çarpıklık-Basıklık Değerleri

	Dijital Bağımlılık	Aşırı Kullanım	Nüfuz Etme	Hayatın Akışını Engelleme	Duygu Durumu	Bırakamama	Çok Boyutlu Sosyal Değerler	Aile Değerleri	Bilimsel Değerler	Çalışma-İş Değerleri	Dini Değerler	Geleneksel Değerler	Siyasi Değerler
Cronbach α	,92	,82	,87	,85	,80	,70	,83	,47	,61	,46	,66	,66	,37
Skewness	,286	,308	,420	,530	,456	-,528	-,645	-,544	-,116	-,325	-,992	-,815	-,299
Kurtosis	,083	-,339	-,567	-,168	-,009	-,129	,716	,106	-,425	,233	,799	,666	-,191

206 | db

Tablo 2'den anlaşıldığı üzere, tüm ölçek ve alt ölçeklere ait çarpıklık ve basıklık değerleri normal dağılım için kabul edilen +1 ile -1 aralığı içerisinde yer almaktadır. Bu da veri seti üzerinde parametrik testlerin kullanımı için gerekli olan normal dağılım şartının karşılandığını göstermektedir.

3. Bulgular ve Tartışma

3.1. Cinsiyet ve Bağımlılık

Yapılan bağımsız örneklem t testi sonucunda bağımlılık puanlarının kadın ve erkek katılımcılar arasında anlamlı şekilde farklılaşmadığı tespit edilmiştir ($t(441)=0,428$; $p>0,05$). Sonuçların "Dijital bağımlılık cinsiyete göre farklılaşır" şeklindeki H_1 'i desteklemediği anlaşılmaktadır. Bununla birlikte, her iki grubun aldığı puan ortalamalarına bakıldığında kadın katılımcıların ($X=2,60$) erkek katılımcılardan ($X=2,57$) daha yüksek skora sahip olduğu görülmektedir. Bağımlılık alt boyutları açısından da cinsiyete göre anlamlı bir farklılık tespit edilmemiştir. Ancak literatürde cinsiyet temelli araştırmalarda genelde madde bağımlılığı özelde ise dijital bağımlıklarda farklılık gözlenmiştir. Zhang ve arkadaşlarının çalışmasında erkek öğrencilerin kız öğrencilere göre anlamlı şekilde

yüksek problemlerle internet kullanımını skorunun olduğu görülmüştür.⁵³ Benzer şekilde erkeklerin kadınlara göre daha fazla madde bağımlılığına yakalandıkları görülmüştür.⁵⁴ Dijital bağımlılıklarda da yine erkeklerin interneti daha çok çevrimiçi kumar ve oyun oynamak için kullandıkları ve kadınların ise sosyal medya ve çevrimiçi alışveriş için kullandıklarını göstermektedir.⁵⁵ Ancak farklı ülkelerde yürütülen bazı araştırmalar sosyal medya ve çevrimiçi alışveriş dahil olmak üzere dijital bağımlılıkta cinsiyet açısından anlamlı bir farklılık bulunmadığını ortaya koymaktadır. Örneğin Pradhana ve Sastino'nun yaptıkları araştırma, cinsiyet bakımından çevrimiçi alışverişte kadınların erkeklere göre daha sık alışveriş yaptıkları buna karşın erkeklerin ise daha fazla zaman harcadıklarının yanı sıra miktar olarak fazla harcama yaptıklarını ortaya koymaktadır.⁵⁶ Mevcut çalışma kapsamında ise yukarıda işaret edildiği gibi cinsiyetin genel dijital bağımlılık düzeyinde bir etkisinin olmadığı görülmüştür. Kısaca bu bulgu, dijitalleşmenin cinsiyet bakımından toplumun tüm kesimlerini eşit düzeyde etkilediği şeklinde okunabilir.

3.2. Kuşak Farkı ve Bağımlılık

db | 207

Katılımcıların doğum tarihine göre bağımlılık puanlarında farklılık olup olmadığını tespit etmek üzere yapılan tek yönlü varyans analizine göre bağımlılık genel puanlarında anlamlı farklılık görülmüştür ($F=11,327$; $p<0,05$). Bu da "Dijital bağımlılık düzeyi kuşaklar arasında farklılık gösterir" şeklindeki H_2 'nin desteklendiğini göstermektedir. Farklılığın hangi gruplar arasında olduğunu tespit etmek üzere post-hoc testi yapılmış, varyansların homojen olması sebebiyle Tukey tercih edilmiştir. Sonuç olarak 1946-1964 doğumlular ($X=2,30$) ile 1996-2010 doğumlular ($X=2,81$), 1965-1979 doğumlular ($X=2,31$) ile 1996-2010 doğumlular ($X=2,81$), 1980-1995 doğumlular ($X=2,50$) ile 1996-2010 doğumlular ($X=2,81$) arasında anlamlı farklılık olduğu tespit edilmiştir. Başka bir ifadeyle

⁵³ Yonghong Zhang vd., "A Preliminary Investigation on the Relationship between Virtues and Pathological Internet Use among Chinese Adolescents", *Child and Adolescent* 8/1 (04 Mart 2014), 4.

⁵⁴ Kültegin Ögel (ed.), *101 Soruda Bağımlılık* (İstanbul: Yeşilay, 2022), 31-32.

⁵⁵ Emanuela Mari vd., "Gender differences in internet addiction", *Computers in Human Behavior Reports* 9 (01 Mart 2023), 100247; Tuğba Koç - Aykut Hamit Turan, "Examining the Relationships between Gender-Specific Social Network Sites Addiction Patterns and Student Academic Performance", *Addicta* 7/1 (2020), 10-20.

⁵⁶ F. Pradhana - P. Sastiono, "Gender Differences in Online Shopping: Are Men More Shopaholic Online?", *Advances in Economics, Business and Management Research* 72 (2019), 123-128.

le, 1996-2010 yılları arasında dünyaya gelen katılımcıların bağımlılık skorları diğer gruplardan anlamlı şekilde daha yüksek çıkmıştır. Burada kullanılan yıl aralıkları kuşak mantığıyla oluşturulmuş olup söz konusu kuşaklandırma genelde bebek patlaması (baby boomers), X, Y ve Z olarak kavramlaştırılmaktadır. Bu kuşakların dünya görüşlerinin birbirinden ciddi manada farklılaştığı iddia edilebilir. Özellikle Z kuşağının diğer kuşaklara göre hem dijital teknolojiye daha yatkın oldukları hem de dünyaya daha postmateryalist biçimde yöneldikleri ifade edilir. Bu çerçevede Marc Prensky kuşak farklılıklarını dijital göçmen ve dijital yerli olarak kavramlaştırmakta ve bu kuşaklar arasında sadece giyim kuşam, stil bakımından farklılığın olmadığını, sosyalleşme ve dünya ile kurdukları ilişki biçiminin farklı olduğunu iddia etmektedir.⁵⁷ Konu araştırmamız açısından incelendiğinde dijital teknolojinin içine doğan ve ana dili teknoloji olan dijital yerlilerin dijital bağımlılık düzeylerinin yüksek olmaları kaçınılmaz görünmektedir. Zira teknik olarak toplumunun dijitalleşmesi dijital teknoloji kullanımını zorunlu olarak artırmaktadır. Ancak burada doğal olarak artan teknoloji kullanımının temel risk faktörü, bireylerin bireysel ve toplumsal işlevselliğinin yitimi ve sosyal değerlerin aşınımı ile sonuçlanan bağımlılıktır. Dolayısıyla yeni kuşaklarda dijital teknolojinin etkin ve sağlıklı kullanımının yaygınlaşması için teknoloji okuryazarlığının önemi ortaya çıkmaktadır.

