

Spor Bilimleri Öğrencilerinin Akademik Başarıları ile Teknolojik Bağımlılık Düzeyleri Arasındaki İlişki

Hakan Bilgen¹, Erdal Demir², Eray Emiroğlu³, Gül Bahar Bayıroğlu^{4*}, Berat Koçyiğit⁵

¹ Spor Bilimleri Fakültesi, Kütahya Dumlupınar Üniversitesi, Kütahya, Türkiye, hakanbilgen81@hotmail.com, ORCID: <https://orcid.org/0000-0002-9504-6321>

² Spor Bilimleri Fakültesi, Çanakkale Onsekiz Mart Üniversitesi, Çanakkale, Türkiye, erdaldemir@comu.edu.tr, ORCID: <https://orcid.org/0000-0001-9478-5045>

³ Spor Bilimleri Fakültesi, Süleyman Demirel Üniversitesi, Isparta, Türkiye, erayus84@gmail.com, ORCID: <https://orcid.org/0009-0004-8025-6133>

^{4*} Spor Bilimleri Fakültesi, Süleyman Demirel Üniversitesi, Isparta, Türkiye, gulbayiroglu@sdu.edu.tr, ORCID: <https://orcid.org/0000-0002-4297-4562>

⁵ Spor Bilimleri Fakültesi, Süleyman Demirel Üniversitesi, Isparta, Türkiye, beratkocyiigit@sdu.edu.tr, ORCID: <https://orcid.org/0000-0002-0853-204X>

Özet

Günümüzde dijital teknolojiler, bireylerin yaşam biçimlerini derinden etkileyerek günlük rutinlerinden sosyal ilişkilerine, öğrenme süreçlerinden boş zaman aktivitelerine kadar pek çok alanda köklü değişimlere yol açmaktadır. Özellikle genç bireyler arasında teknolojik araçlara erişimin artması, bu etkileşimin süresini ve yoğunluğunu önemli ölçüde artırmaktadır. Üniversite öğrencileri, akademik yükümlülüklerinin yanı sıra dijital teknolojileri hem eğitim hem de eğlence amacıyla sıkça kullanmaktadır. Ancak bu yoğun kullanım, zamanla teknolojiye bağımlı bir yaşam biçimini beraberinde getirebilmekte ve bireylerin bilişsel, duygusal ve sosyal işlevlerini olumsuz yönde etkileyebilmektedir. Alan yazında yapılan çalışmalar, teknoloji bağımlılığının öğrencilerin akademik başarıları üzerinde olumsuz etkiler yaratabileceğini ortaya koymaktadır. Özellikle sosyal medya platformları, çevrim içi oyunlar ve anlık mesajlaşma uygulamalarına aşırı yönelimin, öğrencilerin dikkatini dağıttığı, akademik sorumluluklarını ihmal etmelerine ve zaman yönetiminde güçlük yaşamalarına neden olduğu belirtilmektedir. Bu çerçevede, üniversite öğrencilerinin akademik başarılarını etkileyen faktörlerin incelenmesinde teknoloji bağımlılığı önemli bir değişken olarak öne çıkmaktadır. Spor bilimleri fakültesinde öğrenim gören öğrenciler ise hem fiziksel hem de teorik bilgi gerektiren bir eğitim süreci içinde olduklarından, teknolojik bağımlılığın bu öğrenci grubu üzerindeki etkisinin daha farklı boyutlarda ortaya çıkabileceği düşünülmektedir. Bu nedenle mevcut çalışmanın amacı, spor bilimleri fakültesinde öğrenim gören öğrencilerin akademik başarıları ile teknolojik bağımlılık düzeyleri arasındaki ilişkiyi incelemektir. Araştırmanın evrenini, Süleyman Demirel Üniversitesi Spor Bilimleri Fakültesinde eğitim gören 640 öğrenci oluşturmaktadır. Örneklem grubunu bu evren içerisinden basit rastgele örnekleme yöntemiyle seçilen 216 gönüllü öğrenci oluşturmaktadır. Araştırma kapsamında, araştırmacılar tarafından oluşturulan kişisel bilgi formu, literatürde yer alan teknoloji bağımlılığı ölçeği ve öğrencilerin akademik not ortalamaları veri toplama amacıyla kullanılmıştır. Elde edilen veriler, IBM SPSS 22.0 istatistik paket programı kullanılarak analiz edilmiştir. Spor bilimleri öğrencilerinin ölçeklerden aldıkları puanlar, aritmetik ortalama ve standart sapma ($\bar{x} \pm s.d$) ile sunulmuştur. Ölçekler arasındaki ilişkiyi belirlemek amacıyla Pearson momentler çarpımı korelasyon analizi (r) uygulanmıştır. Sonuç olarak, spor bilimleri öğrencilerinin teknoloji bağımlılığı arttıkça akademik başarılarının azaldığı tespit edilmiştir. Spor bilimleri öğrencilerinin akademik başarıları ile teknoloji bağımlılıkları arasında negatif yönde düşük düzeyde bir ilişki ($r = -.176$, $p = .010^{**}$) bulunmuştur. Teknoloji bağımlılığının alt boyutları incelendiğinde, anlık mesajlaşma ile akademik başarı ($r = -.138$, $p = .043^{*}$) arasında negatif yönde düşük düzeyde, çevrim içi oyun oynama ile akademik başarı ($r = -.329$, $p = .000^{**}$) arasında ise negatif yönde yüksek düzeyde bir ilişki tespit edilmiştir. Araştırma bulguları, özellikle çevrim içi oyun oynama ve anlık mesajlaşma gibi teknoloji kullanım biçimlerinin, öğrencilerin akademik başarıları üzerinde olumsuz etkiler oluşturduğunu göstermektedir. Bu nedenle, öğrencilerin teknolojiyi daha bilinçli ve dengeli bir şekilde kullanmaları, akademik başarılarını artırmada önemli bir rol oynayabilir. Bu bağlamda, üniversitelerde teknoloji kullanımına ilişkin farkındalık çalışmalarının yaygınlaştırılması ve rehberlik hizmetlerinin güçlendirilmesi, öğrencilerin akademik gelişimlerini destekleyici bir unsur olarak değerlendirilebilir.

