

Çocuklarda Dijital Bağımlılığın Öncülleri ve Ardılları: Bir Metasentez Çalışması*

ARAŞTIRMA MAKALESİ

Ebru ÇELİK¹, Osman Tayyar ÇELİK²

1 Öğretim Görevlisi, Atatürk Üniversitesi, Hınıs Meslek Yüksekokulu, Çocuk Gelişimi, ebru.celik@atauni.edu.tr, ORCID: 0000-0002-9736-2475.

2 Doç. Dr. İnönü Üniversitesi, Sağlık Bilimleri Fakültesi, Çocuk Gelişimi, otayyar.celik@inonu.edu.tr, ORCID:0000-0003-3951-7261.

Gönderilme Tarihi: 04.08.2022 Kabul Tarihi: 31.10.2022 DOI: 10.37669/milliegitim.1156463

Atf: “Çelik, E., ve Çelik, O. T. (2023). Çocuklarda dijital bağımlılığın öncülleri ve ardılları: Bir metasentez çalışması. *Millî Eğitim Dergisi*, 52 (239), 1913-1944. DOI: 10.37669/milliegitim.1156463”

Öz

Bu araştırmada daha önce yapılmış araştırma sonuçlarına dayalı olarak dijital bağımlılığın öncüllerini ve ardıllarını ortaya koymak amaçlanmıştır. Dijital bağımlılığın öncüllerini ve ardıllarını ele alan bu araştırmada meta-sentez yöntemi kullanılmıştır. YÖK Ulusal Tez Merkezi, Google Akademik ve DergiPark veri tabanlarında tarama yapılarak dijital bağımlılıkla ilgili daha önce yapılmış çalışmalara ulaşılmıştır. Tarama yapılırken dijital bağımlılık, akıllı telefon bağımlılığı, internet bağımlılığı, sosyal medya bağımlılığı, dijital oyun bağımlılığı, televizyon bağımlılığı anahtar kelimeleri kullanılmıştır. Tarama sonucunda 230 yüksek lisans ve doktora tezi, 249 makale olmak üzere toplam 479 çalışmaya ulaşılmıştır. Dahil etme ve hariç tutma kriterleri çerçevesinde yapılan değerlendirme sonucunda ölçütleri karşılayan 178 tez ve 80 makale olmak üzere toplam 258 çalışma araştırmaya dahil edilmiştir. Araştırma sonucunda dijital bağımlılığın öncüllerinin aile, çevre, kişisel, kullanım amacı ve şekli, okul değişkeni, diğer bağımluluklar, dijital cihazlar, dijital uygulamalar, ev ortamı, sosyal ağ, farklı aktivitelere zaman ayırma temaları altında toplandığı sonucuna ulaşılmıştır. Araştırmada dijital bağımlılığın ardıllarının ise çevre ve aile ile ilişkiler, sağlık, psikolojik faktörler, okul yaşantısı, dijital araç ve ağırlara erişim sıklığı ve siber zorbalık temaları altında toplandığı sonucuna ulaşılmıştır. Ayrıca her bir tema kendi içerisinde farklı değişkenleri barındırmaktadır. Araştırma sonuçları ampirik araştırma sonuçlarına dayalı olarak dijital bağımlılığa sebep olan faktörler ve dijital bağımlılığın sonuçlarına yönelik kapsamlı bir çerçeve sunmaktadır. Araştırmalarda ve müdahale programlarında dijital bağımlılığın öncülü olarak özellikle kişisel faktörler ve aile ile ilgili faktörlere, ardıl olarak ise psikolojik faktörlere odaklanılması önerilmektedir.

Anahtar Kelimeler: internet bağımlılığı, akıllı telefon bağımlılığı, televizyon bağımlılığı, sosyal medya bağımlılığı, dijital bağımlılık, dijital oyun bağımlılığı

* Bu çalışma birinci yazarın “Çocuklarda Dijital Bağımlılığın Öncülleri ve Ardılları: Bir Metasentez Çalışması” isimli yüksek lisans tezinden üretilmiştir.

Antecedents and Consequences of Digital Addiction in Children: A Metasynthesis Study

Abstract

In this study, it is aimed to reveal the antecedents and consequences of digital addiction based on the results of previous research. Metasynthesis method was used in this research, which deals with the antecedents and successors of digital addiction. Previous studies on digital addiction were reached by scanning the databases of YÖK National Thesis Center, Google Scholar and DergiPark. While scanning, the keywords digital addiction, smartphone addiction, internet addiction, social media addiction, digital game addiction, television addiction were used. As a result of the search, a total of 479 studies, including 230 master's and doctoral theses and 249 articles, were reached. As a result of the evaluation made within the framework of inclusion and exclusion criteria, a total of 258 studies, including 178 theses and 80 articles, were included in the research. As a result of the research, it was concluded that the antecedents of digital addiction were gathered under the themes of family, environment, personal, purpose and form of use, school variable, other addictions, digital devices, digital applications, home environment, social network and time for different activities, while the consequences of digital addiction were the environment and family. It was concluded that relations with people, healthy, psychological factors, school life, frequency of access to digital tools and networks and cyberbullying were gathered under the themes. In addition, each theme contains different variables within itself. The research results provide a comprehensive framework for the factors that cause digital addiction and the consequences of digital addiction, based on empirical research results. In studies and intervention programs, it is recommended to focus on personal factors and family-related factors as a precursor to digital addiction, followed by psychological factors.

Keywords: internet addiction, smartphone addiction, television addiction, social media addiction, digital addiction, digital game addiction

Giriş

Dünya üzerinde 7,6 milyar insanın çoğunluğu internet kullanmaktadır. Yaklaşık 5 milyar insanın telefonu bulunmakta ve bu telefonlar aracılığıyla 2,5 milyarın üzerinde insan internete erişim sağlamaktadır. Sözelimi, dünyanın 1/3'ü telefonla internet kullanıcıları olmaktadır. Dijital değişimin ivedilik kazanmasının dijital platformların sıklıkla kullanımıyla ilişkili olduğu belirtilebilir (Yengin, 2019). Bugüne kadar dijital teknolojilerin daha iyi bir dünya yaratmada olumlu yönlerine odaklanılmışken günümüzde bağımlılıktan kaynaklı bireysel ve sosyal hayatı etkileyen negatif yönlerini araştırma çabaları önem kazanmaktadır (Busch ve McCarthy, 2021)

Dijital bağımlılık kavramı insanların tablet, sosyal medya, bilgisayar, televizyon, telefon vb. teknolojik araçlara ve ortamlara sürekli olarak bağlı kalma isteği ile ilişkilendirilmektedir. Günümüzde davranışsal bağımlılıklar arasında kabul edilen dijital bağımlılık konusu özellikle son dönemde sıklıkla tartışılmaya başlanmıştır. Dijital bağımlılık insanlarda sürekli olarak bilgi arama, internete erişim olmadığında paniğe kapılma, kaygı durumları, strese girme gibi bilinçdışı tutum ve davranışların ortaya çıkmasına neden olmakta; Nomofobi, Netlessfobi gibi türleri de dahil olmak üzere artık bir hastalık olarak kabul edilmektedir. Amerikan Psikiyatri Birliği; dijital bağımlı olan bireylerin diğer kişilerle ilişki ve iletişiminin, akademik hayatının ve çalışma yaşamının olumsuz şekilde etkileneceğini belirtmektedir (Çakır, Kocagöz ve Karakuş, 2021).

Dijital bağımlılık davranışsal bağımlılık türleri arasında yer almakta ve ilk aşamada internet bağımlılığı biçiminde isimlendirilse de mevcut durumda internet ile bağ kurulan araç ve gereçlerin, sosyal mecraların yaygınlaşması neticesinde akıllı telefon, notebook, sosyal medya, oyun bağımlılığı gibi farklı kategorilere göre değerlendirilmektedir (Arslan, Kırık, Karaman ve Çetinkaya, 2015).

Dijital bağımlılık olgusunun çerçevesi; dijital medya cihazlarının karmaşık hale gelmesi, dijital medyaya bağımlı olmanın biçimlerinin çoğalması ile genişlemiş durumdadır. Hâlihazırda başta sosyal medya araçlarının yoğun bir şekilde kullanılması bireylerin toplumsal yaşamlarına negatif etkileri ile yansımaktadır. Temelde dijital araç ve programlara yönelik bağımlılık biçiminde ifade edilen dijital bağımlılık; telefon bağımlılığını, internet bağımlılığını, ekran bağımlılığını, sosyal medya bağımlılığını, dijital oyun bağımlılığını ve çeşitli dijital medya araçlarına yönelik ileri düzeydeki isteği betimlemektedir. Dijital bağımlılığın ortaya çıkışının nerede başladığının belirlenemeyeceği; fakat ortaya çıktığı zaman bu olgunun kavranacağı belirtilmektedir (Dilci, Arslan ve Ersoy, 2019).

Dijital araçlara erişim kolaylığı dijital bağımlılığı diğer bağımlılık türlerinden ayırmaktadır. Nitekim bağımlılık yaratacak uygulamalara ve içeriklere erişime olanak sağlayan araçlar günlük yaşamın bir parçası haline gelmiştir. Bununla birlikte çocukların bu araçlara erişimi ve etkileşimi çoğu zaman ebeveynleri tarafından sağlanmaktadır ve dijital bağımlılığın sebepleri açısından ebeveyn tutumları anahtar bir faktör olarak değerlendirilmektedir ((Gladkaya, Gundlach, Bergert, Baumann ve Krasnova, 2018; Guxens vd., 2016). Dijital bağımlılık açısından öz farkındalıkları, öz düzenleme becerileri yetişkinlere göre gelişmemiş olan çocukların dijital bağımlılık açısından dezavantajlı konumda oldukları söylenebilir. Çocuklar üzerinde yapılan araştırmalarda dijital bağımlılığın kaygıya, uyku bozukluğuna, psikolojik sıkıntılara, obeziteye, görme bozukluğuna, saldırganlığa, dikkat eksikliği ve hiperaktiviteye ve intihara

yol açma potansiyeline sahip olduğu belirlenmiştir (Balasubramanian ve Parayitam, 2022; Dresp-Langley, 2020; Hardell, 2018). Bu potansiyel olumsuz etkilerinden dolayı çocuklarda dijital bağımlılık gerek öncülleri gerekse de sonuçları açısından değerlendirilmeyi ve bütüncül bir bakış açısıyla incelenmeyi hak etmektedir.

Araştırmanın Amacı

Bu çalışmada çocuklarda dijital bağımlılığın öncülleri ve ardıllarını tematik olarak ortaya koymak ve derinlemesine incelemek amaçlanmıştır. Bu kapsamda daha önce dijital bağımlılık üzerine yapılan ampirik çalışmalar incelenerek sonuçlarından yararlanılmıştır.