3.3. Eğitim Durumu ve Bağımlılık

Eğitim durumunun katılımcıların bağımlılık puanlarında anlamlı bir farklılığa sebep olup olmadığını belirlemek için yapılan tek yönlü varyans analizi sonucunda bağımlılık genel skorları açısından gruplar arasında bir fark olmadığı saptanmıştır ($F=1,58$; $p>0,05$). Bu sonuç, “Dijital bağımlılık eğitim durumuna göre farklılaşır” şeklindeki H_3 'ün geçerliliğini doğrulamamaktadır. Ölçek ortalamalarına bakıldığında ise grupların düşük skordan yükseğe doğru şu şekilde sıralandığı görülmektedir: Ortaokul ($X=2,26$), yüksek lisans ($X=2,45$), doktora ($X=2,502$), önlisans ($X=2,509$), ilkokul ($X=2,56$), lisans ($X=2,60$), lise ($X=2,70$). Alt boyutlar açısından bakıldığında ise “aşırı kullanım” ($F=2,122$; $p<0,05$) ve “bırakmama” ($F=4,261$; $p<0,05$) alt boyutlarında gruplar arası anlamlı

⁵⁷ Marc Prensky, “Digital Natives, Digital Immigrants”, *On the Horizon* 9/5 (2001), 1-6; Marc Prensky, “Digital Natives, Digital Immigrants, Part II: DoThey Really Think Differently?”, *On the Horizon* 9/6 (2001), 1-9.

farklılıklar olduğu görülmüştür. “Aşırı kullanım” alt boyutu için yapılan Games-Howell testinde anlamlı farklılığın ortaokul ($X=2,06$) ve lisans ($X=2,64$) mezunları arasında olduğu tespit edilmiştir. Buna göre lisans mezunu katılımcıların aşırı kullanım alt boyutundan aldıkları puan ortaokul mezunlarının puanından anlamlı şekilde yüksektir. “Bırakamama” alt boyutu açısından ise ortaokul ($X=2,58$) ile lise ($X=3,40$), önlisans ($X=3,48$), lisans ($X=3,53$) grupları arasında anlamlı farklılık olduğu saptanmıştır. Buna göre ortaokul mezunu katılımcıların bırakamama alt boyutundan aldıkları puan, lise, önlisans ve lisans mezunlarından anlamlı şekilde düşüktür.

Klasik yaygın eğitimin özellikle dijital bağımlılık ile anlamlı bir ilişki göstermemesini uygulanan eğitim müfredatıyla ilgili bir sorun olarak değerlendirmek mümkündür. Zira sağlıklı dijital teknoloji kullanımı ile ilgili bireylere ne örgün eğitim yoluyla ne de kültürlenme ve sosyalleşme süreçlerinde herhangi bir rehber sunulmaktadır. Dolayısıyla burada bireylerin kendi eğitim düzeylerinden ziyade genel anlamda mensubu oldukları toplumun, özel anlamda ise ailelerin farkındalığı büyük önemi haizdir. Nitekim literatürde dijital ebeveynlik tutumlarının çocuklarının dijital bağımlılık düzeylerini anlamlı olarak yordadığı gözlemlenmiştir.⁵⁸ Kısaca dijitalleşen günümüz dünyasında sınırsızlığı imleyen özgürlükçü tutum ile tamamen yasakçı tutumdan ziyade farkındalık düzeyi yüksek, çocuklara dijital dünyada rehber olan dijital ebeveynlik tutumu önem arz etmektedir. Eğitimin bağımlılığa etkisinin yanı sıra bağımlılığın da eğitim üzerinde belirleyici olduğu söylenebilir. Genel manada bağımlılığın bireylerin sosyalleşmesi üzerine olumsuz etkileri bilinmektedir. Özellikle bağımlılığın eğitim ve akademik başarı üzerine olumsuz etkileri mevcuttur. Örneğin Houston ve Foubert tarafından yapılan araştırmada, internet bağımlılığı ve öğrencilerin not ortalaması arasında negatif bir ilişki tespit edilmiştir.⁵⁹ Benzer şekilde Seema ve Varik-Maasik tarafından yapılan bir başka araştırmada

⁵⁸ Elif Akay - Gökhan Kayılı, “Dijital Ebeveynlik Tutumları ile Ergenlerde İnternet Bağımlılığı ve Duyguları Yönetme Becerileri arasındaki İlişki”, *Çocuk ve Gelişim Dergisi* 6/11 (08 Temmuz 2023), 48-66.

⁵⁹ Michael Houston - John Foubert, “The Relationship Between Internet Addiction Test Scores and Academic Achievement”, *Growth* 23/23 (01 Ocak 2024), 24-42.

dijital bağımlılığın eğitim süreci üzerine olumsuz bir etki oluşturduğu, öğrenme güçlüğü meydana getirdiği ortaya konmuştur.⁶⁰