Anahtar Kelimeler: Akademik başarı, Teknoloji, Bağımlılık

* Hakan Bilgen, hakanbilgen81@hotmail.com, Kütahya Dumlupınar Üniversitesi, Lisansüstü Eğitim Enstitüsü, Beden Eğitimi ve Spor (DR), Kütahya, Türkiye

The Relationship Between Academic Achievement and Technological Addiction Levels of Sport Sciences Students

Abstract

Today, digital technologies profoundly affect individuals' lifestyles, leading to radical changes in many areas from daily routines to social relationships, from learning processes to leisure activities. Increased access to technological tools, especially among young people, significantly increases the duration and intensity of this interaction. In addition to their academic obligations, university students frequently use digital technologies for both educational and entertainment purposes. However, this intensive use may lead to a technology-dependent lifestyle over time and negatively affect individuals' cognitive, emotional and social functions. Studies in the literature reveal that technology addiction can have negative effects on students' academic achievement. In particular, it is stated that excessive orientation towards social media platforms, online games and instant messaging applications distract students, cause them to neglect their academic responsibilities and have difficulties in time management. In this framework, technology addiction stands out as an important variable in examining the factors affecting the academic achievement of university students. Since students studying at the faculty of sport sciences are in an educational process that requires both physical and theoretical knowledge, it is thought that the effect of technological addiction on this student group may emerge in different dimensions. For this reason, the aim of the current study is to examine the relationship between the academic achievement and technological addiction levels of students studying at the Faculty of Sport Sciences. The population of the study consists of 640 students studying at Süleyman Demirel University Faculty of Sport Sciences. The sample group consists of 216 volunteer students selected by simple random sampling method from this population. Within the scope of the study, the personal information form created by the researchers, the technology addiction scale in the literature and the academic grade point averages of the students were used for data collection. The data obtained were analyzed using IBM SPSS 22.0 statistical package program. The scores of sport sciences students from the scales were presented as arithmetic mean and standard deviation ($\bar{x} \pm sd$). Pearson product-moment correlation analysis (r) was applied to determine the relationship between the scales. As a result, it was determined that as the technology addiction of sport sciences students increased, their academic achievement decreased. A low level negative correlation ($r = -.176$, $p = .010^{**}$) was found between the academic achievement of sport sciences students and their technology addiction. When the sub-dimensions of technology addiction were examined, a low level negative relationship was found between instant messaging and academic achievement ($r = -.138$, $p = .043^{*}$), and a high level negative relationship was found between playing online games and academic achievement ($r = -.329$, $p = .000^{**}$). The findings of the research show that technology usage patterns, especially online gaming and instant messaging, have negative effects on students' academic achievement. Therefore, students' more conscious and balanced use of technology can play an important role in increasing their academic achievement. In this context, expanding awareness studies on technology use and strengthening guidance services in universities can be considered as a supportive factor for students' academic development.

Keywords: Academic success, Technology, Addiction

Giriş

Öğrencilerin planladıkları eğitim öğretim hedeflerine ulaşabilmek ve geleceklerine yön verebilmek olarak adlandırabileceğimiz akademik başarıyı etkileyen pek çok faktör bulunmaktadır. Geleceğe yön verebilmek ve hedeflere ulaşmak için akademik başarıyı sınırlayan faktörlerin belirlenmesi ve bu unsurların giderilmesine yönelik önlemler almak oldukça önemlidir (Önal ve Filiz, 2023). Teknoloji kullanımı günümüz dünyasında hayatımızın her alanında oldukça etkiliyken, bilinçsiz kullanıldığında üniversite öğrencilerinin akademik başarıları üzerinde olumsuz etkileri bulunabilmektedir. Bu durumun ortaya çıkarttığı sorun, çalışmanın çıkış noktasını oluşturmaktadır. Teknolojinin hızlı bir şekilde gelişimi ve değişimi ile eğitim-öğretim sistemi olumlu yönde gelişmiş olup ayrıca eğitim ve öğretim faaliyetlerinin negatif yönde etkilendiği de ifade edilmektedir (Turanalp, 2016). Günümüzde tüm eğitim kurumlarında çok rahat ve kolay bir şekilde internete erişim sağlanabilmekte ve tüm teknolojik cihazlar kullanılmaktadır. Teknolojinin bu alana olumlu etkisi göz ardı edilemezken öğrencilerin serbest bir şekilde teknolojiyi gereğinden fazla ve amacından uzak bir şekilde kullanmaları öğrencilerde teknoloji bağımlılığı oluşturmaktadır.

Bağımlılık; belirli bir madde veya davranışın tekrarlı kullanımı sonucu ortaya çıkan ve kontrol edilemeyen bir arzu ile karakterize edilen bir durum olarak ifade edilmektedir (Egger ve Rauterberg, 1996; Tekin, 2020). Teknoloji ise günlük hayatımızda iletişim, eğitim, sağlık, ulaşım, sanayi vb. alanlarda karşımıza çıkmaktadır. Teknoloji kullanımının artışı dolayısıyla teknolojiye ulaşım kolaylaşmış ve her geçen gün kullanımı önemli ölçüde artmaktadır. Yapılan araştırmalar, teknolojinin yaygın kullanımı sonucu bağımlılık oranlarının arttığını göstermektedir (Işık, 2007; Tekin, 2020). Teknoloji bağımlılığı kontrol edilemeyen bir kullanımın getirdiği olumsuz sonuçlarla karakterize edilen bir durum olarak belirtilmektedir (Griffiths, 1995). İnternetin sağlamış olduğu sınırsız bilgi ve teknolojik cihazların kullanımı, öğrenciler arasında doğru ve yararlı bilgilerin kazanılması ve aktarımı için olumlu bir durum olmasına rağmen yanlış bilgilere ulaşma ve bu bilgilerin paylaşılmasını da olumsuz yönde etkileyebilmektedir ve internet, mobil oyun ve sosyal medya bağımlılığı gibi davranışsal bağımlılıklara yol açmaktadır (Odabaşoğlu ve ark., 2007; Tekin, 2020). Aynı zamanda davranışsal bağımlılık olarak adlandırılan genel olarak kumar, oyun oynamanın yanında makine ve insan etkileşiminden ortaya çıkan teknoloji bağımlılıklarını da kapsamaktadır (Tekin, 2020). Bilhassa, mobil oyunlar ve sosyal medya gibi uygulamalarda geçirilen zamanın artması, öğrencilerin ders çalışma süreçlerini sınırlamakta ve benzer şekilde fiziksel aktivite sürelerini ve düzeylerini de azaltmaktadır. Aynı zamanda bu durum bireylerin hem zihinsel hem de fiziksel sağlıklarını etkileyecek sonuçlar oluşturabilir; örneğin, fiziksel hareketlerin sınırlandırılması nedeniyle kilo artışı ve genel sağlık durumlarında olumsuz sonuçların artmasına neden olabilmektedir. Bu durum, bireylerin hem zihinsel hem de fiziksel sağlıklarını olumsuz yönde etkileyebilir; örneğin, fiziksel