Daha önce yapılan çalışmalarda (Nayak ve Pai, 2022; Tsai, Wang ve Weng, 2020) dijital bağımlılığın öncülleri ve ardılları bir ya da daha fazla değişkene bağlı olarak ele alınmış ve incelenmiştir. Ancak, dijital bağımlılığın gerek öncülleri gerekse de ardılları bütüncül bir bakış açısıyla ele alınıp incelenmemiştir. Dijital bağımlılığın öncüllerini ve ardıllarını belirlemeye yönelik yapılan bu çalışma dijital bağımlılıkla mücadele kapsamında geliştirilecek politikalara da ışık tutacaktır. Nitekim çalışmada, çocuklarda dijital bağımlılığı etkileyen öncüller ortaya konacaktır. Bu öncüller gözetilerek üretilen politikalarda ve kamusal uygulamalarda, özellikle öncüllere odaklanmak bağımlılığı azaltmaya veya çocukları dijital bağımlılığın zararlarından korumaya yönelik katkı sağlayabilir. Ayrıca, bu çalışmada dijital bağımlılığın ardılları belirlenmeye çalışılmıştır. Dijital bağımlılığın bireyler üzerinde yol açtığı durumların ortaya konulması ve olası risklerin belirlenmesinde, gerekli önlemlerin alınmasında bu çalışmanın katkı sunması beklenmektedir.

Değişen teknolojik koşullar insanların yaşamlarını etkilemektedir. Teknolojik gelişmeler sonucunda, bu teknolojilerin kullanımından çocuklar yetişkinlerden daha farklı ve yoğun şekilde etkilenmektedir. Bu etki çocukların hayatında olumlu ve olumsuz birçok sonucu ortaya çıkarmaktadır. Dijital bağımlılığın çocuklar üzerindeki etkileri belirlenerek teknolojinin daha bilinçli şekilde kullanımı yönünde bir perspektif ortaya konulabilir. Bu çalışmanın genel amacı; meta sentez yoluyla çocuklarda dijital bağımlılığın öncüllerini ve ardıllarını tespit etmektir. Bu kapsamda aşağıdaki sorulara cevap aranmıştır.

1. Çocuklarda dijital bağımlılığa etki eden öncül faktörler nelerdir?
2. Çocuklarda dijital bağımlılığın ardılları nelerdir?

Yöntem

Araştırmanın Modeli

Çocuklarda dijital bağımlılığa etki eden faktörleri ve dijital bağımlılığın çocuklarda olumlu/olumsuz etkilerini derinlemesine incelemeyi konu edinen bu çalışmada; bilimsel araştırma yöntemlerinden nitel araştırma yöntemi içerisinde yer alan meta-sentez modeli kullanılmıştır. Ülkemizde nitel çalışmaların sayısının artmasıyla paralel şekilde meta-sentez modeli çalışmaların sayısı da artmaktadır (Polat ve Ay, 2016).

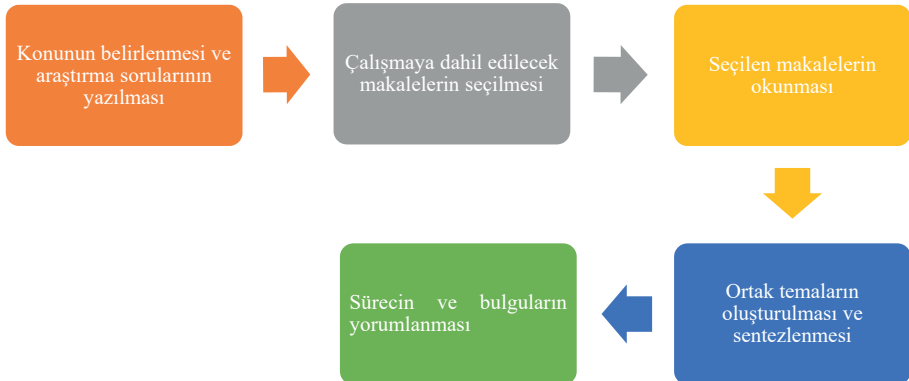
Meta-sentez modeli; daha öncesinde yapılmış nitel çalışmaların veya nicel araştırmaların bulgu ve sonuçlarının taranıp bulguların bir araya getirildiği, yorumlandığı, sentezlendiği ve derinlemesine analiz edildiği bir yöntemdir. Meta-sentez modelde konu belirlenerek, derinlemesine ele alınarak incelenir ve çalışmalar ilişkilendirilir. Meta-sentez modeli araştırmaları farklı açılardan yorumlama imkanı sunmaktadır (Konan, Çelik ve Çetin, 2018). Bu kapsamda çalışmada daha önce dijital bağımlılık üzerine yapılan araştırmaların sonuçları bir araya getirilerek bütüncül bir bakış açısıyla yeniden yorumlanarak sentezler ortaya konmuştur.

Veri Toplama Süreci

Araştırmada veri toplama süreci bir dizi aşama (Çarkungöz ve Ediz, 2009) dikkate alınarak gerçekleştirilmiştir. Bu aşamalara Şekil 1’de yer verilmiştir.

Şekil 1

Meta-Sentez Araştırmasının İşlem Basamakları



Meta-sentez modelinde yukarıdaki genel adımlar izlenmekle birlikte önemli bir aşamayı da literatür taraması ve araştırmaya dahil edilecek çalışmaların belirlenmesi oluşturmaktadır.

Araştırmaya dahil edilecek çalışmalara karar vermek amacıyla ilk olarak literatür taraması yapılmıştır. İlgili çalışmalara ulaşmak amacıyla Yükseköğretim Kurumu Ulusal Tez Merkezi, Google Akademik ve DergiPark Akademik veri tabanları kullanılmıştır. Verileri toplama aşamasında anahtar kelimeler kullanılarak tarama yapılmıştır. Literatür incelenirken “*internet bağımlılığı*”, “*akıllı telefon bağımlılığı*”, “*televizyon bağımlılığı*”, “*sosyal medya bağımlılığı*”, “*dijital bağımlılık*” ve “*dijital oyun bağımlılığı*” anahtar kelimeleri kullanılmıştır. 230 yüksek lisans-doktora tezi ve 249 makale olmak üzere toplam 479 çalışmaya ulaşılmıştır.

Meta-sentez araştırmalarında bazı araştırmacılar dört-beş çalışmadan yararlanmanın yeterli olacağını, bazı araştırmacılar ise araştırma için daha geniş örnekleme gereksinim duyulabileceğini belirtmişlerdir (Konan vd., 2018).

Taramalar sonucu elde edilen araştırmaların hangilerinin meta-senteze dahil edileceğine karar vermek amacıyla araştırmacılar tarafından dahil etme ve hariç tutma kriterleri belirlenmiştir. Dahil etme kriterleri aşağıda yer almaktadır.

1. Çalışmaların Türkiye örnekleminde yapılmış olması,
2. Çalışmaların tam metnine ulaşılabilir olması,
3. Çalışmaların dilinin Türkçe olması,
4. Çalışmaların 2016-2021 yılları arasında yapılmış olması,

Araştırmada hariç tutulacak çalışmalara ilişkin bir takım kriterler belirlenmiştir. Bu kriterler aşağıda yer almaktadır:

1. Tam metnine ulaşılamayan araştırmalar,
2. Erişim engeli olan araştırmalar,
3. Dili İngilizce olan araştırmalar,
4. Engel türü içermesi,
5. Konu ile bağlantısı olmayan çalışmalar,
6. Reşit olan bireylere yönelik yapılan araştırmalar,

Dahil etme ve hariç tutma kriterleri çerçevesinde yapılan değerlendirme sonucunda 178’i lisansüstü tez ve 80’i makale olmak üzere toplam 258 çalışma meta-senteze dahil edilmiştir.

Verilerin Kodlanması ve Analizi

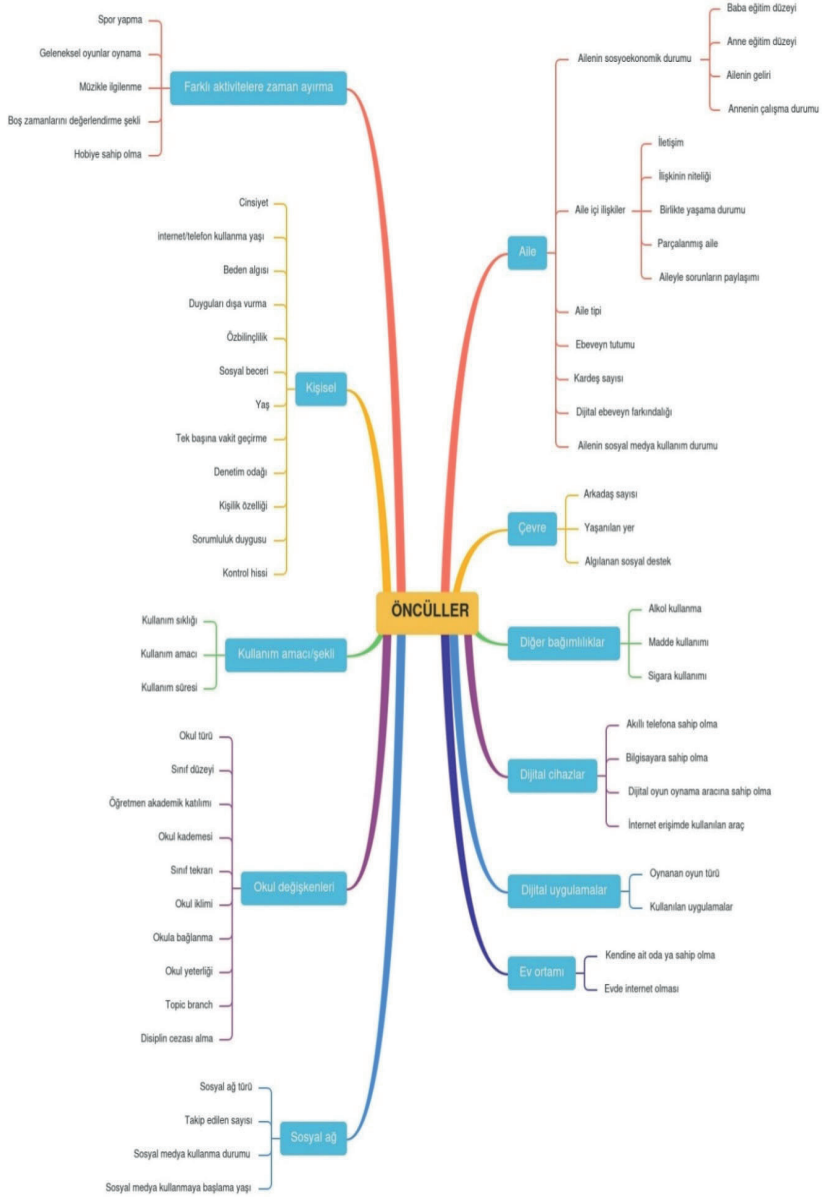
Araştırmaya dahil edilen çalışmalarını değerlendirmek amacıyla araştırmacılar tarafından veri kodlama dosyası hazırlanmıştır. Veri kodlama dosyası içerisinde yazar adı, yayın yılı, yayın türü, bağımlılık türü, ilişkili değişken, yöntem, okul kademesi, örneklem türü, kullanılan ölçek, ölçek ismi, öncül, ardıl, açıklama ve öneri başlıklarına ilişkin sütunlar açılmış ve her bir araştırma tek tek incelenerek elde edilen bilgiler veri kodlama dosyasına işlenmiştir. Araştırmaya dahil edilen tüm çalışmaların incelenip veri dosyasına girilmesinden sonra verilerin analizine geçilmiştir. Veri analizi sürecinde bir araştırmacı tarafından araştırmaya dahil edilen tüm çalışmalar incelenerek seçici kodlama yöntemiyle veriler kodlama dosyasına girilmiştir. Seçici kodlama başta belirlenen temalar veya sonradan belirlenen temalar arasında merkez bir tema belirleyip kodları bunlar altına yerleştirme sürecini içermektedir (Baş ve Akturan, 2008). Bu kapsamda araştırmacılar tarafından başta belirlenen ve veri kodlama dosyasına eklenen başlıklar tema olarak kabul edilerek veri analiz sürecinde tüm veriler seçici kodlama yöntemiyle bu temalar altına kodlanmıştır. Kodlama işlemi bittikten sonra kodlama güvenilirliğini sağlamak amacıyla başka bir araştırmacı tarafından kodlamalar incelenmiş ve teyit edilmiştir. Sonraki aşamada temalar çerçevesinde frekans tablolarından ve görsellerden yararlanılarak bulgular raporlanmıştır. Çalışmanın modeli meta-sentez olup döküman incelemesine dayandığı için etik kurul iznine ihtiyaç yoktur.