3.4. Gelir Durumu ve Bağımlılık

Gelir durumu ve bağımlılık ilişkisini incelemek üzere yapılan tek yönlü varyans analizi neticesinde gruplar arasında dijital bağımlılık genel puanları açısından anlamlı bir farklılık olmadığı tespit edilmiştir ($F=1,841$; $p>0,05$). Ancak alt boyutlara bakıldığında “nüks etme” ve “hayatın akışını engelleme” alt boyutlarında anlamlı farklılıklar olduğu görülmüştür. Buradan hareketle, “Dijital bağımlılık gelir durumuna göre farklılaşır” şeklindeki H_4 'ün kısmen doğrulandığı söylenebilir. Farkın hangi gruplar arasında olduğunun tespiti için yapılan Tukey testi sonucunda ortanın altı ($X=2,93$) gelir grubunun nüks etme alt boyutu skoru, üst ($X=1,97$) gelir grubundan anlamlı şekilde yüksek çıkmıştır ($F=2,318$; $p<0,05$). Hayatın akışını engelleme alt boyutunda ise üst gelir grubunun ($X=1,60$), alt ($X=2,59$), ortanın altı ($X=2,60$), orta ($X=2,37$) ve ortanın üstü ($X=2,22$) gelir grubundan anlamlı şekilde düşük skor aldığı saptanmıştır. Bağımlılıklar özellikle madde bağımlılığının daha çok düşük gelirli bireylerde geliştiği kabul edilmektedir. Bizim araştırmamız da gelir durumunun dijital bağımlılığın alt boyutlarında anlamlı bir etkisinin olduğunu ortaya koymaktadır. Literatür incelendiğinde sadece madde bağımlılığında değil, dijital bağımlılıklarda da gelir durumunun önemli olduğu anlaşılmaktadır. Örneğin, Demirel ve arkadaşları ile Aktaş ve arkadaşları tarafından yapılan araştırmalarda internet ve sosyal medya bağımlılıkları düşük gelirli bireylerde daha yüksek bulunmuştur.⁶¹ Ancak literatürde ekonomik gelir yüksekliğinin dijital bağımlılık üzerinde pozitif bir etki oluşturduğunu gösteren araştırmalar da mevcuttur. Örneğin Kumcağız ve arkadaşları tarafından yapılan araştırmada, ailelerinden daha fazla harçlık alan öğrencilerin bağımlılık skorları daha yüksek olarak tespit edilmiştir.⁶² Kanaatimize göre ekonomik gücün özellikle

⁶⁰ Riin Seema - Ene Varik-Maasik, “Students’ Digital Addiction and Learning Difficulties”, *Frontiers in Education* 8 (13 Temmuz 2023), 1-12.

⁶¹ Mehmet Demirel vd., “Genç Yetişkinlerde Sosyal Medya Bağımlılığı ve Serbest Zaman Tutumu: Algılanan Gelir Düzeyinin Rolü”, *Neu Gastro* 2 (2023), 74-85; Eda Aktaş vd., “Üniversite Öğrencilerinde Mobil Bağımlılık Düzeyi ve Problem Çözme Becerisinin İncelenmesi”, *Fenerbahçe Üniversitesi Sağlık Bilimleri Dergisi* 3/2 (23 Ağustos 2023), 188-204.

⁶² Hatice Kumcağız vd., “Üniversite Öğrencilerinde Akıllı Telefon Bağımlılığı”, *İnsan ve Toplum Bilimleri Araştırmaları Dergisi* 9/1 (2020), 13-39.

bağımlılıkla mücadelede önemi göz ardı edilemez bir gerçektir. Zira ekonomik sermaye, bireylere hem gündelik yaşamda bağımlılığa yakalanmamaları için hem de yakalandıktan sonra bağımlılıkla mücadele etmeleri için daha fazla olanak sunmaktadır. Bu da bireylerin genel anlamda iyilik hallerinin sürdürülmesinde önem arz etmektedir.

3.5. Medeni Durum ve Bağımlılık

Medeni duruma göre dijital bağımlılıkta anlamlı bir farklılaşmanın varlığı tek yönlü varyans analizi ile tespit edilmiştir ($F=9,931$; $p<0,05$). Bu sonuç, “Dijital bağımlılık medeni duruma göre farklılık gösterir” şeklindeki H_5 ile uyumludur. Bu bağlamda, Tukey testi uygulanarak farklılığın bekar ($X=2,82$) ve evli ($X=2,44$) katılımcılar arasında olduğu saptanmıştır. Buradan anlaşıldığı üzere bekarların dijital bağımlılığı evlilere göre anlamlı şekilde yüksektir. Ailenin özellikle çocukların kriminal eğilimlerinin bastırılmasında önemli bir faktör olduğu bilinmektedir.⁶³ Benzer şekilde evliliğin de tıpkı anne babanın çocuklar üzerindeki denetimi gibi bir etki oluşturduğu, geliştirdiği bağlılık ve yüklediği sorumluluk hissini eşler üzerinde önemli bir koruyucu faktör olarak işlev gördüğü söylenebilir. Evlilik, bağımlılıktaki temel risk faktörlerinden biri olan yalnızlık hissini ortadan kaldırmaktadır. Nitekim Kirk’in medeni durumun yasa dışı madde kullanımına etkisi üzerine yaptığı araştırmasında evliliğin bireyi kısmi olarak bağımlılıktan koruduğu ortaya konmuştur. Sinha tarafından yapılan çalışmada ise salt evlilikten ziyade eşler arasındaki nitelikli ilişkinin gerek bağımlılığa yönelmede gerekse bağımlılık tedavisi sürecinde önemli bir etkiye sahip olduğu ve koruyucu bir faktör olarak işlevselliği haiz olduğu belirtilmiştir.⁶⁴ Buradan hareketle genel anlamda aile, özel anlamda ise evliliğin gerek madde bağımlılıkları gerekse davranışsal bağımlılıklar üzerinde düzenleyici bir etkiye sahip olduğu söylenebilir.

⁶³ Rolf Loeber - Magda Stouthamer-Loeber, “Family Factors as Correlates and Predictors of Juvenile Conduct Problems and Delinquency”, *Crime and Justice* 7 (Ocak 1986), 29-149.

⁶⁴ Namita Sinha, “Effect of Marital status on Substance Abuse-A Review”, *Research International Journal of Recent Scientific Research* 9/5 (2018), 27012-27015.

3.6. Ev Tipi, Ev dışı Yaşam Alanı ve Bağımlılık

Yaşanılan ev tipine göre katılımcıların dijital bağımlılık genel puanlarında istatistiksel olarak anlamlı bir farklılık olup olmadığını belirlemek üzere yapılan varyans analizinde gruplar arasında bir farklılığın olmadığı tespit edilmiştir ($F=1,496$; $p>0,05$). Ortalamalar dikkate alındığında gruplar düşükten yükseğe doğru şöyle sıralanabilir: Diğer ($X=1,97$), köy evi ($X=2,23$), villa ($X=2,37$), müstakil bahçeli ev ($X=2,39$), rezidans ($X=2,57$), site ($X=2,60$), apartman dairesi ($X=2,60$), müstakil bahçesiz ev ($X=2,72$), lojman ($X=3,10$) ve yurt ($X=3,14$). Ev dışı yaşam alanına sahip olmanın bağımlılık puanları üzerinde bir farklılığa sebep olmadığı yapılan tek yönlü varyans analizleri neticesinde ortaya konulmuştur ($F=1,051$; $p>0,05$). Buradan, araştırma sonuçlarının “Dijital bağımlılık a) yaşanan ev tipi ve b) ev dışı yaşam alanına göre farklılaşır” şeklindeki H_0 'yi desteklemediği anlaşılmaktadır. Ancak bağımlılık ortalamaları esas alındığında grupların dizilimi şöyledir: Hobi bahçesi ($X=2,34$), dağ evi ($X=2,44$), yazlık ($X=2,46$), yok ($X=2,60$), bağ evi ($X=2,67$), diğer ($X=2,74$), karavan/mobil ev ($X=2,80$) ve kışlık ($X=3$).