hareketlerin kısıtlanması kilo artışına ve genel sağlık durumunun bozulmasına yol açabilmektedir. Birçok araştırmacı, internet bağımlılığının fiziksel sağlık üzerinde ciddi etkileri olduğunu belirtmektedir. Özellikle aşırı internet kullanımının; uyku düzenini bozduğu, hareketsiz bir yaşam tarzını teşvik ettiği ve göz sağlığını olumsuz etkilediği gözlemlenmektedir. Bununla birlikte, internet bağımlılığının psikolojik etkileri de göz ardı edilmemelidir. İnternet kullanıcıları genellikle daha yoğun duygusal tepkiler verme eğilimindedir ve gerçek hayatta karşılaşılabilecekleri risklerden kaçınma davranışı sergileyebilirler. Bu durum, bireylerin çevrimiçi kimlikleriyle gerçek kimliklerinin bütünleşmesine ve gerçek ile sanal dünya arasındaki sınırların bulanıklaşmasına neden olabilir. Yapılan araştırmalar, aşırı internet kullanımının ders çalışma alışkanlıklarını zayıflattığını, notlarda düşüşe yol açtığını ve ders dışı etkinliklere katılımı olumsuz etkilediğini göstermektedir. Bu durum, öğrencilerin dikkatlerinin dağılmasına neden olarak öğrenme süreçlerini sekteye uğratabilmekte ve akademik performanslarını düşürebilmektedir (Shek vd., 2013). Ancak bu sorunlarla başa çıkmak için çeşitli çözüm önerileri bulunmaktadır. Örneğin; internet kullanımını sınırlandırmak, düzenli fiziksel aktivitelere yönelmek ve sosyal etkinliklere katılım sağlamak, internet bağımlılığıyla mücadelede etkili yöntemler arasında yer almaktadır. Ayrıca, teknoloji kullanımı konusunda farkındalık artırıcı çalışmalar yapmak ve sağlıklı internet alışkanlıklarını teşvik etmek de bu süreçte önemli rol oynamaktadır (Beard, 2015). Bu doğrultuda, spor faaliyetlerinin bireylerin teknoloji bağımlılığından uzaklaşabilecekleri, kendilerine vakit ayırarak serbest zamanlarını değerlendirebilecekleri etkinlikler olarak önemli bir rol üstlenebileceği düşünülmektedir (Çetin ve İmamoğlu, 2023). Dolayısıyla, her alanda olduğu gibi spor bilimleri öğrencilerinin de bilinçli teknoloji kullanımı büyük önem arz etmektedir. Aynı zamanda spor bilimleri öğrencilerinin, yoğun fiziksel aktivite ve disiplin odaklı eğitim süreçleri nedeniyle teknoloji bağımlılığına karşı farklı davranışsal ve psikolojik eğilimler sergileyebileceği, bu bağlamda akademik başarıları üzerindeki etkilerin özgün bir teorik çerçevede incelenmesi gerekmektedir. Bu öğrencilerin teknoloji kullanımı, spor odaklı yaşam tarzları ve öz-düzenleme becerileriyle etkileşime girerek akademik başarılarını diğer fakülte öğrencilerinden farklı bir şekilde etkileyebileceği düşünülmektedir.

İnternet kullanım hızının ulusal ve uluslararası boyutta artmasıyla birlikte teknoloji kullanımı hayatımızın bir parçası haline gelmiştir. Bu durumda teknoloji yönünden ilerleyen çağdaş toplumlar, önceki toplumlarla karşılaştırıldığında çeşitli farklılıklar göstermektedir. Bu bağlamda internet kullanımıyla ilişkili bağımlılık kavramı, birçok araştırmanın odak noktası olmuştur. Literatürde teknoloji bağımlılığı ile ilgili çalışmalar incelendiğinde; kişilik özellikleri (Batıgün ve Kılıç, 2011; Ekşi, 2012), yalnızlık (Esen ve Siyez 2011; Ekşi ve Ümmet, 2016), saldırganlık ve akran baskısı (Satan, 2013; Yükselgün, 2008), siber zorbalık (Özdemir ve Akar, 2011), serbest zaman yönetimi (Akay ve ark., 2023), gelişmeleri kaçırma korkusu (Yıldız ve ark., 2020), sosyal fobi (Apak ve

Yaman, 2019), ders performansı (Hoşgör, 2020), aidiyet duygusu (Aşık, 2018), duygusal zeka (Ulutaş ve ark., 2019), fiziksel aktivite ve uyku kalitesi (Çağın, 2021) ve akademik başarı (Cengizhan, 2013; Erdem ve ark., 2016; Tekin, 2020; Çubuk, 2019; Önal ve Filiz, 2023; Koçyiğit ve Üret, 2022) gibi kavramlarla ilişkilendirilmiştir. Ancak spor bilimleri öğrencilerinin teknoloji bağımlılık düzeyleri ve akademik başarı üzerindeki etkisini inceleyen çalışmaların sayısı literatürde oldukça sınırlıdır (Bayıroğlu vd., 2024; Kutluay ve Karaca, 2025).

İnternet bağımlılığı pek çok uzman ve araştırmacı görüşünde ciddi patolojik bir bozukluk olarak görülmektedir. Bu bağımlılığın bireylerin günlük yaşam ve eğitim/öğretim süreçleri olmak üzere çeşitli alanlarda olumsuz etkilediği, tedavi sürecine ihtiyaç duyulduğu ve bağımlılık riskinin interneti en yoğun kullanan genç ve ergen yaş grubunda daha yüksek olduğu belirtilmektedir (Arısoy, 2009). Üniversite öğrencilerinin ve genç yaştaki bireylerin hem teknolojiyi hem de interneti kontrolsüz ve aşırı kullanımının sosyal, bedensel sağlık, mental ve ruh sağlığı üzerine zarar verdiği ve bu süreç zarfının öğrencilerinin akademik başarı ve gelişimlerine olumsuz bir şekilde etkilemesine neden olabileceği düşünülmektedir (Cengizhan, 2013). Niemz ve ark., (2005) internet bağımlısı bireylerin sosyal ilişkiler ve akademik başarı bağlamında diğer bireylere oranla daha olumsuz sonuçlar ortaya koydukları tespit edilmiştir. Sonuç olarak teknolojinin aşırı ve kontrolsüz kullanımı, öğrencilerin akademik başarılarını olumsuz yönde etkilemektedir. Bu durumu önlemek için öğrencilere bilinçli teknoloji kullanımı alışkanlıkları kazandırılmalı ve eğitim süreçlerinde akademik başarılarının yükselmesi için teknolojinin olumlu yönlerinden faydalanılmalıdır. Aynı zamanda spor bilimleri öğrencilerinin internet kullanımının yönetimi ve bağımlılık belirtilerinin farkındalığı, öğrencilerin akademik ve fiziksel gelişimlerini desteklemek açısından kritik bir önem arz etmektedir. Spor bilimleri öğrencileri, akademik başarılarını artırmakla kalmayıp aynı zamanda fiziksel yeterliliklerini de geliştirmekle sorumludur. Bu sebeple, internet kullanımının doğru yönetilmesi ve bağımlılık belirtilerine karşı farkındalığın artırılması, sadece akademik başarı için değil, aynı zamanda fiziksel performansın sürdürülebilirliği açısından da büyük önem taşır. Ancak bu şekilde teknolojinin getirdiği kolaylıklar ve avantajlar öğrencilerin akademik başarılarına katkı sağlayabilmektedir. Bu bağlamda çalışmada, üniversite eğitim sürecinde olan gençlerin teknolojiyi nasıl kullandıkları, bağımlılık düzeyleri, bu durumun dijital bağımlılık ile ilişkisi ve tüm bu süreçlerin bireylerin akademik başarıları açısından etkileri belirlenmeye çalışılmıştır. Bu çalışma ile elde edilecek bulguların, alan yazına katkı sağlaması bakımından önemli olduğu değerlendirilmektedir. Bu bağlamda yapılan araştırmanın amacı; öğrencilerin teknoloji bağımlılığı ile akademik başarı düzeyleri arasındaki ilişkinin incelenmesidir.