Bulgular

Araştırmanın birinci alt problemi dijital bağımlılığın öncüllerine ilişkindir. Araştırma kapsamında farklı çalışmalardan elde edilen değişkenler tekrar sentezlenerek öncüllere yönelik temalar oluşturulmuştur. Bu temalar altında ilişkili değişkenler bir araya getirilerek Şekil 2’de sunulmuştur.

Şekil 2

Dijital Bağımlılığın Öncülleri



Dijital bağımlılığın öncülleri 11 tema altında bir araya getirilmiştir. Bu temalar; aile, çevre, diğer bağımlılıklar, dijital cihazlar, ev ortamı, sosyal ağ, okul değişkenleri, kullanım amacı/şekli ve kişisel faktörlerdir. Temalar dijital bağımlılığa yol açabilecek değişkenleri içermektedir. Temalar ve bunlar altında yer alan değişkenler aşağıda tablolar halinde sunularak ayrıntılı şekilde açıklanmıştır.

Aile faktörü

Dijital bağımlılığın öncülleri arasında yer alan aile faktörü, içerisinde birçok değişkeni barındırmaktadır. Bu değişkenlere ilişkin araştırma sonuçlarından elde edilen bulgular Tablo 1’de sunulmuştur.

Tablo 1

Dijital Bağımlılığı Etkileyen Aile Faktörüyle İlişkili Değişkenler

Alt temalar	Değişken	Anlamli ilişki/ etki	
		Var <i>f</i>	Yok <i>f</i>
Aile içi ilişkiler	Aile içi iletişim	3	0
	Aile ile ilişki	10	6
	Anne baba birliktelik durumu	7	23
	Anne baba ile yaşama	2	5
	Yaşanılan sorunları aile ile paylaşım paylaşma	1	0
Ailenin sosyo ekonomik durumu	Ailenin aylık geliri	30	70
	Anne eğitim düzeyi	28	65
	Annenin çalışma durumu	5	8
	Baba eğitim düzeyi	26	72
Dijital ebeveyn farkındalığı		13	7
Aile tipi		7	6
Ebeveyn tutumu		14	4
Kardeş sayısı		7	34

Tablo 1 incelendiğinde aile içi ilişkiler, ailenin sosyo-ekonomik durumuyla ilgili değişkenler, dijital ebeveyn farkındalığı, aile tipi, ebeveyn tutumu ve kardeş sayısı araştırmalarda öncül olarak ele alınan değişkenler olduğu görülmektedir. Aile içi ilişkiler alt teması incelendiğinde aile içi iletişim, aile ile ilişki değişkenleri araştırmaların çoğunda anlamlı etkiye sahip iken; anne ve babanın birliktelik durumunun dijital bağımlılıkla ilişkisi 23 araştırmada, anne ve babayla yaşamanın dijital bağımlılıkla ilişkisi 5 araştırmada anlamsız bulunmuştur. Yaşanılan sorunları aile ile paylaşım pay-

laşmama ise 1 çalışmada incelenmiş ve anlamlı etkiye sahip olduğu bulunmuştur. Ailenin sosyo-ekonomik durumu teması incelendiğinde ailenin aylık geliri, anne eğitim düzeyi, baba eğitim düzeyi ve annenin çalışma durumu öncül değişken olduğu görülürken hemen hemen tüm çalışmalarda anlamlılık açısından yarı yarıya bir oran ortaya çıkmıştır. Diğer değişkenlere bakıldığında, özellikle dijital ebeveyn farkındalığının ve ebeveyn tutumunun önemli öncüller olduğu dikkat çekmektedir. Aile tipi çoğu çalışmada anlamlı etkiye sahip değişken olarak bulunurken kardeş sayısının çalışmalarda sıklıkla ele alınan bir değişken olduğu; ancak, az sayıda çalışmada anlamlı bulunduğu belirlenmiştir.

Çevre faktörü

Öncül olarak ele alınan diğer bir tema çevredir. Bu tema altında yer alan değişkenler incelenmiş ve Tablo 2’de sunulmuştur.

Tablo 2

Dijital Bağımlılığı Etkileyen Çevreyle İlişkili Değişkenler

Değişken	Anlamlı ilişki/ etki	
	Var <i>f</i>	Yok <i>f</i>
Arkadaş sayısı	1	0
Yaşanılan yer	5	17
Algılanan sosyal destek(aile, öğretmen, arkadaş)	7	1

Tablo 2 incelendiğinde; dijital bağımlılığı etkileyen çevreyle ilişkili faktörlerin arkadaş sayısı, yaşanılan yer ve sosyal destek algısının olduğu görülmektedir. Arkadaş sayısı 1 çalışmada ele alınmış ve anlamlı bulunmuştur. Yaşanılan yer 5 çalışmada anlamlı bulunurken 17 çalışmada anlamsız, sosyal destek algısı ise 7 çalışmada anlamlı 1 çalışmada ise anlamsız bulunmuştur.

Diğer bağımlılıklar

Araştırmalarda dijital bağımlılıkla birlikte ele alınan öncül değişkenler arasında diğer bağımlılık türleri de yer almaktadır. Bu temaya ilişkin değişkenler Tablo 3’de sunulmuştur.

Tablo 3*Dijital Bağımlılığı Etkileyen Diğer Bağımlılıklar*

Değişken	Anlamli ilişki/ etki	
	Var <i>f</i>	Yok <i>f</i>
Alkol kullanma	3	1
Madde kullanım	1	0
Sigara kullanma	9	3

Tablo 3 incelendiğinde; alkol, sigara ve diğer madde bağımlılıklarının dijital bağımlılıkla anlamli ilişkiye sahip olduğu görülmektedir. Alkol bağımlılığı ile ilgili 4 araştırmanın 3'ünde ilişki/etki anlamli bulunurken 1'inde anlamsız bulunmuştur. Madde kullanımını ele alan bir araştırma bulunmaktadır. Bu çalışmada da ilişki/etki anlamli bulunmuştur. Son olarak, sigara bağımlılığı ile ilgili araştırmaların 9'unda ilişki/etki anlamli bulunurken 3'ünde anlamsız bulunmuştur.

Dijital cihazlar

Dijital bağımlılığın öncülleri arasında yer alan dijital cihazlar teması bireyin daha çok bu cihazlara sahip olup olmama durumunu içeren faktörleri ifade etmektedir. Bu faktörlere ilişkin araştırma sonuçları Tablo 4'te sunulmuştur.

Tablo 4*Dijital Bağımlılığı Etkileyen Dijital Cihaza İlişkin Değişkenler*

Değişken	Anlamli ilişki/ etki	
	Var <i>f</i>	Yok <i>f</i>
Akıllı telefon olup olmama durumu	14	1
Bilgisayar sahibi olma durumu	21	15
Dijital oyun oynama aracına sahip olma durumu	7	0
İnternete erişimde kullanılan araç	8	6

Tablo 4 incelendiğinde; akıllı telefona sahip olma, bilgisayara sahip olma ve dijital oyun oynama aracına sahip olma durumlarının genel olarak araştırmalarda dijital bağımlılığı etkileyen önemli değişkenler olduğu görülmektedir.

Dijital uygulamalar

Dijital uygulamalar teması en çok vakit geçirilen uygulamaları ve oynanan oyun türlerini içeren bir temadır. Bu tema altında yer alan değişkenlere ilişkin sonuçlar Tablo 5’te sunulmuştur.

Tablo 5

Dijital Bağımlılığı Etkileyen Dijital Uygulamalarla İlgili Faktörler

Değişken	Anlamli ilişki/ etki	
	Var <i>f</i>	Yok <i>f</i>
En çok vakit ayrılan uygulama	2	0
Oynanan oyun türü	6	1

Tablo 5 incelendiğinde; vakit ayrılan uygulamaların 2 araştırmada ele alındığı ve bu araştırmalarda da anlamli ilişki/etkiye sahip bir değişken olduğu sonucuna ulaşılırken, oynanan oyun türü ise 1 araştırmada anlamsız 6 araştırmada ise anlamli bulunmuştur.

Ev ortamı

Dijital bağımlılığı etkileyebilecek diğer faktörler ev ortamıyla ilgili olabilecek değişkenlerdir. Bu değişkenlere ilişkin araştırma sonuçları Tablo 6’da sunulmuştur.