212 | db

Ev tipine göre dijital bağımlılıkta istatistiksel manada anlamlı bir farklılık görülmemekle birlikte skor ortalamalarının dikkat çekici olduğu tespit edilmiştir. Özellikle lojman ve yurttaki ikamet eden bireylerin dijital bağımlılık skorları diğerlerine göre yüksek bulunmuştur. Modern kent yaşamının samimiyetten uzak formel ilişki biçimi, insanı dört duvarla çevrili evinden sanal da olsa dışarı taşıyan dijital teknolojiye yakından ilgili hale getireceği ve nihayetinde bağımlılığa sevk edeceği iddia edilebilir.⁶⁵ 1960'lı yıllarda laboratuvar fareleri üzerine yapılan deneylerde morfin ve uyuşturucu benzeri maddelerin erişiminin bağımlılığın başat sebebi olduğu iddia edilmiştir. Zira deneylerde fare ve maymun gibi laboratuvar kobaylarının araştırmacıların kurdukları düzenekten yararlanarak bağımlılık yapıcı maddeyi fazlasıyla tükettiği ortaya çıkmıştır. Ancak *The Globalization of Addiction: A Study of Poverty of Spirit* adlı kitabın yazarı Bruce K. Alexander ve arkadaşların yaptığı deneylerde ise maddenin erişilir olmasından ziyade deneklerin yaşam koşullarının önemli olduğu ortaya konmuştur. Bir grup fareyi laboratuvar kafesinde ve diğer grup fareyi ise geniş bir parkta benzer şekilde morfin

⁶⁵ Mehmet Dinç, *İnternet Bağımlılığı* (İstanbul: Ferfir Yay., 2010), 9.

çözümleri ve su şişeleri sunan düzenekler kurarak deneye tabi tuttu- lar. Elde ettikleri sonuca göre stresli koşullarda bulunan laboratu- var kafeslerindeki fareler serbest alana sahip farelere göre su yerine daha fazla morfin tükettiler. Buna göre bağımlılıkta, maddenin yapısı veya erişilir olmasının yanında çevresel ve sosyal koşulların da önemi göz ardı edilmeyecek kadar büyüktür.⁶⁶ Buradan hareketle modern kentin getirdiği apartman ve yurt yaşamının, insanın psikososyal gereksinimlerini karşılamaktan uzak olduğu iddia edilebilir.

3.7. Din ve Bağımlılık

Katılımcıların dine öznel önem verme düzeyi ile dijital bağımlılık düzeyleri arasında istatistiksel açıdan anlamlı negatif yönlü bir ilişki saptanmıştır ($r = -0,14$, $p <,01$). Başka bir ifade ile, katılımcıların dine önem verme düzeyleri arttıkça dijital bağımlılık puanları azalmaktadır. Bu sonuç, H_7 'nin öngördüğü yönde bir ilişkinin varlığını doğrulamaktadır.

Literatürde bir toplumsal kurum olan dinin bireyleri bağımlılıklardan koruduğunu gösteren çalışmalar bulunmaktadır. Değerler ve inançların karar verme sürecini etkileyerek bağımlılığın gerek oluşumunda gerekse iyileştirilmesinde önemli rol oynadığı ileri sürülebilir.⁶⁷ Bu doğrultuda yapılan pek çok çalışma da dinin, hem bağımlılığın önlenmesinde hem de tedavi edilmesinde pozitif etkisinin olduğunu ortaya koymaktadır.⁶⁸ İnternet bağımlılığı söz konusu olduğunda da benzer sonuçlara rastlanmaktadır. Örneğin, Dossi ve arkadaşları yaptıkları meta analiz çalışmasında dindarlık/maneviyatın özellikle ergen ve genç yetişkinler üzerinde internetle ilgili bağımlılıklara karşı koruyucu bir rolünün olabileceği sonucuna ulaşmıştır.⁶⁹ Müslüman örnekleme yapılan çalışmalar da benzer sonuçlar vermektedir. Örneğin, Nadeem ve arkadaşları içsel

⁶⁶ Bruce Alexander, *The Globalization of Addiction* (Oxford: Oxford University Press, 2010), 193-198.

⁶⁷ Ahmad Tassi, "Influence of Values and Beliefs on Addictive Behaviors", *Multidisciplinary Approach for Better Understanding of Addictive Behaviour*, ed. Pilar Almela - Elena Martinez-Laorden (1-9: IntechOpen, 2025), 1-9.

⁶⁸ Brian J. Grim - Melissa E. Grim, "Belief, Behavior, and Belonging: How Faith is Indispensable in Preventing and Recovering from Substance Abuse", *Journal of Religion and Health* 58/5 (2019), 1713-1750; Havva Nur Karaca - Oğuz Emre, "The Relationship between Religious Beliefs and Substance Abuse Protection Self Efficacy of High School Students", *Scientific Reports* 15/1 (17 Nisan 2025), 13332.

⁶⁹ Dossi vd., "Association between religiosity or spirituality and internet addiction", 14.

dini yönelimin genç yetişkinlerin internet kullanımını üzerinde azaltıcı bir etkiye sahip olabileceği bulgusunu paylaşmaktadır.⁷⁰ Buna karşın, internet bağımlılığı ile dindarlık arasında anlamlı bir ilişkinin bulunmadığını ileri süren çalışmalar da mevcuttur.⁷¹ Jiang ve arkadaşları, dindarlığın internet bağımlılığı üzerindeki etkisinin yalnızca görünürde bir etki olduğunu, üçüncül değişkenlerin etkisi ortadan kaldırıldığında dindarlığın internet bağımlılığı üzerinde anlamlı bir etkisinin kalmadığını sürmüştür.⁷² Konuyu ahlaki değerlerle ilişkilendirerek ele alan Ayten ve Acat da internet bağımlılığının dindarlık ile ilişkili olmadığını, ancak ahlaki değerlerle ters yönde ilişkili olduğunu bulgulamıştır.⁷³

Bunların dışında farklı dinlerden katılımcılar üzerinde yapılan ve dindarlığın internet bağımlılığına karşı koruyucu etkisinin, yalnızca kadınlarda söz konusu olduğunu tespit eden bir çalışmadan bahsetmek de mümkündür.⁷⁴

Din ve bağımlılık ilişkisinin yönüne dair farklı görüşler ve bulgular söz konusu olsa da genel kanı dinin önleyiciliğinin önemli olduğu yönündedir. Bu minvalde Brian Grim ve Melissa Grim, Amerika Birleşik Devletleri'nde inancın madde kullanımının önlenmesi ve tedavi edilmesindeki etkisini araştırdıkları çalışmalarında dinin zayıflamasının sadece dini kurumları ilgilendiren bir mevzu olmadığı, aynı zamanda ulusal bir sağlık sorunu olduğu sonucuna varmıştır.⁷⁵ Kısaca alanyazın, dinin, bağımlılık gibi toplumsal sorunların önlenmesinde koruyucu bir faktör olduğunu göstermektedir.