Gereç ve Yöntem

Araştırmanın Modeli

Çalışmada, betimsel tarama metodundan yararlanılmıştır. Betimsel tarama, geçmişte ve/veya günümüzde mevcut bir durumu, olduğu haliyle düzenli bir şekilde tanımlamayı hedefleyen bir araştırma yöntemidir (Karasar, 2016).

Evren ve Örneklem / Çalışma Grubu

Araştırmanın evrenini, Süleyman Demirel Üniversitesi Spor Bilimleri Fakültesinde eğitim gören 640 öğrenci oluşturmaktadır; örneklem grubunu ise mevcut evren içerisinde basit rastgele örnekleme yöntemiyle seçilen 216 gönüllü öğrenci oluşturmaktadır. Şencan (2005), örneklem büyüklüğünün ölçekte bulunan madde sayısının 5-10 katı olması gerektiğini ifade etmiştir. Akademik başarı ve teknoloji bağımlılığı ölçeklerinde toplam 24 madde yer aldığından dolayı çalışmada belirlenen örneklem büyüklüğünün en az 120, en fazla 240 arasında bulunması gerekliliği saptanmıştır. Bu bağlamda, 216 spor bilimleri fakültesi öğrencisinden oluşan örneklem grubu evreni temsil etme niteliği kazanmıştır.

Tablo 1. Katılımcıların betimsel istatistikleri

Değişkenler	Gruplar	n	%
Yaş	18-20	101	46,8
	21-23	82	38,0
	24 ve üzeri	33	15,2
Cinsiyet	Kadın	137	63,4
	Erkek	79	36,6
Bölüm	Beden Eğitimi ve Öğretmenlik	72	33,3
	Antrenörlük Eğitimi	71	32,9
	Spor Yöneticiliği	73	33,8
	Toplam	216	100,0

Çalışmanın betimsel istatistikler incelendiğinde; katılımcıların yaşlarının %46,8'i 18-20, %38,0'ı 21-23, %15,2'si 24 yaş ve üzeri, cinsiyetlerinin %63,4'ü kadın, %36,6'sı erkek, okudukları bölümün ise %33,3'ü beden eğitimi ve öğretmenlik, %32,9'u antrenörlük eğitimi, %33,8'inin spor yöneticiliği bölümünde oldukları görülmüştür.

Veri Toplama Araçları

Çalışmada veri toplama metodu olarak, çalışmayı yürüten araştırmacılar vasıtasıyla oluşturulan kişisel bilgi formu, literatürde bulunan teknoloji bağımlılığı ölçeği ve öğrencilerin akademik not ortalamaları kullanılmıştır.

Teknoloji Bağımlılığı Ölçeği

Teknoloji bağımlılığı ölçeği, bireylerin bağımlılık seviyelerini belirlemek amacıyla Young'ın (1996) internet bağımlılığı testinin bağımlılık kriterleri ve Griffiths'in (2005) yapmış olduğu çalışma esas alınarak, Aydın (2017) tarafından Türkçe'ye uyarlanmış ve geçerlilik ile güvenilirlik çalışmaları gerçekleştirilmiştir. Bu ölçek, dört alt boyuttan (sosyal ağ kullanımı, anlık mesajlaşma, çevrimiçi oyun oynama ve web siteleri kullanımı) oluşmakta olup, 5 dereceli likert tipi değerlendirmeye sahiptir. Ölçeğin alt boyutları için ulaşılabilecek en yüksek puan 30, en düşük puan ise 6'dır. Teknoloji bağımlılığı ölçeğinde tüm maddelerden alınabilecek toplam puan aralığı ise 24 ile 120 arasında değişmektedir; ölçek içerisinde ters puanlanan madde yer almamaktadır. Ölçeğin toplam puan ortalaması, bağımlılık düzeyini belirlemek üzere şu şekilde yorumlanmaktadır: 0-24 puan "bağımlı değil", 25-48 puan "düşük düzeyde bağımlı", 49-72 puan "orta düzeyde bağımlı", 73-96 puan "oldukça bağımlı" ve 97-120 puan ise "tam bağımlı" olarak değerlendirilmektedir. Ölçeğin alt boyutlarına ait Cronbach's alfa değerleri, ölçüm aracının iç tutarlılığını göstermekte olup; çevrimiçi oyun bağımlılığı için 0,90, sosyal ağ bağımlılığı için 0,77, web siteleri bağımlılığı için 0,86 ve anlık mesajlaşma bağımlılığı için 0,81 olarak belirlenmiştir.

Akademik Başarı

Akademik başarı, bireylerin tüm eğitim düzeylerinde elde ettikleri ve öğrencinin mevcut eğitim sürecinde aldığı derslerin belirlenen hedeflere ulaşp ulaşmadığını değerlendiren bir süreçtir. Bu değerlendirmenin temel unsuru, ölçme ve değerlendirme yoluyla elde edilen not ortalamalarıdır (Onuk, 2007). Bu çerçevede, spor bilimlerinde eğitim görmekte olan öğrencilerinin akademik başarı düzeylerini saptayabilmek amacıyla nicel bilgilere dayanan nesnel bir yöntem benimsenmiştir. Çalışmanın başlangıç aşamasında, öğrencilerin dörtlü not sistemi üzerinden hesaplanan genel akademik not ortalamaları dikkate alınmıştır.

Verilerin Toplanması

Çalışmada verilerin toplanması amacıyla internet üzerindeki çevrimiçi kaynaklardan Google Forms platformu üzerinden hazırlanmış ve uygulanmıştır. Katılımcılara ulaşmak için Spor Bilimleri Fakültesi öğrenci e-posta listeleri ile fakültenin resmi iletişim kanalları (örneğin, üniversite öğrenim yönetim sistemi ve sosyal medya grupları) aracılığıyla anket bağlantısı paylaşılmıştır. Ayrıca, katılımı teşvik etmek amacıyla fakülte öğretim üyeleriyle iş birliği yapılarak anket duyurusu derslerde ve ilgili öğrenci topluluklarında ilan edilmiştir. Bu yöntemlerle hedef kitleye etkin bir şekilde ulaşılmış ve yanıtlar toplanmıştır.

Verilerin Analizi

Betimsel istatistikler kapsamında yüzde, frekans, aritmetik ortalama, çarpıklık ve basıklık değerleri analiz edilmiştir. Verilerin normal dağılıp dağılmadığını belirlemek amacıyla çarpıklık ve basıklık değerleri incelenmiştir (Tablo 2). Uygulanan normallik testlerinde elde edilen bulgular sonucunda verilerin normal dağıldığı tespit edildiğinden, parametrik analiz teknikleri uygulanmıştır. Değişkenler arasındaki ilişkiyi belirlemek amacıyla pearson korelasyon analizi uygulanmıştır.