Tablo 6

Ev Ortamı İle İlgili Faktörler

Değişken	Anlamli ilişki/ etki	
	Var <i>f</i>	Yok <i>f</i>
Evde kendine ait odaya sahip olma	5	5
Evde internet bağlantısı olma durumu	12	12

Tablo 6 incelendiğinde; evde kendine ait odaya sahip olma ve evde internet bağlantısının olması dijital bağımlılıkla ilişkili değişkenler olduğu görülmektedir. Evde kendine ait odaya sahip olma 5 araştırmada anlamli bulunurken 5 araştırmada anlamsız bulunmuş; evde internet bağlantısı olma durumu ise 12 araştırmada anlamli ve 12 araştırmada anlamsız bulunmuştur.

Farklı aktivitelere zaman ayırma

Farklı aktivitelere zaman ayırma teması boş zamanlarda veya düzenli olarak yapılan aktiviteleri ve uğraşları içermektedir. Bu değişkenlere ilişkin araştırma sonuçları Tablo 7’de sunulmuştur.

Tablo 7

Dijital Bağımlılığı Etkileyen Farklı Aktivitelere İlişkin Sonuçlar

Değişken	Anlamli ilişki/ etki	
	Var	Yok
	<i>f</i>	<i>f</i>
Boş zamanlarını değerlendirme şekli	7	2
Okul dışında düzenli aktivite yapma	1	1
Sosyal aktivite-hobi	1	2
Spor veya müzikle ilgilenme durumu	8	5
Geleneksel çocuk oyunları	1	0

Tablo7 incelendiğinde; boş zamanları değerlendirme şekli, sosyal ve sportif faaliyetlere katılım gibi düzenli aktivitelerin dijital bağımlılığı etkileyen önemli faktörler olduğu görülmektedir. İlgili araştırmaların genelinde ilişki/etki anlamlı bulunmuştur.

Kişisel faktörler

Dijital bağımlılığı etkileyen bireyin özellikleriyle ilgili değişkenler kişisel faktörler altında toplanmıştır. Bu değişkenlere ilişkin araştırma sonuçları Tablo 8’de sunulmuştur.

Tablo 8

Dijital Bağımlılığı Etkileyen Kişisel Faktörlere İlişkin Sonuçlar

Değişken	Anlamli ilişki/ etki	
	Var	Yok
	<i>f</i>	<i>f</i>
İnterneti kullanmaya başlama yaşı	6	2
Cinsiyet	111	91
Beden algısı	1	2
Duyularını dışa vurma	1	0
Özbilinçlilik	1	0
Sosyal beceri	1	0

Tek başına vakit geçirmeden keyif alma durumu	1	0
Telefon kullanmaya başlama yaşı/yıl	2	1
Yaş	32	57
Denetim odağı	1	0
Kişilik özellikleri	4	1
Kontrol hissi düzeyi	1	0
Sorumluluk duygusu	1	0

Tablo 8 incelendiğinde; araştırmalarda daha çok cinsiyet ve yaş değişkenlerinin dijital bağımlılıkla ilişkili ele alınan değişkenler olduğu görülmektedir. Cinsiyetin 111 araştırmada anlamlı etkiye sahip olduğu 91 araştırmada anlamsız bulunduğu belirlenirken yaş değişkeni 32 araştırmada anlamlı ve 57 araştırmada anlamsız bulunmuştur. İnternet kullanmaya başlama yaşı 6 araştırmada anlamlı, 2 araştırmada anlamsız; telefon kullanmaya başlama yaşı 2 araştırmada anlamlı, 1 araştırmada anlamsız; kişilik özellikleri 4 araştırmada anlamlı, 1 araştırmada anlamsız bulunmuştur. Beden algısı, duyguların dışa vurumu, öz bilinçlilik, sosyal beceri, tek başına vakit geçirmeden keyif alma, denetim odağı, kontrol hissi ve sorumluluk ise bir araştırmada ele alınmış ve anlamlı bulunmuştur.

Kullanım amacı/şekli

Bu tema dijital bağımlılığı etkileyebilen dijital araçları kullanma biçimi ve amacını içeren değişkenleri kapsamaktadır. Bu değişkenlere ilişkin sonuçlar Tablo 9’da sunulmuştur.

Tablo 9

Dijital Bağımlılığı Etkileyen Dijital Araç Kullanım Amacı/Biçimiyle İlgili Araştırma Sonuçları

Değişken	Anlamlı ilişki/ etki	
	Var <i>f</i>	Yok <i>f</i>
Kullanım amacı	40	2
Kullanım sıklığı	1	0
Kullanım süresi	85	4

Tablo 9 incelendiğinde; dijital araçları kullanma amacı, sıklığı ve süresinin bağımlılıkla ilişki önemli faktörler olduğu görülmektedir. Kullanım amacı 40 araştırmada anlamlı 2 araştırmada anlamsız, kullanım sıklığı 1 araştırmada anlamlı, kullanım süresi ise 85 araştırmada anlamlı 4 araştırmada ise anlamsız bulunmuştur.

Okulla ilgili faktörler

Araştırmalarda, dijital bağımlılığı etkileyen okulla ilgili değişkenler de incelenmiştir. Bu değişkenler okulla ilgili faktörler teması altında bir araya getirilmiştir. Araştırma sonuçlarına ilişkin bulgular Tablo 10’da sunulmuştur.

Tablo 10

Dijital Bağımlılığı Etkileyen Okulla İlgili Faktörlere İlişkin Araştırma Sonuçları

Değişken	Anlamlı ilişki/ etki	
	Var <i>f</i>	Yok <i>f</i>
Okul kademesi	2	1
Okul türü	27	26
Sınıf düzeyi	42	59
Sınıf tekrarı durumu	1	0
Okul iklimi	1	0
Okul yeterliliği	1	0
Okula bağlanma	2	1
Öğretmen akademik katılımı	1	0
Disiplin cezası alma durumu	1	0

Tablo 10 incelendiğinde araştırmalarda daha çok okul türü ve sınıf düzeyi dijital bağımlılıkla ilişkili değişkenler olarak ele alınmıştır. Araştırmalarda genel olarak, meslek lisesi öğrencilerinin bağımlılık düzeyleri daha yüksek bulunurken, sınıf düzeyi arttıkça bağımlılığın da arttığı sonucuna ulaşılmıştır. Son olarak; okul iklimi, okul yeterliliği, okula bağlanma, öğretmen akademik katılımı ve disiplin cezası alma durumu da dijital bağımlılıkla ilişkili değişkenler olduğu sonucuna ulaşılmıştır.

Sosyal ağ

Sosyal ağ teması kullanılan sosyal ağ sayısı ve türüyle ilişkili değişkenleri içeren temadır. Bu değişkenlere ilişkin araştırma sonuçları Tablo 11’de sunulmuştur.

Tablo 11

Sosyal Ağ Teması

Değişken	Anlamli ilişki/ etki	
	Var f	Yok f
Kullanılan sosyal ağ	3	0
Sosyal ağlarda takip edilen kişi sayısı	1	0
Sosyal medya hesap sayısı	7	0
Sosyal medya kullanım durumu	7	0
Sosyal medya kullanmaya başlama yılı	2	0

Tablo 11 incelendiğinde; sosyal ağa ilişkin araştırma sonuçlarının hepsinin anlamlı değişkenler olduğu görülmektedir. Kullanılan sosyal ağ türü, takip edilen kişi sayısı, sosyal medya hesap sayısı, kullanım durumu ve kullanmaya başlama yaşı dijital bağımlılığı etkileyen değişkenler olduğu sonuna ulaşılmıştır.

Araştırmanın diğer bir alt problemi dijital bağımlılığın ardıllarına ilişkindir. Bu kapsamda dijital bağımlılık üzerine yapılan araştırmalardan elde edilen ardıllara ilişkin bulgular ortak temalar altında bir araya getirilmiş ve Şekil 3'te sunulmuştur.

Şekil 3

Dijital Bağımlılığın Ardıllarına İlişkin Temalar



Şekil 3 incelendiğinde; dijital bağımlılığın ardıllarının 6 tema altında bir araya getirildiği görülmektedir. Bu temalar; çevre ve aile ile ilişkiler, dijital araç ve ağılara erişim sıklığı, sağlık, okul yaşantısı, psikolojik faktörler ve siber zorbalıktır. Bu temalara ilişkin açıklamalar ve bulgular aşağıda sunulmuştur.

Çevre ve aile ile ilişkiler

Bu tema dijital bağımlılığın etkilediği bireylerin çevre ve aile içi ilişkilerine yönelik değişkenleri içermektedir. Bu temaya ilişkin araştırma sonuçları Tablo 12’de sunulmuştur.

Tablo 12

Dijital Bağımlılığın Etkilediği Çevre ve Aile İçi İlişkilere Yönelik Sonuçlar

Değişken	Anlamli ilişki/ etki	
	Var <i>f</i>	Yok <i>f</i>
Aile dinamikleri	1	0
Aile işlevselliği	2	0
Aile uyumu	2	0
Aile ve arkadaş ilişkileri	1	0
Aile yaşam doyumu	1	0
Akran ilişkileri	4	0
Akran zorbalığı	2	1
Anne baba tutumu	11	4
Arkadaşlık ilişkileri ve öz denetim	1	0
Bireysel ve sosyal sorumluluk davranışı	1	0
İletişim ve sosyal beceri becerisi	9	0
Sosyal dışlanma	2	0
Sosyal fobi	1	0

Tablo 12 incelendiğinde; dijital bağımlılığın aile ile ilişkiler kapsamında aile dinamiklerini, işlevselliğini, uyumu, ilişkileri, aile yaşam doyumunu ve ebeveyn tutumlarını etkilediği görülmektedir. Özellikle ebeveyn tutumlarına yönelik araştırmalar dikkat çekmektedir. Nitekim 15 araştırmanın 11’inde dijital bağımlılığın ebeveyn tutumlarını anlamlı şekilde etkilediği belirlenirken, 4 araştırmada ise bu ilişki anlamlı bulunmamıştır. Çevre ile ilişkiler incelendiğinde akran zorbalığı ve ilişkileri, sosyal iletişim becerisi, sosyal dışlanma ve fobi dijital bağımlılıktan etkilenen değişkenler olarak öne çıkmaktadır. Bunlardan iletişim ve sosyal beceri değişkeni 9 araştırma-

da ele alınmış ve hepsinde de dijital bağımlılığın etkisi anlamlı bulunmuştur. Bunun yanında ekran ilişkilerine yönelik tüm araştırmalarda da dijital bağımlılığın etkisi anlamlı bulunmuştur.

Dijital araç ve ağırlara erişim sıklığı

Dijital bağımlılık dijital ağırlara ve araçlara erişim sıklığını da etkileyebilmektedir. Bu kapsamda ilgili sonuçlar bir araya getirilerek temalandırılmış ve araştırma sonuçlarına ilişkin bulgular Tablo 13'te sunulmuştur.