3.8. Toplumsal Değerler ve Bağımlılık

Dijital bağımlılık ve sosyal değerler ilişkisini ortaya çıkartmak üzere yapılan korelasyon analizine göre bu iki değişken arasında istatistiksel açıdan anlamlı negatif yönlü bir ilişki söz konusudur ($r = -.320$, $p < .01$). Buna göre, katılımcıların sosyal değer skorları

⁷⁰ Nadeem vd., "The Association Between Muslim Religiosity and Internet Addiction Among Young Adult College Students", 1958.

⁷¹ H. Ekşi - M. Çiftçi, "Lise Öğrencilerinin Problemleri İnternet Kullanım Durumlarının Dinî İnanç ve Ahlaki Olgunluk Düzeylerine Göre Yordanması", *Addicta* 4 (01 Ocak 2017), 181-206.

⁷² Jiang vd., "Does Religion Suppress Internet Addiction?", 9-10.

⁷³ Ayten - Acat, "Internet Addiction, Values, and Religiosity as Predictors of Life Satisfaction Among Adolescents", 866-867.

⁷⁴ Charlton vd., "Religiosity, adolescent Internet usage motives and addiction", 1625.

⁷⁵ Grim - Grim, "Belief, Behavior, and Belonging".

arttıkça dijital bağımlılık puanları azalmakta; dijital bağımlılık skorları arttıkça sosyal değer puanları azalmaktadır. Sosyal değerlerin tüm alt boyutları ile dijital bağımlılık arasında anlamlı negatif yönlü ilişki tespit edilmiştir. Dijital bağımlılık ile aile değerleri alt boyutu arasında düşük düzeyli ($r = -,23$, $p <,01$), bilimsel değerler alt boyutu arasında düşük düzeyli ($r = -,11$, $p <,05$), çalışma-iş değerleri arasında düşük düzeyli ($r = -,22$, $p <,01$), dini değerler arasında düşük düzeyli ($r = -,18$, $p <,01$), geleneksel değerler arasında düşük düzeyli ($r = -,29$, $p <,01$) ve siyasi değerler arasında orta düzeyli negatif ilişki ($r = -,31$, $p <,01$) bulunmuştur. Sonuç olarak, “Dijital bağımlılık ile sosyal değerler arasında ters yönlü bir ilişki vardır” şeklindeki H_8 'in istatistiksel olarak desteklendiği görülmektedir.

Tablo 3. Dijital Bağımlılık ile Sosyal Değerler ve Alt Boyutları Arası Korelasyon Analizi

	X	SD	1	2	3	4	5	6	7	8
1. Dijital Bağımlılık	2,59	0,72	1	-,320*	-,232*	-,114*	-,223*	-,187*	-,292*	-,318*
2. Sosyal Değerler	4,03	0,36		1	,698*	,639*	,775*	,686*	,799*	,731*
3. Aile Değerleri	4,27	0,49			1	,345*	,458*	,316*	,528*	,459*
4. Bilimsel Değerler	3,86	0,59				1	,489*	,269*	,462*	,236*
5. Çalışma-İş Değerleri	3,84	0,46					1	,441*	,568*	,399*
6. Dini Değerler	4,31	0,53						1	,561*	,433*
7. Geleneksel Değerler	4,39	0,47							1	,452*
8. Siyasi Değerler	3,74	0,47								1

db | 215

Bulgular toplumsal değerler ile bağımlılık arasında bir korelasyonu göstermektedir. Toplumsal değerlerin zayıflamasının mı bağımlılığa yol açtığı, yoksa bağımlılığın gelişmesinden sonra toplumsal değerlerin bağımlı birey için anlamsızlaşacağı mı sorusunun

nicel bir çalışmada cevaplandırılması güçtür. Ancak her iki değişkenin karşılıklı olarak birbirini etkilediği iddia edilebilir.

Bulguların da gösterdiği gibi toplumsal değerlerin, bir toplumun sosyal kontrol sistemini ayakta tutarak bağımlılık ve benzeri sapma davranışların törpülenmesinde önemli bir işleve sahip olduğu ve güçlü bir dışsal sosyal kontrol sisteminin inşasını desteklediği söylenebilir. Özellikle içselleştirilmiş toplumsal değerler, bireyde bir otokontrol sistemin de oluşmasına önemli ölçüde katkı sunar. Toplumsal değerlere bağlı otokontrol sistemin varlığının da bireyi bağımlılık gibi sapma davranışlardan koruyacağı iddia edilebilir. Zira toplumsal değerlerin birey için toplum içinde nasıl davranış sergilemesini belirleyen yol haritası gibi işlev görerek toplumsal bütünleşme ve sürekliliği sağladığı varsayılmaktadır.⁷⁶ Bu çerçevede, Öz- yer ve arkadaşları tarafından akademisyenler üzerine yapılan araştırmada bireylerin değer algılaması ile bireylerarası sapma davranışı arasında orta düzeyde anlamlı ters yönlü bir ilişki bulunmuştur.⁷⁷ Araştırmaya göre bireylerin değer algısı bireylerarası sapma davranışı üzerinde göreceli azaltıcı bir etkiye sahiptir. Yani güçlü toplumsal normlar, değerler ve ağlar bireyi sapma davranışlardan koruyarak sağlıklı toplumsal yeniden üretim sürecine katkı sunmaktadır. Buradan hareketle bağımlılıkların biyopsikolojik boyutları önemli olmakla birlikte sosyolojik bir sorun olarak da ele alınması gerektiği söylenebilir. Goudarzi ve arkadaşları çalışmalarında dini değerler ve aile uyumunun bağımlılık yatkınlığı ile negatif yönde ilişkili olduğunu tespit ederek sıcak ve işbirlikçi aile ortamında gerçekleşen değer aktarımının gençlerde bağımlılığa eğilimi önleyebileceğini ifade etmiştir.⁷⁸ Benzer şekilde Bruce Alexander, bağımlılığa bireysel bir sorun veya hastalıktan ziyade toplumsal bir sorun olarak yaklaşılması gerektiğini vurgular. Ona göre bağımlılık yerinden edilme (dislocation) neticesinde ortaya çıkan bir adaptasyon çabası olarak görülmelidir. Yerinden edilmeyi psikososyal bütünleşme eksikliği olarak nitelendiren Alexander, bağımlılığı psikososyal bütünleşmeden mahrum kalan bireylerin alternatif bir yaşam

⁷⁶ Şahin, *Değerler Sosyolojisi*, 38.