Tablo 2. Katılımcıların ölçek puanlarının çarpıklık-basıklık değerleri

	n	Çarpıklık	Basıklık	p
Teknoloji Bağımlılık Ölçeği	216	,296	-,187	,000
Sosyal ağ kullanma	216	-,341	-,996	,000
Anlık mesajlaşma	216	,882	,376	,000
Çevrim içi oyun oynama	216	-,292	-,238	,000
Web sitesi kullanma	216	,780	1,088	,000
Akademik Başarı	216	,010	-1,197	,000

Kolmogorov-Smirnov testi sonuçlarına göre, katılımcıların akademik başarı ve teknoloji bağımlılığı ölçeğindeki çarpıklık ve basıklık skorlarının ± 1 aralığında olduğu bulgulanmıştır. George ve Mallery (2016), normallik açısından çarpıklık ve basıklık değerlerinin -1 ile +1 aralığında bulunması gerektiğini önermiştir. Bu çerçevede, verilerin normal dağılım gösterdiği tespit edilmiştir ve parametrik istatistiksel analiz testleri uygulanmış olup veriler bilgisayar ortamında değerlendirilmiştir.

Araştırmanın Etiği

Bu çalışmanın protokolü, Süleyman Demirel Üniversitesi Sağlık Bilimleri Etik Kurulu'nun 15.11.2024 tarihli ve 9 sayılı kararıyla onaylanmıştır. Mevcut araştırma süresince “Yükseköğretim Kurumları Bilimsel Araştırma ve Yayın Etiği Yönergesi” çerçevesinde hareket edilmiştir.

Bulgular

Tablo 3. Akademik başarı ve teknoloji bağımlılık ölçeklerinden elde ettikleri puanların betimsel istatistikleri

	n	Min	Max	X±SS
Teknoloji Bağımlılık Ölçeği	216	32,0	78,00	49,069±9,251
Sosyal ağ kullanma	216	8,0	20,0	13,115±3,263
Anlık mesajlaşma	216	6,0	23,0	11,638±4,100
Çevrim içi oyun oynama	216	6,0	19,0	11,629±3,005
Web sitesi kullanma	216	6,0	22,0	12,685±2,508
Akademik Başarı	216	2,12	3,89	3,084±,432

Spor bilimleri öğrencilerinin teknoloji bağımlılık ölçeği toplam skorunun 49,069±9,251 olduğu görülmüştür. Teknoloji bağımlılık ölçeğine ait alt boyutlarında, sosyal ağ kullanma 13,115±3,263, anlık mesajlaşma 11,638±4,100, çevrim içi oyun oynama 11,629±3,005, web sitesi kullanma ise 12,685±2,508 olduğu tespit edilmiştir. Ayrıca spor bilimlerinde öğrenim gören öğrencilerin akademik genel not ortalamaları ise 3,084±,432 olduğu görülmektedir.

Tablo 4. Teknoloji bağımlılık ölçeği ile akademik başarı arasındaki ilişki

Akademik Başarı		
Teknoloji Bağımlılık Ölçeği	r	-,176
	p	,010**
	n	216
Sosyal ağ kullanma	r	,036
	p	,602
	n	216
Anlık mesajlaşma	r	-,138
	p	,043*
	n	216
Çevrim içi oyun oynama	r	-,329
	p	,000**
	n	216
Web sitesi kullanma	r	-,076
	p	,264
	n	216

*p<0.05

Spor bilimleri öğrencilerinin akademik başarı ile teknoloji bağımlılığı ($r=-,176$, $p=,010^{**}$) düzeyleri arasında negatif yönde düşük düzeyde ilişki bulgulanmıştır. Teknoloji bağımlılığı alt boyutları incelendiğinde ise; anlık mesajlaşma ile akademik başarı ($r=-,138$, $p=,043^{*}$) arasında negatif yönde düşük düzeyde, çevrim içi oyun oynama ile akademik başarı ($r=-,329$, $p=,000^{**}$) arasında negatif yönde yüksek düzeyde ilişkinin olduğu bulgulanmıştır.

Tartışma ve Sonuç, Öneriler

Gelişen ve ilerleyen teknoloji çağında akademik başarı elde etmenin kolay ya da zor olduğunu vurgulamanın mümkün olmadığı söylenebilir. Bu durumun hem bilgiye erişimin geçmişe nazaran kolay olmasından hem de arzu edilen başarıya ulaşmada etken olan teknoloji bağımlılığından kaynaklı olduğu düşünülmektedir. Bu bağlamda, teknolojik bağımlılık öğrencilerin akademik başarılarını ve sosyal gelişimlerini etkileyebilmektedir. Bu çalışmada, spor bilimleri öğrencilerinin teknoloji bağımlılığı ile akademik başarıları arasındaki ilişkinin incelenmesi amaçlanmıştır.

Çalışmada, spor bilimleri öğrencilerinin akademik başarı puanlarının orta düzeyin üzerinde olduğu görülmektedir. Alanyazında çeşitli katılımcı gruplarının akademik başarı düzeylerinin ortalama (Elkin, 2017; Süt ve ark., 2019), ortalamanın üstünde (Çimen ve Pepe, 2022; Saygılı ve ark., 2015) ve yüksek (Dalli, 2014; Mücevher ve ark., 2016; Antaramian, 2017) olduğu bulgularını sunan çalışmalara rastlanmıştır. Bu durum, spor bilimleri öğrencilerinin disiplinli yaşam tarzları, düzenli fiziksel aktivitenin bilişsel işlevler üzerindeki olumlu etkileri ve uygulamalı eğitimin motivasyonu artırıcı yapısıyla ilişkilendirilebilir. Ayrıca öğrencilerin teknoloji bağımlılığı ölçeği toplam skorunun orta düzeyin üzerinde olduğu ve ölçeğe ait alt boyutlardan elde ettikleri skorların orta düzeyde olduğu saptanmıştır. Alanyazında farklı öğrenci gruplarının teknoloji bağımlılığını orta düzeyde (Aydın, 2017; Çakır ve Oğuz, 2017; Emre ve ark., 2019; Arslan, 2020) olduğu bulgularını sunan çalışmalara rastlanmıştır. Sunulan bu çalışmada, spor bilimleri öğrencilerinin teknoloji bağımlılıklarının orta düzeyin üzerinde olmasının sebebinin, akademik ve sosyal amaçlarla dijital teknolojileri yoğun bir şekilde kullanmalarının yanı sıra, boş zamanlarını da teknolojiyle geçirmeleriyle ilişkili olabilir. Ayrıca, spor bilimleri öğrencilerinin antrenman takibi, performans analizi ve spor gündemini izleme gibi alanlarda da dijital teknolojilere sıkça başvurmaları, bağımlılık düzeylerinin artmasına katkı sağlayabilir.