Tablo 13

Dijital Araç ve Ağlara Erişim Sıklığına İlişkin Araştırma Sonuçları

Değişken	Anlamlı ilişki/ etki	
	Var <i>f</i>	Yok <i>f</i>
Oyun oynama süresi	13	0
Sosyal medya kontrol etme sıklığı	1	0
Şarj cihazı taşıma durumu	2	0
Telefonu kontrol sıklığı	3	1
Uyanır uyanmaz akıllı telefon kontrol durumu	3	0
Oyun için aylık harcama miktarı	1	0

Tablo 13 incelendiğinde; yapılan araştırmalarda genel olarak dijital bağımlılığın oyun oynama süresini, sosyal medyayı kontrol etme sıklığını, şarj cihazı taşıma durumunu, telefonu kontrol sıklığını, uyanır uyanmaz telefonu kontrol etme davranışını ve oyun için aylık harcama miktarını etkilediği tespit edilmiştir. Araştırmalarda bu değişkenlerden oyun oynama süresi en çok ele alınan değişken olup, tüm araştırmalarda da bu etki/ilişki anlamlı bulunmuştur.

Sağlık

Bu tema dijital bağımlılığın sağlık üzerindeki olumsuz etkilerine odaklanmaktadır. Bu kapsamda dijital bağımlılığın sağlık üzerine olumsuz etkilerini ele alan araştırma sonuçlarına ilişkin bulgular Tablo 14'te sunulmuştur.

Tablo 14*Dijital Bağımlılığın Sağlık Üzerindeki Etkilerine İlişkin Araştırma Sonuçları*

Değişken	Anlamli ilişki/ etki	
	Var <i>f</i>	Yok <i>f</i>
Baş ağrısı	1	0
El bileğinde ağrı	2	0
Gözlerde yanma, sulanma, kızarıklık	3	0
Kardiovasküler motor refleks verimi	1	0
Kaslarda ağrı ya da sertleşme	2	0
Obezite	6	1
Uyku kalitesi	13	2
Yeme bozukluğu	9	0

Tablo 14 incelendiğinde; dijital bağımlılığın baş ağrısı, el veya bilekler ağrı, gözlerde yanma/sulanma/kızarıklık, kardiovasküler motor refleks veriminde azalma, kaslarda ağrı ve sertleşme, obezite, uyku kalitesinde düşme ve yeme bozukluğu gibi olumsuz durumlara yol açtığı görülmektedir. Araştırmalarda daha çok dijital bağımlılığın uyku kalitesi, yeme bozukluğu ve obezite ile olan ilişkisi ele alınmıştır. Araştırma sonuçlarının geneli dijital bağımlılıkla olan anlamli ilişkiyi desteklemektedir.

Okul yaşantısı

Dijital bağımlılık bireylerin okulla ilişkili değişkenlerden etkilenebildiği gibi bireyin okul yaşantısını etkileyebilmektedir. Bu tema altında dijital bağımlılığın bireylerin okul yaşantılarında olumsuz etkilediği değişkenler ele alınmıştır. Araştırma sonuçlarına ilişkin bulgular Tablo 15'te sunulmuştur.

Tablo 15*Dijital Bağımlılığın Okul Yaşantıları Üzerindeki Etkisine İlişkin Araştırma Sonuçları*

Değişken	Anlamli ilişki/ etki	
	Var <i>f</i>	Yok <i>f</i>
Akademik başarı	47	19
Akademik beklenti düzeyi	1	0
Akademik erteleme	4	0
Akademik güdülenme	2	0
Devamsızlık	1	0

Tablo 15 incelendiğinde araştırma sonuçlarına göre dijital bağımlılık bireylerin akademik başarılarını, akademik beklenti düzeylerini, erteleme davranışlarını, akademik güdülenmelerini ve okula devamlarını olumsuz yönde etkilemektedir. Araştırmalarda daha çok dijital bağımlılık ile akademik başarı arasındaki ilişki ele alınmıştır. Yapılan 66 araştırmanın 47'sinde anlamlı ilişki/etki bulunurken 19'unda anlamsız bulunmuştur. Dijital bağımlılıkla ele alınan diğer önemli bir değişken de akademik ertelemedir. Yapılan 4 araştırmanın tümünde bu iki değişken arasındaki ilişki/etki anlamlı bulunmuştur.

Psikolojik faktörler

Araştırmalarda dijital bağımlılıkla ilgili ele alınan değişkenlerin büyük çoğunluğunu psikolojik faktörler içermektedir. Bu faktörler aynı tema altında bir araya getirilerek incelenmiştir. Bu kapsamda dijital bağımlılığın ilişkili olduğu psikolojik faktörlere ilişkin sonuçlar Tablo 16'da sunulmuştur.

Tablo 16

Dijital Bağımlılığın Psikolojik Faktörler Üzerindeki Etkisine İlişkin Araştırma Sonuçları

Değişken	Anlamlı ilişki/ etki	
	Var <i>f</i>	Yok <i>f</i>
Aleksitimi	2	0
Algılanan duygusal istismar	2	0
Anksiyete	1	0
Anne babaya bağlanma stilleri	3	0
Bağlanma kalitesi	6	2
Benlik saygısı	9	2
Bilinçli farkındalık	1	0
Bilişsel çarpıtma düzeyleri	1	0
Depresyon	6	0
Dikkat düzeyleri	3	0
Duygu düzenleme	4	0
Duygusal özerklik	2	0
Duygusal tutarsızlık	1	0
Dürtüsellik	1	0
Düşmanlık	1	0

Empati düzeyleri	2	0
Öznel iyi oluş	7	0
Negatif kontrol hissi	1	0
Nomofobi	1	0
Olumlu üstbilişsel sorunlar	1	0
Olumsuz değerlendirilme korkusu	2	0
Öfke	4	1
Öz denetim	2	2
Özgüven	1	1
Öz-yeterlik algısı	1	0
Pozitif kontrol hissi	1	0
Psikiyatrik bozukluklar	7	1
Psikolojik dayanıklılık	7	0
Psikolojik ihtiyaçlar	2	0
Psikolojik özerklik	1	0
Ruminasyon	2	0
Saldırganlık	10	0
Serbest zamanda sıkılma algısı	1	2
Sosyal kaygı	7	0
Sosyal yeterlilik	1	1
Sosyal zeka	1	0
Stres	1	0
Umutsuzluk	3	0
Yalnızlık	14	2
Yaşam kalitesi	7	1

Tablo 16'da görüldüğü gibi, araştırmalarda dijital bağımlılığın daha çok psikolojik faktörler üzerindeki etkisi/ilişkisi ele alınmıştır. Öne çıkan değişkenler incelendiğinde; dijital bağımlılığın 16 araştırmanın 2'sinde yalnızlığı, 8 araştırmanın 7'sinde yaşam kalitesini, 10 araştırmanın tamamında saldırganlığı, 7 araştırmanın tamamında sosyal kaygıyı, 7 araştırmanın tamamında psikolojik dayanıklılığı, 8 araştırmanın 6'sında bağlanma kalitesini, 11 araştırmanın 9'unda benlik saygısını, 6 araştırmanın tamamında depresyonu etkilediği; 7 araştırmanın tamamında öznel iyi oluşu etkilediği ve son olarak 8 çalışmanın 7'sinde psikiyatrik bozukluklarla ilişkili olduğu belirlenmiştir.

Siber zorbalık

Dijital bağımlılığın bir diğer ardılı ise siber zorbalıktır. Dijital bağımlılık ve siber zorbalık arasındaki ilişkiyi ele alan araştırma sonuçlarına ilişkin bulgular Tablo 17’de sunulmuştur.

Tablo 17

Dijital Bağımlılığın Siber Zorbalığa Etkisine İlişkin Araştırma Sonuçları

Değişken	Anlamli ilişki/ etki	
	Var <i>f</i>	Yok <i>f</i>
Siber zorbalık	9	1

Tablo 17 incelendiğinde; dijital bağımlılık ve siber zorbalık ilişkisini ele alan 10 çalışmanın 9’unda anlamlı ilişki/etkinin olduğu görülmektedir.

Tartışma ve Sonuç

Dijital bağımlılık, yetişkinlerde ve özellikle çocuklarda giderek büyüyen bir sorun haline gelmektedir. Bağımlılık dijital alanda olduğunda çocukların gündelik hayatları ve gelişimleri bu durumdan derinden etkilenmektedir. Bu araştırmada çocuklarda dijital bağımlılığın öncülleri ve ardıllarını tematik olarak ortaya koymak ve derinlemesine incelemek amaçlanmıştır.

Araştırmanın sonucunda dijital bağımlılığın öncülleri ile ilgili bulgular incelendiğinde; bulguların 11 ana tema altında toplandığı ve bu ana temaların; aile, çevre, diğer bağımlılıklar, dijital cihazlar, dijital uygulamalar, farklı aktivitelere zaman ayırma, ev ortamı, sosyal ağ, okul değişkenleri, kullanım amacı/şekli ve kişisel faktörler şeklinde olduğu belirlenmiştir. Bu öncül temalardan aile ve kişisel faktörlerin dijital bağımlılık düzeyi ile en fazla ilişkili olduğu görülmektedir.

Dijital bağımlılığın öncüllerine bakıldığında, öncelikle aile faktörünün dijital bağımlılıkta etkili olduğu görülmektedir. Dijital bağımlılığı etkileyen aile faktörleri; aile içi ilişkiler, ailenin sosyo-ekonomik durumuyla ilgili değişkenler, dijital ebeveyn farkındalığı, aile tipi, ebeveyn tutumu ve kardeş sayısıdır. Aile içi ilişkiler alt teması incelendiğinde; aile içi iletişim, aile ile ilişki, anne baba birliktelik durumu, anne baba ile yaşama ve yaşanan sorunları aile ile paylaşım paylaşma gibi alt unsurların olduğu görülmektedir. Aygar (2020) yapmış olduğu çalışmasında, parçalanmış ailelerde yaşayan çocukların, annesi çalışan çocukların ve ailesi ile ilişkileri yapıcı olmayan çocukların bağımlılık puanlarının yüksek olduğu sonucuna ulaşmıştır. Ailenin sos-

yo-ekonomik durumuna bakıldığında; baba eğitim düzeyi, anne eğitim düzeyi, ailenin aylık geliri, annenin çalışma durumu alt temalarının yer aldığı görülmektedir. Anne ve babanın eğitim seviyesinin çocuklarının sosyal, kişisel yaşamlarındaki olası problemleri ve çözümleri hakkındaki farkındalıklarını yükselttiği öngörüldüğünde, dijital bağımlılık durumunun oluşması ve derinleşmesinde ebeveynlerin eğitim düzeyinin önemli bir etken olabileceği değerlendirilmektedir. Altay ve Özerbaş (2020) ilkökul öğrencileri ile yapmış oldukları çalışmalarında; velilerin eğitim düzeyleri arttıkça problemleri cep telefonu kullanımının arttığı sonucuna ulaşmışlardır. Aile faktörü ile ilgili diğer başlıklara bakıldığında dijital ebeveyn farkındalığı, aile tipi, ebeveyn tutumu ve kardeş sayısının bu faktörün alt başlıklarını oluşturduğu görülmektedir. Ebeveynlerin çocuklarının dijital araç kullanımına uygun biçimde sınır getirmeleri ve kendilerinin oluşturduğu işlevsel kontrol mekanizmalarının sağlıklı işlemesine bağlı olarak bağımlılık oranı değişim gösterebilmektedir. Lermi ve Afat (2020) yapmış oldukları çalışmada, dijital bağımlılığa yol açan dijital araç ve uygulamalarda ailesinin süre sınırı koymadığı ve ailesi tarafından da bilgisayar oyunları oynanan çocukların bağımlılık düzeylerinin yüksek olduğunu bulgulamışlardır. Ayrıca, aynı çalışmada erkek çocukların bilgisayar oyun bağımlılık düzeylerinin yüksek olduğu sonucuna ulaşılmıştır.