⁷⁷ Kubilay Özyer vd., "Değerlerin Bireylerarası Sapma Davranışları Üzerindeki Etkisi", *ASBİ* 18/3 (16 Ekim 2018), 169-192.

⁷⁸ Soheil Moazami Goudarzi vd., "The Complementary Role of Family, Religion, and Spiritual Intelligence in Reducing Addiction Susceptibility: A Study on the Mediating Role of Psychological Well-Being", *Mental Health and Lifestyle Journal* 2/3 (01 Eylül 2024), 6.

tarzı arayışı olarak ele almaktadır.⁷⁹ Kısaca bağımlılıklar dahil sosyal problemlerin oluşumunda ve düzeltilmesinde toplumsal değer ve normlara bağlılığın önemi göz ardı edilemezdir.

Sonuç

Bu çalışmada dijital bağımlılık ve toplumsal değerler ilişkisi nicel araştırma yöntemi kullanılarak incelenmiştir. Kolayda örnekleme yöntemiyle ulaşılan 443 katılımcıdan anket tekniği ile toplanan verilere göre, dijital bağımlılık ve toplumsal değerler arasında negatif yönlü bir ilişki söz konusudur. Başka bir ifade ile dijital bağımlılık arttıkça toplumsal değerler zayıflamakta, toplumsal değerlere bağlılık azaldıkça dijital bağımlılık artış göstermektedir. Dijital bağımlılık puanları açısından bakıldığında bekarların, 1996-2010 yılları arasında dünyaya gelenlerin, apartman, lojman ve yurt hayatı yaşayanların görece daha yüksek skorlara sahip olduğu görülmektedir. Benzer şekilde dine öznel önem verme düzeyi ile dijital bağımlılık arasında ters yönlü bir ilişki tespit edilmiştir. Tüm bu sonuçlar, dijital bağımlılığın bireysel bir olgu olmanın yanı sıra sosyal belirleyenlerle de ilişki içerisinde olduğu varsayımını desteklemektedir.

db | 217

Dijital bağımlılığı irdelemek, insan-makine ilişkisinin tarihsel seyrini incelemeyi gerekli kılar. Nitekim insanlık, varlığını sürdürmek için daima gündelik gereksinimlerine uygun teknikler icat etmiştir. Ancak Endüstri Devrimi ile birlikte gündelik ihtiyaçlara binaen icat edilen teknikten ziyade bilim, sermaye ve teknik üçlünün bir araya gelmesiyle teknolojik icatlar devrinin başladığı bilinmektedir. Böylelikle teknolojik gelişmelerin üstel olarak ilerleyerek sosyokültürel değişimin temel motor gücü haline geldiği söylenebilir. Üçüncü Sanayi Devrimi ile başlayan ve Dördüncü Sanayi Devrimi ile yaygınlaşan dijitalleşme süreci iletişim teknolojisinde olağanüstü bir dönüşüme neden olmuştur. Ancak bu süreçte dijital teknolojik nesnelere ilişkin sorunların baş göstermesinin, kültürün manevi boyutunun maddi kültürel gelişmelerin gerisinde kalmasına ve dijital bağımlılık gibi kültürel gecikmelere sebebiyet verdiği görülmektedir.⁸⁰

⁷⁹ Alexander, *The Globalization of Addiction*, 1-2,57-83.

⁸⁰ Maddi kültür ile manevi kültür arasındaki ilişki için bk. William F. Ogburn, *Social Change with Respect to Culture and Original Nature* (New York: B.W. Huebsch, Inc., 1923), 199-280.

İnsanın bireysel ve sosyal işlevselliğini aşındıran multifaktöriyel bir sorun olan (dijital) bağımlılık biyopsikososyal boyutlarıyla multidisipliner bir okumayı gerektirmektedir. Bu sebeple konunun farklı boyutlarının tıp, psikiyatri ve psikolojinin yanında sosyoloji, antropoloji gibi çeşitli disiplinlerde niceliksel yöntemin yanı sıra nitel yöntem ve tekniklere başvurulması, ilgili alan yazına anlamlı bir katkı sunacaktır. Özetle dijital platformların kamu tarafından özgürlük alanı törpülenmeden denetlenerek bireylerin başta dijital bağımlılık olmak üzere beyin çürümesine (brain rot) uğramaması için etik olmayan kişiselleştirilmiş reklamlar, posttruth ve infobezite niteliğindeki akışlardan korunması önem arz etmektedir. Mevcut araştırma bulgularına binaen, sosyal sermaye, toplumsal ve dini değerler ile kültürün yeniliklere uyumu sağlanarak yeni nesillere aktarılmasının kritik öneme sahip olduğu ileri sürülebilir. Son olarak araştırma sonuçları dikkate alındığında, bireylerin sosyalleşme sürecinde hakkında bilgi edinemedikleri dijital teknolojik nesne kullanımına ilişkin okuryazarlıklarının örgün eğitim-öğretim sistemine dahil edilerek yaygınlaşmasının ehemmiyeti açığa çıkmaktadır.

218 | db

Kaynakça

- Akay, Elif - Kayılı, Gökhan. "Dijital Ebeveynlik Tutumları ile Ergenlerde İnternet Bağımlılığı ve Duyguları Yönetme Becerileri arasındaki İlişki". *Çocuk ve Gelişim Dergisi* 6/11 (08 Temmuz 2023), 48-66. <https://doi.org/10.36731/cg.1298078>
- Aktaş, Eda vd. "Üniversite Öğrencilerinde Mobil Bağımlılık Düzeyi ve Problem Çözme Becerisinin İncelenmesi". *Fenerbahçe Üniversitesi Sağlık Bilimleri Dergisi* 3/2 (23 Ağustos 2023), 188-204. <https://doi.org/10.56061/fbujohs.1183929>
- Alexander, Bruce. *The Globalization of Addiction*. Oxford: Oxford University Press, 2010.
- Alter, Adam. *Irresistible*. New York: Penguin, 2018.
- An-Pyng Sun. "Historical Background and the Trend Today". *Behavioral Addiction*. ed. An-Pyng Sun vd. Las Vegas: Central Recovery Press, 2013.
- Ayten, Ali - Acat, Betül. "Internet Addiction, Values, and Religiosity as Predictors of Life Satisfaction Among Adolescents". *Addicta* 6/3 (01 Ocak 2019). <https://doi.org/10.15805/ADDICTA.2019.6.3.0091>
- Benedicto, Rubia Paixão vd. "Analysis of Evolution of Mental and Behavioral Disorders Through International Classification of Diseases Review". *SMAD* 9/1 (2013), 25-32.
- Bolat, Yavuz. "Bir Değer Ölçme Aracı: Çok Boyutlu Sosyal Değerler Ölçeği". *Turkish Journal of Education* 2/4 (31 Ekim 2013), 13-27. <https://doi.org/10.19128/turje.181067>
- Bowen, Jonathan - Giannini, Tula. "Digitalism: The New Realism?" *Technology Futures for the Creative Industries: Presenting the Cr-eAM Roadmaps*. London, 2014. <https://doi.org/10.14236/ewic/eva2014.38>