Çalışmada spor bilimleri öğrencilerinin akademik başarıları düzeyleri ile teknoloji bağımlılığı düzeyleri arasında negatif yönde anlamlı bir ilişki olduğu tespit edilmiştir. Aynı zamanda teknoloji bağımlılığının alt boyutlarından anlık mesajlaşma ve çevrim içi oyun oynamanın akademik başarıyı olumsuz yönde etkilediği tespit edilmiştir. Bu bulgular, öğrencilerin akademik başarıları arttıkça teknoloji bağımlılığı düzeylerinin azaldığını göstermektedir. Literatürdeki benzer çalışmalar

incelendiğinde, bu sonucun Önal ve Filiz'in (2023) spor bilimleri fakültesinde öğrenim gören öğrencilerin teknoloji bağımlılığı, algılanan stres düzeyi ve akademik başarı arasındaki ilişkisini ele alan çalışmalarıyla paralel olduğu görülmektedir. Bülbül ve arkadaşlarının (2018) çalışmasında da bağımlılığın artmasıyla öğrencilerin ders çalışma için ayırdıkları zaman diliminin ve genel akademik not ortalamalarının düştüğü gösterilmiştir. Benzer şekilde, Mythily ve arkadaşları (2008) yüksek akademik başarıya sahip öğrencilerin internet bağımlılığı düzeylerinin, düşük başarıya sahip olanlara göre daha düşük olduğunu bulmuşlardır. Literatür incelendiğinde, lisans düzeyinde öğrenim görmekte olan çeşitli fakültelerdeki öğrencilerin akademik başarı ile teknoloji bağımlılığı arasında olumlu bir ilişki bulunduğunu ortaya koyan çalışmaları da içermektedir (Alyanak, 2016; Esen ve Siyez, 2011; Bülbül ve ark., 2018; Körpe ve Küçük, 2021). Ancak genel olarak, akademik başarı arttıkça teknoloji bağımlılığı düzeyinin düştüğü sonucuna ulaşılmıştır. Spor bilimleri öğrencilerinin, diğer bölümlerde öğrenim gören öğrencilere göre daha avantajlı olduğu söylenebilir. Bunun nedeni, sporun teknoloji ve internet bağımlılığıyla baş etmede önemli bir avantaj sağlamasıdır. Uygulamalı dersler, lisanslı sporcu olmanın getirdiği düzenli antrenmanlar ve müsabakalara katılım, gençleri birçok kötü alışkanlıktan uzak tutmaktadır (Pennington, 2017). Ayrıca, düzenli spor yapmanın birçok bağımlılıktan, özellikle teknoloji bağımlılıklarından korunmada etkili olduğunu gösteren çalışmalar mevcuttur (Park ve ark., 2016; Toto ve Strazzeri, 2019). Teknoloji, günümüzde yaşamın merkezinde yer almakta ve hayatımızı büyük ölçüde kolaylaştırmaktadır. Bu nedenle, çağımızı "teknoloji çağı" olarak tanımlayabiliriz. Gençlerimizin teknolojiyi etkin bir şekilde kullanmayı öğrenmeleri önemlidir; ancak bu kullanımın kontrollü olması ve bağımlılığa yol açmaması gerekmektedir. Üniversite öğrencilerinin, mesleki ve akademik bağlamda teknolojiyi etkili ve doğru bir şekilde kullanarak bireysel gelişimlerini desteklemeleri önem arz etmektedir. Küresel ölçekteki yenilikleri ve gelişmeleri yakından takip eden ve bu kazanımları mesleki uygulamalarına entegre eden genç bireyler, ülkenin kalkınma sürecine anlamlı katkılar sağlayacaktır.

Bu çalışmanın amacı, spor bilimleri öğrencilerinin akademik başarıları ile teknoloji bağımlılığı düzeyleri arasındaki ilişkiyi inceleyerek bu bağımlılığın akademik başarıya olan etkisini ortaya koymaktır. Çalışmanın sonuçları, teknoloji bağımlılığının arttıkça akademik başarının düştüğünü göstermektedir. Bu bağlamda, akademik başarıyı artırmak ve teknoloji bağımlılığını azaltmak amacıyla üniversite öğrencilerine yönelik seminerler ve farkındalık çalışmaları düzenlenebilir. Üniversiteler veya fakülteler bünyesinde bağımlılıkla mücadele programları oluşturulabilir ve teknoloji bağımlılığına yönelik seçmeli dersler eklenebilir. Ayrıca, tüm medya araçlarında teknolojinin doğru kullanımı ve bağımlılıkla ilgili bilgilendirici projeler uygulanabilir. Teknoloji bağımlılığını azaltmak amacıyla çocuklar ve gençlerin hareketli yaşam tarzını benimsemeleri ve sportif etkinliklere yönlendirilmeleri de sağlanabilir. Aynı zamanda, Spor Bilimleri Fakülteleri

bünyesinde, teknoloji bağımlılığını azaltmak için öğrencilerin ekran sürelerini dengelemelerine yardımcı olacak zaman yönetimi atölyeleri ve seminerleri düzenlenmelidir. Teknoloji bağımlılığı ile mücadele ve teknoloji bağımlılığını azaltmak amacıyla spor faaliyetleri planlanmalı ve bireysel hedef programları oluşturarak öğrencilerin aktif katılımı sağlanmalıdır. Benzer şekilde öğrencileri teşvik etmek amacıyla fiziksel aktivite ile ilgili bir ödül sistemi içeren bir uygulama ile öğrencilerin haftalık egzersiz hedefleri ve elde edilen hedefleri tespit edilmeli ve bu bağlamda çeşitli akademik ve sosyal teşvikler sunulmalıdır.

Etik Kurul İzin Bilgileri

Etik değerlendirme kurulu: Süleyman Demirel Üniversitesi Sağlık Bilimleri Etik Kurulu

Etik değerlendirme belgesinin tarihi: 15.11.2024

Etik değerlendirme belgesinin sayı numarası: 9

Araştırmacıların Katkı Oranları Beyanı

Tüm yazarlar eşit oranda katkı sağlamıştır.

Çatışma Beyanı

Yazar/yazarların arasında bu çalışma ile ilgili herhangi bir çatışma ya da çıkar bulunmamaktadır.

KAYNAKÇA

- Akay, B., Ayhan, R., Orhan, R., & Öçalan, M. (2023). Üniversite öğrencilerinin serbest zaman yönetimi ile teknoloji bağımlılık düzeylerinin incelenmesi. *Uluslararası Kültürel ve Sosyal Araştırmalar Dergisi*, 9(1), 71-84. <https://doi.org/10.46442/intjcss.1168021>
- Alyanak, B. (2016). İnternet bağımlılığı. *Klinik Tıp Pediatri Dergisi*, 8(5), 20-24.
- Antaramian, S. (2017). The importance of very high life satisfaction for students' academic success. *Cogent Education*, 4(1), 1-10. <https://doi.org/10.1080/2331186X.2017.1307622>
- Apak, E., & Yaman, Ö. M. (2019). Üniversite öğrencilerinde nomofobi yaygınlığı ve nomofobi ile sosyal fobi arasındaki ilişki: Bingöl Üniversitesi örnekleme. *Addicta: The Turkish Journal on Addictions*, 6(3), 609-627. <https://doi.org/10.15805/addicta.2019.6.3.0078>
- Arısoy, Ö. (2009). İnternet bağımlılığı ve tedavisi. *Psikiyatride Güncel Yaklaşımlar*, 1(1), 55-67.
- Arslan, A. (2020). Üniversite öğrencilerinin dijital bağımlılık düzeylerinin çeşitli değişkenler açısından incelenmesi. *International e-Journal of Educational Studies (IEJES)*, 4(7), 27-41. <https://doi.org/10.31458/iejes.600483>
- Aşık, N. A. (2018). Aidiyet duygusu ve nomofobi ilişkisi: Turizm öğrencileri üzerinde bir araştırma. *Turar Turizm ve Araştırma Dergisi*, 7(2), 24-42.
- Aydın, F. (2017). *Teknoloji bağımlılığının sınıf ortamında yarattığı sorunlara ilişkin öğrenci görüşleri*. Yüksek Lisans Tezi, Ankara Üniversitesi, Eğitim Bilimleri Enstitüsü, Ankara.
- Batıgün, A. D., & Kılıç, N. (2011). İnternet bağımlılığı ile kişilik özellikleri, sosyal destek, psikolojik belirtiler ve bazı sosyo-demografik değişkenler arasındaki ilişkiler. *Türk Psikoloji Dergisi*, 26(67), 1-10.