Dijital bağımlılığın öncülleri kapsamındaki bir diğer tema çevre faktördür. Çevre temasının; arkadaş sayısı, yaşanılan yer ve sosyal destek algısı kategorilerinden oluştuğu görülmektedir. Aile, öğretmen ve arkadaşlardan algılanan sosyal desteğin dijital bağımlılık konusunda bir öncül olduğu; aile, öğretmen ve arkadaşlardan uygun düzeyde ve biçimde sosyal destek sağlanmadığında, çocukların bağımlılık hususunda yüksek düzeyde risklere açık hale gelebildikleri belirtilebilir.

Diğer bağımlılık faktörleri ve dijital cihazlara sahip olup olmama durumları incelendiğinde; sigara, alkol ve madde kullanımının dijital bağımlılığı anlamlı düzeyde etkilediği belirtilebilir. Belirtilen maddeleri kullanan çocuklarda risk yüksek düzeyde olmaktadır. Akıllı telefona sahip olma, bilgisayara sahip olma, internete erişimde kullanılan araçlara ve dijital oyun araçlarına sahip olma durumlarının genel olarak araştırmalarda dijital bağımlılığı etkileyen önemli faktörler olduğu görülmektedir.

Dijital uygulamalar temasının alt başlıkları olan en çok vakit ayrılan uygulama ve oynanan oyun türlerinin dijital bağımlılığı etkileyen öncüllerden olduğu belirlenmiştir. Oyunlarda sürekli seviye atlamanın mümkün kılınmasının ve birçok işlemin dijital olarak yapılabilmesinin dijital araçlarda geçirilen zamanın artışına neden olarak bağımlılık düzeyini yükselttiği söylenebilir. Tiktok, İnstagram ve Youtube gibi uygulamalar, çeşitli oyunlar çocuklar için sıklıkla ilgi çekici olabilmekte, çocukların uzun süre boyunca sosyal yaşamdan izole olmalarına yol açabilmektedir.

Dijital bağımlılığın ev teması değişkenine bakıldığında, evde kendine ait bir odaya sahip olmanın ve evde internet bağlantısının olması durumlarının dijital bağımlılığın oluşmasında etkili oldukları belirlenmiştir. Denetim durumunun zayıf kalmasının, internette geçirilen zamanın artışına yol açarak bağımlılık durumuna neden olduğu da söylenebilir.

Farklı aktivitelere zaman ayırma temasının alt kategorilerine bakıldığında ise, boş zamanları değerlendirme şekli, okul dışında düzenli aktivite yapma durumu, sosyal aktivite-hobi, spor veya müzik ile ilgilenme durumu, geleneksel çocuk oyunlarının dijital bağımlı olma durumunu etkilediği belirlenmiştir. Güler (2021) dijital oyun oynama motivasyonu ve fiziksel aktiviteye katılım motivasyonları arasındaki ilişkiyi incelediği çalışmasında, öğrencilerin dijital oyun motivasyonları ile fiziksel aktiviteye katılım motivasyonları arasında negatif ilişki olduğu sonucuna ulaşmıştır.

Araştırma sonucunda kişisel faktörler temasının altında interneti kullanmaya başlama yaşı, cinsiyet, beden algısı, duygularını dışa vurma, öz bilinçlilik, sosyal beceri, tek başına vakit geçirmeden keyif alma durumu, telefon kullanmaya başlama yaşı/yılı, yaş unsuru, denetim odağı, kişilik özellikleri, kontrol hissi düzeyi, sorumluluk duygusu faktörlerinin bağımlılık olgusuyla ilişkili olduğu sonucuna varılmıştır. Dijital bağımlılık konusunda kişisel faktörlerden cinsiyet faktörünün önemli bir değişken olduğu görülmektedir. Dijital bağımlılık konusunda erkek çocuklarının kız çocuklarına göre riskli grupta olduğu belirlenmiştir. Kültürel ve toplumsal kodlar nedeniyle kız çocuklarına yüklenen sorumlulukların fazla olması, kendilerine daha fazla ve belirli sınırların konulması, kendilerine zaman ayırma ve yalnız kalma durumlarının daha az olmasının, kız çocuklarının dijital araçlarla daha az ilişki kurmalarına neden olarak dijital bağımlılık düzeylerinin nispeten daha düşük olmasına yol açtığı belirtilebilir. Bu sonuçlar farklı ülkelerde dijital bağımlılığın öncülleri ile ilgili yapılan araştırma sonuçları ile tutarlıdır (Gladkaya vd., 2018; Guxens vd., 2016). İlk ve Korkmaz (2019) internet bağımlılığı ile ilgili yapmış oldukları çalışmada, cinsiyetin etkisinin dijital bağımlılık düzeylerinde anlamlı olarak farklılaştığı ve internet bağımlılığının erkek öğrencilerde daha yüksek düzeyde olduğu sonucuna ulaşmışlardır. Hanımoğlu (2018) yapmış olduğu çalışmasında, erkek öğrencilerin riskli grupta yer aldığı, sınıf düzeyi arttıkça öğrencilerin bağımlılıklarının yükseldiği ve sosyal becerisi düşük öğrencilerin bağımlı olmaya yatkın olduğu sonucuna ulaşmıştır.

İnterneti ve telefonu kullanmaya başlama yaşı/yılı ve dijital araçları kullanım amacı/şekli teması da dijital bağımlılığın öncülleri arasındadır. Çocuklar erken dönemlerde dijital araçlar ile karşılaştıklarında, bu araçlarla kurulan ilişki süresinin fazla olmasından dolayı dijital bağımlılıklarının artış gösterdiği belirlenmiştir. Çocukların dijital araçları kullanım amaçlarının oyun, eğlence olmasının ve bu araçları kullanım

sürelerinin dijital bağımlılıklarını etkileyen öncüller olduğu belirlenmiştir. Aksoy ve Ünübol (2021) yapmış oldukları çalışmada, öğrencilerin interneti kullanım amaçlarının değiştiği, bağımlılık açısından en yüksek risk faktörünün eğlence amaçlı dijital araç kullanan çocuklarda olduğu sonucuna ulaşmışlardır.

Okul ile ilgili çeşitli faktörlerin de dijital bağımlılığın öncülleri olduğu ifade edilebilir. Bu faktörler; okul kademesi, okul türü, sınıf düzeyi, sınıf tekrarı durumu, okul iklimi, okul yeterliliği, okula bağlanma, öğretmen akademik katılımı ve disiplin cezası alma durumlarıdır.

Kullanılan sosyal ağ temasının; kullanılan sosyal ağ, sosyal ağlarda takip edilen kişi sayısı, sosyal medya hesap sayısı, sosyal medya kullanım durumu ve sosyal medya kullanmaya başlama yılı alt faktörlerinin de dijital bağımlılığın öncüllerini oluşturduğu belirtilebilir. Doğrusever (2021) ergenler ile yapmış olduğu çalışmasında, ergenlerde sosyal medya bağımlılık seviyelerinin; sosyal medyayı kullanım süreleri, kullandıkları sosyal medya hesap sayısı ve sosyal medyayı kullanım amaçlarına göre anlamlı yönde farklılaştığını bulgulamıştır.

Araştırmanın ikinci alt problemi; “çocuklarda dijital bağımlılığın ardılları nelerdir?” şeklinde belirlenmiştir. Araştırma sonucunda dijital bağımlılığın ardılları ile ilgili bulgular incelendiğinde; bulguların 6 ana tema altında toplandığı ve bu ana temaların; çevre ve aile ile ilişkiler, dijital araç ve ağlara erişim sıklığı, sağlık, okul yaşantısı, psikolojik faktörler ve siber zorbalık şeklinde olduğu belirlenmiştir. Bu arıd temalardan çevre-aile ile ilişkiler ve psikolojik faktörlerin dijital bağımlılık olgusunun öne çıkan ardılları olduğu görülmektedir.

Dijital bağımlılığın ardıllarına bakıldığında, öncelikli olarak çevre ve aile ile ilişki faktörünün dijital bağımlılıkta etkili olduğu görülmektedir. Dijital bağımlılığı etkileyen çevre ve aile ile ilişkiler faktörü kendi içerisinde de bir takım kategorilere ayrılmaktadır. Bunlar; aile dinamikleri, aile işlevselliği, aile uyumu, aile ve arkadaş ilişkisi, aile yaşam doyumu, akran ilişkileri, akran zorbalığı, anne baba tutumu, arkadaşlık ilişkileri ve öz denetim, bireysel ve sosyal sorumluluk davranışı, iletişim ve sosyal beceri, sosyal dışlanma ve sosyal fobi değişkenleridir. İletişim ve sosyal beceri düzeyinin dijital bağımlılık açısından ilişkili faktörler olduğu; çevre ile iletişimi yapıcı ve sosyal beceri düzeyi yüksek olan öğrencilerin dijital bağımlılıklarının düşük olduğu belirlenmiştir. Çeliker ve Aşıroğlu (2020) yapmış oldukları çalışmalarında, internet bağımlılığı ile sosyal beceri düzeyi arasında negatif yönlü bir ilişki olduğunu, internet bağımlılık düzeyi arttıkça çocuklarda sosyal beceri geliştirme düzeyinin azaldığını bulgulamışlardır.