- Charlton, John P. vd. "Religiosity, adolescent Internet usage motives and addiction". *Information, Communication & Society* 16/10 (Aralık 2013), 1619-1638. <https://doi.org/10.1080/1369118X.2012.735251>
- Conrad, Peter. *The Medicalization of Society*. Maryland: The John Hopkins University Press, 2007.
- Courtwright, David T. *The Age of Addiction*. Cambridge: Harvard University Press, 2019.
- Dalal, P. K. - Basu, Debasish. "Twenty years of Internet addiction Quo Vadis?" *Indian Journal of Psychiatry* 58/1 (2016), 6-11. <https://doi.org/10.4103/0019-5545.174354>
- Demir, Sevim Atila. *Toplumsal Değişme ve Değerler: Bir Değerler Sosyolojisi Çalışması*. Ankara: Nobel, 2020.
- Demirel, Mehmet vd. "Genç Yetişkinlerde Sosyal Medya Bağımlılığı ve Serbest Zaman Tutumu: Algılanan Gelir Düzeyinin Rolü". *Neu Gastro* 2 (2023), 74-85.
- DiClemente, Carlo C. *Addiction and Change*. New York: Guilford, 2. Basım, 2003.
- Dinç, Mehmet. *İnternet Bağımlılığı*. İstanbul: Ferfir Yay., 2010.
- Dinç, Mehmet. *Online Kumar ve Cinsellik Bağımlılığı*. İstanbul: Kaknüs Yayınları, 2021.
- Dinç, Mehmet vd. *Teknoloji Bağımlılığı*. İstanbul: Yeşilay, 2. Basım, 2023.
- Dinç, Mehmet. "Teknoloji Bağımlılığı ve Gençlik". *Gençlik Araştırmaları Dergisi* 3/Özel Sayı (2015), 31-65.
- Dossi, Francesca vd. "Association between religiosity or spirituality and internet addiction: A systematic review". *Frontiers in Public Health* 10 (01 Aralık 2022), 980334. <https://doi.org/10.3389/fpubh.2022.980334>
- Ekşi, H. - Çiftçi, M. "Lise Öğrencilerinin Problemleri İnternet Kullanım Durumlarının Dinî İnanç ve Ahlakî Olgunluk Düzeylerine Göre Yordanması". *Addicta* 4 (01 Ocak 2017), 181-206. <https://doi.org/10.15805/ADDICTA.2017.4.2.0013>
- Fichter, Joseph H. *Sociology*. Chicago: University of Chicago Press, 1971.
- Giddens, Anthony - Sutton, Philip W. *Essential Concepts in Sociology*. Cambridge: Polity Press, 3. Basım, 2021.
- Goncalves, Lucio Lage vd. "Scale to Assess Leaders' Perceptions about their Workers' Digital Addiction". *Addiction & Health* 10/4 (2018), 223-230.
- Goudarzi, Soheil Moazami vd. "The Complementary Role of Family, Religion, and Spiritual Intelligence in Reducing Addiction Susceptibility: A Study on the Mediating Role of Psychological Well-Being". *Mental Health and Lifestyle Journal* 2/3 (01 Eylül 2024), 1-12. <https://doi.org/10.61838/mhlj.2.3.1>
- Griffiths, M. D. "Nettles Anonymous: Are some people addicted to the Internet?" *Times Higher Education Supplement*, 17.
- Griffiths, Mark. "A 'components' model of addiction within a biopsychosocial framework". *Journal of Substance Use* 10/4 (2005), 191-197. <https://doi.org/10.1080/14659890500114359>
- Griffiths, Mark. "Gambling Technologies: Prospects for Problem Gambling". *Journal of Gambling Studies* 15/3 (Eylül 1999), 265-283. <https://doi.org/10.1023/A:1023053630588>
- Griffiths, Mark D. "Internet Addiction: An Issue for Clinical Psychology?" *Clinical Psychology Forum* 97 (1996), 32-36.
- Griffiths, Mark D. "Technological Addictions. Clinical Psychology Forum". *Clinical Psychology Forum* 76 (1995), 14-19.
- Grim, Brian J. - Grim, Melissa E. "Belief, Behavior, and Belonging: How Faith is Indispensable in Preventing and Recovering from Substance Abuse". *Journal of Religion and Health* 58/5 (2019), 1713-1750. <https://doi.org/10.1007/s10943-019-00876-w>
- Hall, Wayne - Weier, Megan. "Lee Robins' Studies of Heroin Use among US Vietnam Veterans". *Society for Study of Addiction* 112/1 (Ocak 2017), 176-180. <https://doi.org/10.1111/add.13584>