- Bayıroğlu, G. B., Arısoy, A., & Pepe, O. (2024). Akademik Başarı ile Nomofobi Arasındaki İlişki: Spor Bilimleri Öğrencileri Üzerine Bir Çalışma. *Akdeniz Spor Bilimleri Dergisi*, 7(1), 89-99.
- Beard, K.W. (2015). Internet addiction: A review of current assessment techniques and potential assessment questions. *Cyberpsychology ve Behavior*, 8(1), 7-14
- Bülbül, H., Tunç, T., & Aydil, F. (2018). Üniversite öğrencilerinde oyun bağımlılığı: Kişisel özellikler ve başarı ile ilişkisi. *Ömer Halisdemir Üniversitesi İktisadi ve İdari Bilimler Fakültesi Dergisi*, 11(3), 97-111. <https://doi.org/10.25287/ohuiibf.423745>
- Cengizhan, C. (2013). Öğrencilerin bilgisayar ve internet kullanımında yeni bir boyut: "İnternet bağımlılığı". *Marmara Üniversitesi Atatürk Eğitim Fakültesi Eğitim Bilimleri Dergisi*, 22(22), 83-98.
- Çağın, M. (2021). *Spor bilimleri öğrencilerinde fiziksel aktivite düzeyi, uyku kalitesi ve teknoloji bağımlılığı arasındaki ilişkinin incelenmesi*. Yüksek lisans tezi. Sakarya Uygulamalı Bilimler Üniversitesi, Lisansüstü Eğitim Enstitüsü, Sakarya.
- Çakır, Ö., & Oğuz, E. (2017). Lise öğrencilerinin yalnızlık düzeyleri ile akıllı telefon bağımlılığı arasındaki ilişki. *Mersin Üniversitesi Eğitim Fakültesi Dergisi*, 13(1), 418-429. <https://doi.org/10.17860/mersinefd.290711>
- Çetin, T., & İmamoğlu, M. (2023). Spor bilimleri fakültesi öğrencilerinin iletişim beceri ve teknoloji kullanım alışkanlık düzeyleri. *Gümüşhane Üniversitesi Sağlık Bilimleri Dergisi*, 12(3), 1384-1395.
- Çimen, E., & Pepe, O. (2022). The relationship between academic achievement and pedagogical knowledge and skill: A research on prospective physical education teachers. *International Journal of Education Technology and Scientific Researches*, 7(18), 1018-1041. <https://doi.org/10.35826/ijetsar.493>.
- Çubuk, A. (2019). *Ortaokul öğrencilerinin internet bağımlılığı, fiziksel aktivite düzeyleri ve akademik başarı durumları arasındaki ilişkinin incelenmesi*. Yüksek lisans tezi. Marmara Üniversitesi, Eğitim Bilimleri Enstitüsü, İstanbul.
- Dalli, M. (2014). The university students' time management skills in terms of their academic life satisfaction and academic achievement levels. *Educational Research and Reviews*, 9(20), 1090-1096. <https://doi.org/10.5897/ERR2014.1885>
- Egger, O., & Rauterberg, M. (1996). Internet behaviour and addiction. Unpublished master's thesis, Work & Organisational Psychology Unit (IfAP), Swiss Federal Institute of Technology (ETH), Zurich.
- Ekşi, F. (2012). Narsistik kişilik özelliklerinin internet bağımlılığı ve siber zorbalığı yordama düzeyinin yol analizi ile incelenmesi. *Kuram ve Uygulamada Eğitim Bilimleri*, 12(3), 1683-1706.
- Ekşi, F., & Ümmet, D. (2016). Türkiye'deki genç yetişkinlerde internet bağımlılığı: Yalnızlık ve sanal ortam yalnızlık bağlamında bir inceleme. *Addicta: The Turkish Journal on Addictions*, 3(1), 29-53. <https://doi.org/10.15805/addicta.2016.3.0008>
- Elkin, N. (2017). Bir vakıf üniversitesinin sağlık bilimleri yüksekokulu öğrencilerinin genel yaşam doyumu düzeyleri ve ilişkili faktörler. *İstanbul Gelişim Üniversitesi Sağlık Bilimleri Dergisi*, (2), 123-141.
- Emre, O., Ulutaş, A., Nisan, F., Gorgen, A. N., & Cumurcu, H. B. (2019). Üniversite öğrencilerinde teknoloji ve internet bağımlılığı arasındaki ilişkinin incelenmesi. *Batman Üniversitesi Yaşam Bilimleri Dergisi*, 9(2), 167-182.
- Erdem, H., Kalkın, G., Türen, U., & Deniz, M. (2016). Üniversite öğrencilerinde mobil telefon yoksunluğu korkusunun (nomofobi) akademik başarıya etkisi. *Süleyman Demirel Üniversitesi İktisadi ve İdari Bilimler Fakültesi Dergisi*, 21(3), 923-936.
- Esen, E., & Siyez, D. M. (2011). *Ergenlerde internet bağımlılığını yordayan psiko-sosyal değişkenlerin incelenmesi*. Yüksek lisans tezi. Dokuz Eylül Üniversitesi, Eğitim Bilimleri Enstitüsü, İzmir.
- George, D., & Mallery, P. (2016). *IBM SPSS Statistics 23 step by step: A simple guide and reference*. New York: Routledge.
- Griffiths, M. (2005). A components model of addiction within a biopsychosocial framework. *Journal of Substance Use*, 10(4), 191-197. <https://doi.org/10.1080/14659890500114359>.