Dijital araç ve ağlara erişim sıklığı temasının; oyun oynama süresi, sosyal medya kontrol etme sıklığı, şarj cihazı taşıma durumu, telefonu kontrol sıklığı, uyanır uyanmaz akıllı telefon kontrol durumu ve oyun için aylık harcama miktarı alt kategorileri bulunmaktadır. Belirtilen faktörlerden oyun oynama süresinin dijital bağımlılıkta temel bir ardıl olduğu belirlenmiştir.

Dijital bağımlılığın bir diğer ardılı olan sağlık temasının; baş ağrısı, el bileğinde ağrı, gözlerde yanma-sulanma-kızarıklık, kardiovasküler motor refleks verimi, kaslarda ağrı ya da sertleşme, obezite, uyku kalitesi ve yeme bozukluğu alt kategorileri olduğu görülmektedir. Dijital bağımlı olan çocukların, dijital araçlar ile geçirdikleri zamanın artış göstermesi nedeniyle uyku kalitelerinde düşüş görülebilmekte, düzenli yeme alışkanlıklarının olmamasından dolayı yemek yeme bozuklukları meydana gelebilmekte ve dijital araçları kullanırken fast-food yemekler tüketildiğinden obezite riski artabilmektedir. Birçok çalışma bu sonuçlara benzer kanıtlar sunmaktadır (Buxton, Chang, Spilsbury, Bos, Emsellem ve Knutson, 2015). Bingöl (2021) yapmış olduğu çalışmada, çocukların dijital araçlarda oyun oynarken ekran karşısında geçirdikleri zamanın artması sonucu çocuklarda sağlıksız beslenme davranışları görüldüğünü; öğünlerin düzensiz olmasının, porsiyon kontrolünün yapılmamasının ve hazır gıdaların tüketilmesinin beraberinde sağlıksız beslenme davranışlarını ve obezite riskini arttırdığını bulgulamıştır.

Okul yaşantısı temasının da dijital bağımlılıkta bir ardıl olduğu ifade edilebilir. Okul yaşantısının alt başlıklarının; akademik başarı, akademik beklenti düzeyi, akademik erteleme, akademik güdülenme ve devamsızlık şeklinde olduğu görülmektedir. Dijital bağımlı olan öğrencilerin akademik başarısının düşük olacağı, dijital araçlar ile geçirilen zamanın artışının öğrencinin ders başarısını düşüreceği, bu durumun çocukların akademik beklentileri ve okula devam etme arzuları bağlamında çeşitli riskleri doğuracağı belirlenmiştir. Tekin (2020) lise öğrencileri ile yaptığı çalışmada, internet bağımlılık seviyesi yükseldikçe akademik başarının düştüğü ve aynı çalışmada, internet bağımlılık seviyesi arttıkça öğrencilerin okula devamsızlık durumunun arttığı sonuçlarına ulaşmıştır. Borak ve Beki'nin (2021) lise öğrencileri ile yapmış oldukları çalışmalarında; lise öğrencilerinin sosyal medya kullandıklarında öğrencilerin not ortalamalarının düştüğü, bu durumun da akademik başarılarını olumsuz etkilediği sonucuna ulaşmışlardır.

Psikolojik faktör teması incelendiğinde, bu faktörün birçok alt kategorisi olduğu görülmektedir. Bunlar; aleksitimi, algılanan duygusal istismar, anksiyete, anne baya bağlanma stilleri, bağlanma kalitesi, benlik saygısı, bilinçli farkındalık, bilişsel çarpıtma düzeyleri, depresyon, dikkat düzeyleri, duygu düzenleme, duygusal özerklik, duygusal tutarsızlık, dürtüsellik, düşmanlık, empati düzeyleri, öznel iyi oluş, ne-

gatif kontrol hissi, nomofobi, olumlu üstbilişsel sorunlar, olumsuz değerlendirilme korkusu, öfke, özdenetim, özgüven, öz-yeterlik algısı, pozitif kontrol hissi, psikiyatrik bozukluklar, psikolojik dayanıklılık, psikolojik ihtiyaçlar, psikolojik özerklik, ruminasyon, saldırganlık, serbest zamanda sıkılma algısı, sosyal kaygı, sosyal yeterlilik, sosyal zeka, stres, umutsuzluk, yalnızlık ve yaşam kalitesidir. Güler (2021) çalışmasında, dijital bağımlılık ile saldırganlık arasında pozitif yönlü anlamlı bir ilişki olduğu; dijital bağımlılık arttıkça öğrencilerin saldırganlık düzeylerinde de artış görüldüğü sonucuna ulaşmıştır. Yönet (2018) yaptığı çalışmasında, dijital oyun bağımlılığı ile yaşam kalitesi arasında negatif bir ilişki olduğunu, bu ilişkininde oyun için uzun süre harcanması, hareketsiz kalma, gerçek ortamdan ve çevredeki insanlardan uzaklaşma ile ilişkili olduğunu bulgulamıştır. Karaca vd. (2021) ortaokul öğrencilerinin internet bağımlılığı ve depresif belirtilerine yönelik yapmış oldukları çalışmalarında, öğrencilerin internet bağımlılığının depresif belirtileri ile ilişki olduğunu, internet bağımlılığı arttıkça depresif belirtilerinin de arttığını bulgulamışlardır. Aynı şekilde Çetin ve Arcagök (2018) yapmış oldukları çalışmalarında, internet bağımlılığı ile depresyon arasında pozitif yönlü anlamlı bir ilişki olduğu sonucuna ulaşmışlardır. Taş (2018) çalışmasında, internet bağımlılığı ile psikolojik belirtiler arasında ilişki olduğunu, internet bağımlılığı arttıkça çocuklarda psikolojik belirtilerin arttığını bulgulamıştır. Hazar vd. (2017) yapmış oldukları çalışmalarında, dijital oyun bağımlılığı ile saldırganlık arasında pozitif yönlü ilişki olduğunu, aynı şekilde oyunsallık ile de pozitif bir ilişki olduğunu, dijital oyun bağımlılık düzeyi yükseldikçe saldırganlığında artış gösterdiğini bulgulamışlardır. Küçük ve Çakır (2020) yapmış oldukları çalışmalarında, ortaokul öğrencilerinin dijital oyun bağımlılığını ele almışlardır. Bu doğrultuda çocukların dijital oyun bağımlılık seviyeleri arttıkça saldırganlık seviyelerinin de arttığı sonucuna ulaşmışlardır. Bayhan (2020) yapmış olduğu çalışmasında, sosyal medya bağımlılık puanları yüksek olan öğrencilerin siber zorbalık seviyelerinin yüksek olduğunu bulgulamış, çalışmadaki bu bulgunun araştırmamızın sonuçlarını desteklediği görülmektedir. Aynı araştırmada, sosyal medya bağımlılığı arttıkça siber mağduriyet düzeyinin de arttığı sonucuna varılmıştır. Hazar ve Ekici (2021) ortaokul öğrencilerinin dijital oyun bağımlılığı ile zorbalık bilişleri arasındaki ilişkiyi inceledikleri çalışmalarında, dijital oyun bağımlılığı ile zorbalık arasında pozitif yönlü anlamlı bir ilişki olduğu sonucuna ulaşmışlardır. Dijital bağımlılığın siber mağduriyet faktörünün, dijital bağımlılığa bağlı olarak sanal ortamlarda geçirilen zamanın fazla olmasıyla da ilişkili olduğu; siber mağduriyet olgusu gözetildiğinde, bu olgunun bağımlılık ile ilişkisi dışında çocuklar açısından çeşitli riskleri betimlediği belirtilebilir.

Özetle; dijital bağımlılığın öncülleri ile ilgili bulgular incelediğinde; bulguların 11 ana tema altında toplandığı ve bu ana temaların; aile, çevre, diğer bağımlılıklar, dijital cihazlar, dijital uygulamalar, farklı aktivitelere zaman ayırma, ev ortamı, sos-

yal ağ, okul değişkenleri, kullanım amacı/şekli ve kişisel faktörler şeklinde olduğu belirlenmiştir. Bu öncül temalardan aile ve kişisel faktörlerin dijital bağımlılık düzeyi ile en fazla ilişkili olduğu görülmektedir. Dijital bağımlılığın ardılları ile ilgi bulgular incelendiğinde; bulguların 6 ana tema altında toplandığı ve bu ana temaların; çevre ve aile ile ilişkiler, dijital araç ve ağlara erişim sıklığı, sağlık, okul yaşantısı, psikolojik faktörler ve siber zorbalık şeklinde olduğu belirlenmiştir. Bu ardıl temalardan çevre-aile ile ilişkiler ve psikolojik faktörlerin dijital bağımlılık olgusunun öne çıkan ardılları olduğu görülmektedir.

Sonuç olarak dijital bağımlılığın öncüllerinin çok boyutlu bir yapıdan oluştuğu ve birbiriyle ilişkili birçok faktörün etkileşimiyle açıklanabileceği söylenebilir. Bu durum dijital bağımlılıkla mücadelede etkili sonuçlar almak için karmaşık ve çok yönlü strateji ve müdahale programlarına ihtiyaç olduğunu göstermektedir. Sonuçları açısından değerlendirildiğinde ise olumlu etkilerden ziyade bireysel etkileri başta olmak üzere sosyal, ekonomik, eğitsel açıdan dijital bağımlılığın olumsuz etkileri daha görünürdür.

Öneriler

Ülkemizde dijital bağımlılığın giderek arttığı yapılan çalışmalarda görülmektedir. Bu doğrultuda, sağlıklı internet kullanımı ile ilgili okullarda ve sosyal hayatta çocuklara ve ailelerine yönelik farkındalık çalışmaları yürütülebilir.

Ebeveynlerin çocuklarının sorumluluklarını ve yeteneklerini geliştirebilecekleri sportif, sanatsal, sosyal ve kültürel etkinliklere yönlendirilmeleri sağlanabilir.

Çocukların sokaklarda vakit geçirdiklerinde güvende olmaları ve oyun oynamak için boş alanların yetersiz olması hususları da dijital bağımlılık düzeylerini yükseltmektedir. Bu konuda, Belediyelerin çocukların yaşadıkları mahallelerde güvenle oynayabilecekleri alanları genişletmeleri sağlanabilir.

Araştırma sonucunda; çocukların interneti eğlence ve boş zamanlarını değerlendirme aracı olarak gördüğü bulgulanmıştır. İlgili Bakanlıklar, çocuklara kitap okuma alışkanlıkları kazanacakları kamp etkinlikleri düzenleyebilir.

İlgili kurumlar tarafından, günümüzde genellikle oynanmayan geleneksel oyunlar hakkında tanıtıcı ve öğretici çalışmaların yürütülerek bu oyunların çocuklar tarafından oynanması sağlanabilir.