- Houston, Michael - Foubert, John. "The Relationship Between Internet Addiction Test Scores and Academic Achievement". *Growth* 23/23 (01 Ocak 2024), 24-42.
- Jiang, Lanxin vd. "Does Religion Suppress Internet Addiction?" *Religions* 16/10 (Ekim 2025), 1261. <https://doi.org/10.3390/rel16101261>
- Karaca, Havva Nur - Emre, Oğuz. "The Relationship between Religious Beliefs and Substance Abuse Protection Self Efficacy of High School Students". *Scientific Reports* 15/1 (17 Nisan 2025), 13332.
- Karakose, Turgut vd. "Revealing the Intellectual Structure and Evolution of Digital Addiction Research". *International Journal of Environmental Research and Public Health* 19/22 (12 Kasım 2022), 1-27.
- Kartal, Habib Celaledin. "Dijital Çağda Analog İnsan ve Din: 21. Yüzyılda Toplumsal Değişim". *Turkish Studies-Comparative Religious Studies* 20/4 (24 Aralık 2025), 2035-2055. <https://doi.org/10.7827/TurkishStudies.82476>
- Kesici, Ahmet - Tunç, Nazenin Fidan. "The Development of the Digital Addiction Scale for the University Students: Reliability and Validity Study." *Universal Journal of Educational Research* 6/1 (2018), 91-98.
- Kluckhohn, Clyde. "Values And Value-Orientations in The Theory of Action: An Exploration in Definition And Classification". *Toward a General Theory of Action*. ed. Talcott Parsons - Edward A. Shils. 388-433. Cambridge: Harvard University Press, 1962.
- Koç, Tuğba - Turan, Aykut Hamit. "Examining the Relationships between Gender-Specific Social Network Sites Addiction Patterns and Student Academic Performance". *Addicta* 7/1 (2020), 10-20. <https://doi.org/10.5152/addicta.2020.19028>
- Kumcağız, Hatice vd. "Üniversite Öğrencilerinde Akıllı Telefon Bağımlılığı". *İnsan ve Toplum Bilimleri Araştırmaları Dergisi* 9/1 (2020), 13-39.
- Lembke, Anna. *Dopamine Nation*. London: Headline Publishing, 2021.
- Lemon, Rebecca. *Addiction and Devotion in Early Modern England*. Philadelphia: University of Pennsylvania Press, 2018.
- Loeber, Rolf - Stouthamer-Loeber, Magda. "Family Factors as Correlates and Predictors of Juvenile Conduct Problems and Delinquency". *Crime and Justice* 7 (Ocak 1986), 29-149.
- Mari, Emanuela vd. "Gender differences in internet addiction". *Computers in Human Behavior Reports* 9 (01 Mart 2023), 100247.
- Marshall, Gordon (ed.). *The Concise Oxford Dictionary of Sociology*. Oxford: Oxford University Press, 1994.
- Matthias, Brand - Marc N., Potenza. "In memory of Dr. Kimberly S. Young". *Journal of Behavioral Addictions* 8/1 (2019), 1-2. <https://doi.org/10.1556/2006.8.2019.14>
- Nadeem, Mohammad vd. "The Association Between Muslim Religiosity and Internet Addiction Among Young Adult College Students". *Journal of Religion and Health* 58/6 (01 Aralık 2019), 1953-1960. <https://doi.org/10.1007/s10943-018-0697-9>
- Nasith, Ali vd. "The Power of Faith: A Systematic Review and Meta-Analysis on Religiosity's Influence on Smoking, Alcohol, Drug Use, and Internet/Gaming Addiction". *Research* are, 29 Nisan 2025. Erişim 30 Kasım 2025. <https://doi.org/10.21203/rs.3.rs-6538335/v1>
- Ogburn, William F. *Social Change with Respect to Culture and Original Nature*. New York: B.W. Huebsch, Inc., 2. Basım, 1923.
- Ögel, Kültegin (ed.). *101 Soruda Bağımlılık*. İstanbul: Yeşilay, 4. Basım, 2022.
- Özcan, Ufuk. "Sosyolojide Toplumsal Değer Ve Norm Kavramlarına Yeniden Bir Bakış". *Sosyologca* 0/23 (2022), 19-31.
- Özensel, Ertan. "Sosyolojik Bir Olgu Olarak Değer". *Değerler Eğitimi Dergisi* 1/3 (01 Temmuz 2003), 217-240.

- Özyer, Kubilay vd. "Değerlerin Bireylerarası Sapma Davranışları Üzerindeki Etkisi". *ASBİ* 18/3 (16 Ekim 2018), 169-192. <https://doi.org/10.11616/asbed.vi.470741>
- Pradhana, F. - Sastiono, P. "Gender Differences in Online Shopping: Are Men More Shopaholic Online?" *Advances in Economics, Business and Management Research* 72 (2019), 123-128.
- Prensky, Marc. "Digital Natives, Digital Immigrants". *On the Horizon* 9/5 (2001), 1-6.
- Prensky, Marc. "Digital Natives, Digital Immigrants, Part II: DoThey Really Think Differently?" *On the Horizon* 9/6 (2001), 1-9.
- Robins, L. N. vd. "Narcotic Use in Southeast Asia and Afterward. An Interview Study of 898 Vietnam Returnees". *Arch Gen Psychiatry* 32/8 (Ağustos 1975), 955-961. <https://doi.org/10.1001/archpsyc.1975.01760260019001>
- Robins, Lee N. vd. "Drug Use by U.S. Army Enlisted Men in Vietnam: A Follow-Up on Their Return Home". *American Journal of Epidemiology* 99/4 (01 Nisan 1974), 235-249.
- Robins, Lee N. *The Vietnam Drug User Returns. Final Report. Special Action Office Monograph*. Superintendent of Documents, 1974.
- Robinson, Sean M. - Adinoff, Bryon. "The Classification of Substance Use Disorders". *Behavioral sciences* 6/3 (2016), 1-23. <https://doi.org/doi:10.3390/bs6030018>
- Rose, Arnold M. "Sociology and the Study of Values". *The British Journal of Sociology* 7/1 (1956), 1-17.
- Salicetia, Francesca. *Procedia*. "Internet Addiction Disorder". *Procedia - Social and Behavioral Sciences* 191 (02 Haziran 2015), 1372-1376. <https://doi.org/10.1016/j.sbspro.2015.04.292>
- Seema, Riin - Varik-Maasik, Ene. "Students' Digital Addiction and Learning Difficulties". *Frontiers in Education* 8 (13 Temmuz 2023), 1-12.
- Sinha, Namita. "Effect of Marital status on Substance Abuse-A Review". *ResearchInternational Journal of Recent Scientific Research* 9/5 (2018), 27012-27015.
- Şahin, Murat. *Değerler Sosyolojisi*. Ankara: Net Kitaplık, 2022.
- Tassi, Ahmad. "Influence of Values and Beliefs on Addictive Behaviors". *Multidisciplinary Approach for Better Understanding of Addictive Behaviour*. ed. Pilar Almela - Elena Martinez-Laorden. 1-9. 1-9: IntechOpen, 2025.
- TDK. *Bağımlılık*. 2 Cilt. Ankara: Türk Tarih Kurumu Basım Evi, 1998. Basım, 1998.
- Tuna, Abdullah Sabit vd. *Türkiye Kimyasal Bağımlılık Çalışmaları Bibliyografyası: 1923-2014*. İstanbul: Yeşilay, 2015.
- WHO. "ICD-11 for Mortality and Morbidity Statistics". Erişim 02 Ağustos 2025. <https://icd.who.int/browse/2025-01/mms/en#1602669465>
- Yaman, Ömer Miraç vd. *Türkiye Davranışsal Bağımlılık Çalışmaları (1923-2014)*. İstanbul: Yeşilay, 2015.
- Yaman, Ömer Miraç. *Türkiye'de Gençlik ve Bağımlılık: Bibliyometrik ve Tematik Bir Araştırma*. İstanbul: Değerler Eğitimi Merkezi Yayınları, 2021.
- Zhang, Yonghong vd. "A Preliminary Investigation on the Relationship between Virtues and Pathological Internet Use among Chinese Adolescents". *Child and Adolescent* 8/1 (04 Mart 2014), 1-7. <https://doi.org/10.1186/1753-2000-8-8>
- <https://sozluk.gov.tr/>. "Bağımlılık". Erişim 13 Ağustos 2025. <https://sozluk.gov.tr/?kelime=bağımlılık>