- Griffiths, M. D. (1995). Teknolojik bağımlılıklar. *Klinik Psikoloji Forumu*, 76, 14-19.
- Hoşgör, H. (2020). Üniversite öğrencilerinin nomofobi düzeyini etkileyen faktörler ve ders performansları üzerinde nomofobinin etkisi. *OPUS International Journal of Society Researches*, 15(25), 3167-3197. <https://doi.org/10.26466/opus.650312>
- Işık, U. (2007). *Medya bağımlılığı teorisi doğrultusunda internet kullanımının etkileri ve internet bağımlılığı*. Yüksek Lisans Tezi, Selçuk Üniversitesi Sosyal Bilimler Enstitüsü, Konya.
- Karasar, N. (2016). *Bilimsel araştırma yöntemi: Kavramlar, ilkeler, teknikler* (31. basım). Ankara: Nobel Akademi Yayıncılık.
- Koçyiğit, B., Üret, D. (2022). The Relationship Between Academic Achievement And Recreation Awareness Levels Of Sports Sciences Students: The Example Of The Mediterranean Region, *Synesis*, v. 14, n. 2, p. 162-173.
- Körpe, G., & Küçük, L. (2021). Covid-19 döneminde hemşirelik öğrencilerinde teknoloji bağımlılığı. *İstanbul Gelişim Üniversitesi Sağlık Bilimleri Dergisi*, 15, 581-592. <https://doi.org/10.38079/igusabder.981591>
- Kutluay, E., & Karaca, F. (2025). A model proposal explaining the influence of smartphone addiction related factors on high school students' academic success. *Education and Information Technologies*, 30(3), 4061-4098.
- Mücevher, M., Demirgil, Z., & Erdem, R. (2016, Mayıs). Sportif aktivitelerin akademik başarı üzerindeki etkisi: SDÜ İİBF öğrencileri üzerine bir araştırma. *V. Türkiye Lisansüstü Çalışmaları Kongresi*, Isparta, Türkiye.
- Mythily, S., Qiu, S., & Winslow, M. (2008). Prevalence and correlates of excessive internet use among youth in Singapore. *The Annals, Academy of Medicine*, 37(1), 9-14.
- Niemz, K., Griffiths, M., & Banyard, P. (2005). Prevalence of pathological internet use among university students and correlations with self-esteem, the General Health Questionnaire (GHQ), and disinhibition. *CyberPsychology & Behavior*, 8(6), 562-570. <https://doi.org/10.1089/cpb.2005.8.562>
- Odabaşoğlu, G., Öztürk, Ö., Eraslan, D., Genç, Y., Kalyoncu, Ö., & Ayhan, Ö. (2007). On olguluk bir seri ile internet bağımlılığı klinik görünümleri. *Bağımlılık Dergisi*, 8(1), 46-51.
- Onuk, Ö. (2007). *Müzik öğretmenliği lisans programı öğrencilerinin öğretmenliğe güdülenmeleri ile akademik başarıları arasındaki ilişki*. Doktora Tezi, Gazi Üniversitesi, Eğitim Bilimleri Enstitüsü, Ankara.
- Önal, A., & Filiz, B. (2023). Spor Bilimleri Fakültesi öğrencilerinin teknolojik bağımlılık ve algılanan stres düzeylerinin akademik başarılarına etkisi. *Spormetre Beden Eğitimi ve Spor Bilimleri Dergisi*, 21(1), 80-92. <https://doi.org/10.33689/spormetre.1170069>
- Özdemir, M., & Akar, F. (2011). Lise öğrencilerinin siber-zorbalığa ilişkin görüşlerinin bazı değişkenler bakımından incelenmesi. *Kuram ve Uygulamada Eğitim Yönetimi Dergisi*, 17(4), 605-626.
- Park, J., Park, M., Shin, J., Li, B., Rolfe, D., Yoo, J., & Dittmore, S. (2016). Effect of sports participation on internet addiction mediated by self-control: A case of Korean adolescents. *Kasetsart Journal of Social Sciences*, 37(3), 164-169. <https://doi.org/10.1016/j.kjss.2016.08.003>
- Pennington, C. G. (2017). Moral development and sportsmanship in physical education and sport. *JOPERD*, 88(9), 36-42. <https://doi.org/10.1080/07303084.2017.1367745>
- Satan, A. A. (2013). Ortaöğretim öğrencilerinde akran baskısının internet bağımlılığına olan etkisi. *International Journal of Social Science*, 6(8), 511-526. <http://dx.doi.org/10.9761/JASSS1608>
- Saygılı, G., Atay, E., Eraslan, M., & Hekim, M. (2015). Düzenli olarak spor yapan ve yapmayan öğrencilerin kişilik özellikleri ile akademik başarıları arasındaki ilişkinin incelenmesi. *Kastamonu Eğitim Dergisi*, 23(1), 161-170.
- Shek, D. T., Sun, R., Yu, L. (2013). Internet addiction. D. W. Pfaff içinde, *Neuroscience in the 21st Century* (s. 2775–2811). New York: Springer.

- Süt, H. K., Küçükaya, B., Cumur, E., & Özdemir, E. (2019). Hemşirelik öğrencilerinin sosyal ve entelektüel aktiviteleri ile akademik başarı durumları ve yaşam doyumları arasındaki ilişki. *Yükseköğretim ve Bilim Dergisi*, (2), 326-334. <https://doi.org/10.5961/jhes.2019.334>
- Şencan, H. (2005). *Sosyal ve davranışsal ölçümlerde güvenilirlik ve geçerlik*. Ankara: Seçkin Yayıncılık.
- Tekin, O. (2020). Lise öğrencilerinin internet bağımlılık seviyelerinin genel akademik başarıları ve devamsızlık durumları ile ilişkisi. *Türk Eğitim Bilimleri Dergisi*, 18(1), 36-56.
- Toto, G. A., & Strazzeri, İ. (2019). Ort and physical education as prevention against technological addictions. *Journal of Human Sport and Exercise*, 14(1), 140-146. <https://doi.org/10.14198/jhse.2019.141.11>
- Turanalp, M. F. (2016). İnternetin ergenlere olumsuz etkileri üzerine din eğitimi temelli bir yaklaşım. *Marife Dini Araştırmalar Dergisi*, (1), 111-132.
- Ulutaş, A., Coşanay, B., & Oğuz, E. M. R. E. (2019). Kız ergenlerde teknoloji bağımlılığı ve duygusal zekâ arasındaki ilişkinin incelenmesi. *International Journal of Social and Humanities Sciences Research (JSHSR)*, 6(47), 4335-4345.
- Yıldız, K., Kurnaz, D., & Kırık, A. M. (2020). Nomofobi, netlessfobi ve gelişmeleri kaçırma korkusu: Sporcu genç yetişkinler üzerine bir araştırma. *Manisa Celal Bayar Üniversitesi Sosyal Bilimler Dergisi*, 18(Özel Sayı), 321-338. <https://doi.org/10.18026/cbayarsos.669601>
- Young, K. S. (1996). Psychology of computer use: xl. addictive use of the internet: a case that breaks the stereotype. *Psychological Reports*, 79(3), 899-902. <https://doi.org/10.2466/pr0.1996.79.3.899>.
- Yükselgün, Y. (2008). *İlköğretim dördüncü ve beşinci sınıf öğrencilerinin internet kullanım durumlarına göre saldırganlık ve sosyal beceri düzeylerinin incelenmesi*. Yüksek Lisans Tezi, Eskişehir Osmangazi Üniversitesi, Eskişehir.