Gelişen teknolojiler neticesinde, çocukların dijital araçları sağlıklı kullanmaları, dijital araçlar yoluyla anlamlı ilişkiler kurmaları, dijital araçları kullandıklarında olası riskler hakkında farkındalık kazanmaları yönünde, Milli Eğitim Bakanlığı tarafından dijital araçların kullanımı konusunda teferruat içeren dersler müfredata konulabilir.

Kaynakça

- Aksoy, F. ve Ünübol, H. (2021). Ergenlerde internet bağımlılığı ile şema mekanizmaları arasındaki ilişki. *Bağımlılık Dergisi*, 22 (2), 103-113. <https://doi.org/10.51982/bagimli.806920>
- Altay, D. ve Özerbaş, M. A. (2020). İlkokul öğrencilerinin problemli cep telefonu kullanımlarının farklı değişkenler açısından incelenmesi. *Türk Bilim Araştırma Vakfı*, 13(1), 68-84.
- Arslan, A., Kırık, A. M., Karaman, M. ve Çetinkaya, A. (2015). Lise ve üniversite öğrencilerinde dijital bağımlılık. *Uluslararası Hakemli İletişim ve Edebiyat Dergisi*, 8, 34-58.
- Aygar, H. (2020). *Lise öğrencilerinde akıllı telefon bağımlılığı, ruhsal durum ve uyku kalitesinin değerlendirilmesi* [Tıpta Uzmanlık Tezi]. Osmangazi Üniversitesi, Tıp Fakültesi, Halk Sağlığı Anabilim Dalı, Eskişehir.
- Baş, T. ve Akturan, U. (2008). *Nitel araştırma yöntemleri NVivo 7.0 ile nitel veri analizi*. (1. baskı). Ankara: Seçkin Yayıncılık.
- Bayhan, V. (2020). Z kuşağı lise gençlerinde sosyal medya bağımlılığı ile siber zorbalık ve siber mağduriyet deneyimleri. *İlahiyat Akademi Dergisi*, 12, 117-144.
- Bingöl, Ç. (2021). *Pandemi sürecinde uzaktan ders alan okul çağı çocuklarında dijital oyun bağımlılığı beslenme tutum ve davranışları* [Yüksek Lisans Tezi]. Atatürk Üniversitesi, Çocuk Sağlığı ve Hastalıkları Hemşireliği Anabilim Dalı, Erzurum.
- Balasubramanian N. ve Parayitam S. (2022). Antecedents and consequences of internet addiction among school and college students: evidence from India. *Glob Knowl Mem Commun.* (2022) 2021:211. doi: 10.1108/GKMC-12-2021-0211
- Borak, N., Beki, A. (2021). Sosyal medya bağımlılığının lise öğrencilerinin akademik başarıları üzerindeki etkisi. *Toplumsal Politika Dergisi*, 2(1), 61-76.
- Busch, P. A. ve McCarthy, S. (2021). Antecedents and consequences of problematic smartphone use: A systematic literature review of an emerging research area. *Computers in Human Behavior*, 114, 106414.
- Buxton, O. M., Chang, A. M., Spilsbury, J. C., Bos, T., Emsellem, H., ve Knutson, K. L. (2015). Sleep in the modern family: protective family routines for child and adolescent sleep. *Sleep Health*, 1(1), 15-27.
- Çakır, M., Kocagöz, E., Karakuş, FN. (2021, 3-4 Temmuz). *Çocuklarda dijital bağımlılık: ebeveynlerle nicel bir araştırma*. E-ICEESS 71-93.
- Çarkungöz, E., Ediz, B. (2009). Meta analizi. *Uludağ Üniversitesi Veteriner Fakültesi Dergisi*, 28(1), 33-37.

- Çeliker, V.B. ve Aşıroğlu, S. (2020). Ortaokul öğrencilerinin internet bağımlılıkları ile sosyal beceri düzeyleri arasındaki ilişkinin incelenmesi. *Yeditepe Üniversitesi Eğitim Fakültesi Dergisi*, 9(11), 43-57.
- Çetin, Ş. ve Arcagök, S. (2018). Lise öğrencilerinde internet bağımlılığı ve depresyon arasındaki ilişkinin incelenmesi. *ISAS*, 3, 1401-1404.
- Dilci, T., Arslan, A. ve Ersoy, M. (2019). 0-12 yaş aralığındaki çocukların dijital bağımlılık düzeylerinin çeşitli değişkenlere göre belirlenmesi (Sivas ili örnekleme). *Tarih Okulu Dergisi*, 12(38), 122-142. <https://doi.org/10.14225/Joh1514>
- Doğrusever, C. (2021). Ergenlerin sosyal medya bağımlılık düzeylerinin bazı sosyo demografik değişkenler açısından incelenmesi. *Anadolu Üniversitesi Sosyal Bilimler Dergisi*, 21(1), 23-42. <https://doi.org/10.18037/ausbd.902542>
- Dresp-Langley, B. (2020). Children's health in the digital age. *International Journal Of Environmental Research and Public Health*, 17(9), 1-24.
- Gladya, M., Gundlach, J., Bergert, C., Baumann, A., ve Krasnova, H. (2018). *We Need to Talk! Antecedents and Consequences of Children's Smartphone Use-A Literature Review*. In AMCIS.
- Guxens, M., Vermeulen, R., van Eijdsen, M., Beekhuizen, J., Vrijkotte, T. G., van Strien, R. T., ... ve Huss, A. (2016). Outdoor and indoor sources of residential radiofrequency electromagnetic fields, personal cell phone and cordless phone use, and cognitive function in 5–6 years old children. *Environmental research*, 150, 364-374.
- Güler, H. (2021). *Lise öğrencilerinin dijital oyun oynama motivasyonları ile fiziksel aktiviteye katılım motivasyonlarının incelenmesi*. Ankara: Gazi Kitabevi.
- Güler, Y.E. (2021). *Türkiye'de E-spor: dijital bağımlılık ve saldırganlık*. Ankara: Gazi Kitabevi.
- Hanımoglu, E. (2018). Lojistik regresyon analizi ile ilköğretim ikinci kademe öğrencilerinde internet bağımlılığı ve sosyal beceri düzeyi arasındaki ilişkinin incelenmesi. *Kastamonu Eğitim Dergisi*, 27(2), 467-474. <https://doi.org/10.24106/kefdergi.2559>
- Haardell, L. (2018). Effects of mobile phones on children's and adolescents' health: A commentary. *Child Development*, 89(1), 137-140.
- Hazar, Z. ve Ekici, F. (2021). Ortaokul öğrencilerinin dijital oyun bağımlılığı ile zorbalık bilişleri arasındaki ilişkinin incelenmesi. *Gazi Beden Eğitimi ve Spor Bilimleri Dergisi*, 26(1), 1-15.
- Hazar, Z., Hazar, K., Gökyürek, B., Hazar ve M., Çelikkbilek, S. (2017). Ortaokul öğrencilerinin oyunsallık, dijital oyun bağımlılığı ve saldırganlık düzeyleri arasındaki ilişkinin çeşitli değişkenler açısından incelenmesi. *International Journal of Human Sciences*, 14(4), 4320-4332.

- İlkin, A. ve Korkmaz, Ö. (2019). Muhtaç aile çocuklarının teknoloji kullanımı, internet bağımlılığı ve medya-televizyon okuryazarlığının incelenmesi. *Ondokuz Mayıs Üniversitesi Eğitim Fakültesi Dergisi*, 38(2), 137-153. [https://doi: 10.7822/omuefd.506327](https://doi.org/10.7822/omuefd.506327)
- Karaca, S., Uyanık, E., Kenç, M., İşlek, M., Aksu, R., Öngün, E. ve Ünsal Barlas, G. (2021). Ortaokul öğrencilerinde internet bağımlılığı ve depresif belirtiler. *Acıbadem Üniversitesi Sağlık Bilim Dergisi*, 12(2), 510-516. <https://doi.org/10.31067/acusaglik.849305>
- Konan, N., Çelik, O. T., Çetin, R. B. (2018). Türkiye’de okul yöneticisi görevlendirme sorunu: bir meta sentez çalışması. *Pamukkale Üniversitesi Eğitim Fakültesi Dergisi*, 44(44), 92-113. [https://doi:10.9779/PUJE.2018.208](https://doi.org/10.9779/PUJE.2018.208)
- Küçük, Y. ve Çakır, R. (2020). Ortaokul öğrencilerinin dijital oyun bağımlılıklarının çeşitli değişkenler açısından incelenmesi. *Turkish Journal of Primary Education*, 5(2), 133-154.
- Lermi, U. ve Afat, N. (2020). Ortaokul öğrencilerinde bilgisayar oyun bağımlılığının ebeveyn davranışları açısından incelenmesi. *İstanbul Zaim Üniversitesi Eğitim Dergisi*, 2(3), 122-136. <https://doi.org/10.46423/izujed.749654>
- Nayak, S. G. ve Pai, M. S. (2022). Smartphone de-addiction among children and adolescents: An hour of need. *Journal of Child and Adolescent Psychiatric Nursing*, 35(2), 196-198.
- Polat, S. ve Ay, O. (2016). Meta-sentez: kavramsal bir çözümleme. *Eğitimde Nitel Araştırmalar Dergisi*, 4(1), 52-64. <https://doi.org/10.14689/issn.2148-2624.1.4c2s3m>
- Taş, İ. (2018). Ergenlerde internet bağımlılığı ve psikolojik belirtilerin çeşitli değişkenler açısından incelenmesi. *Anemon Muş Alparslan Üniversitesi Sosyal Bilimler Dergisi*, 6(1), 31-41. <https://doi.org/10.18506/anemon.310973>
- Tekin, O. (2020). Lise öğrencilerinin internet bağımlılık seviyelerinin genel akademik başarıları ve devamsızlık durumları ile ilişkisi. *Türk Eğitim Bilimleri Dergisi*, 18(1), 36-56. <https://doi.org/10.37217/tebd.641182>
- Tsai, S. M., Wang, Y. Y. ve Weng, C. M. (2020). A study on digital games internet addiction, peer relationships and learning attitude of senior grade of children in elementary school of chiayi county. *Journal of Education and Learning*, 9(3), 13-26.
- Yönet, E. (2018). *Lise öğrencilerinin sportif serbest zaman ilgilenim, dijital oyun bağımlılığı ve yaşam kalitesi düzeylerinin araştırılması* [Doktora Tezi]. Sakarya Üniversitesi, Beden Eğitimi ve Spor Anabilim Dalı, Sakarya.
- Yengin, D. (2019). Teknoloji bağımlılığı olarak dijital bağımlılık. *The Turkish Online Journal of Design, Art and Communication*, 9(2), 130– 144. [https://doi:10.7456/10902100/007](https://doi.org/10.7456/10902100/007).