

**T.C.**  
**BURDUR VALİLİĞİ**  
**GÖLHİSAR KAYMAKAMLIĞI**  
**İlçe Milli Eğitim Müdürlüğü**  
**Gölkhisar Rehberlik ve Araştırma Merkezi**

**GÖLHİSAR REHBERLİK VE ARAŞTIRMA MERKEZİ SORUMLULUK ALANINDA BULUNAN  
5. VE 7. SINIF ÖĞRENCİLERİNİN DİJİTAL BAĞIMLILIK DÜZEYLERİNİN BAZI  
DEĞİŞKENLERE GÖRE İNCELENMESİ**

**HAZİRAN, 2024**

## ÖNSÖZ

Bu araştırma Gölhisar, Karamanlı, Çavdır, Tefenni, Altınyayla ilçelerinde eğitim öğretim gören öğrencilerin dijital bağımlılık düzeylerinin incelenmesi amacıyla Gölhisar Rehberlik ve Araştırma Merkezi Rehberlik ve Psikolojik Danışma Hizmetleri Bölümü tarafından yürütülmüştür. Bu araştırma ile öğrencilerin; sınıf düzeyi, cinsiyet, yaşadığı yer, anne-baba medeni durumu, ailenin gelir düzeyi ve anne-babanın eğitim durumu değişkenlerine göre dijital bağımlılık düzeylerinin incelenmesi amaçlanmaktadır.

Yapılan araştırma; sorumluluk bölgemiz olan Gölhisar, Karamanlı, Çavdır, Tefenni, Altınyayla ilçelerinde okullara duyurulması konusundaki bilgi akışının resmi yazılar sayesinde hızlı bir şekilde gerçekleştirilmesiyle idareci ve okul rehber öğretmenlerinin süreci dikkat ve özenle karşılayıp aynı özenle öğretmenlerin desteği ile öğrencilere duyurmaları sonucunda tamamlanmıştır. Araştırmanın yapılması için gereken resmi izin ve onayların alınmasını sağlayan Gölhisar İlçe Milli Eğitim Müdürü Sayın Bilal KAVÇAKAR' a, ölçek kullanım izni veren Dokuz Eylül Üniversitesi Rehberlik ve Psikolojik Danışmanlık Ana Bilim Dalı öğretim üyeleri Prof. Dr. Diğdem Müge Siyez ve Doç. Dr. Tuba Bağatarhan' a, araştırmamıza katılan ve ölçekleri özenle yanıtlayan değerli öğrencilerimize, araştırma sürecinin başından sonuna kadar planlanmasında, yürütülmesinde ve yazımında çalışan Gölhisar Rehberlik ve Araştırma Merkezi Müdür Yardımcısı İsmail ÖZER, Rehberlik ve Psikolojik Danışma Hizmetleri Bölüm Başkanı Mehmet ÇATILI, Psikolojik Danışmanlar; Havva TUNÇ ve Fazilet AYVAZOĞLU' na teşekkürler.

İbrahim TOP

Gölhisar Rehberlik ve Araştırma Merkezi

## İÇİNDEKİLER TABLOSU

ÖNSÖZ .....	2
İÇİNDEKİLER TABLOSU .....	3
KONUSU VE AMACI .....	4
GİRİŞ .....	4
YÖNTEM .....	5
1.Evren/Örneklem .....	5
Tablo 1. ....	6
2.Veri Toplama Araçları .....	7
3.Verilerin Toplanması ve Analizi .....	7
BULGULAR .....	7
Tablo 2. ....	7
Tablo 3. ....	8
Tablo 4. ....	8
Tablo 5. ....	8
Tablo 6. ....	9
Tablo 7. ....	9
Tablo 8. ....	9
Tablo 9. ....	10
Tablo 10. ....	10
TARTIŞMA .....	10
SONUÇ VE ÖNERİLER .....	12
KAYNAKÇA .....	14

## KONUSU VE AMACI

Göhlhisar Rehberlik ve Araştırma Merkezi psikolojik danışma ve rehberlik hizmetleri bölümü 2023-2024 eğitim öğretim yılındaki araştırma çalışmasını sorumluluk bölgesinde yer ortaokul öğrencilerinin 5. ve 7. Sınıf düzeyinde öğrenim gören öğrencilerden rastgele okul seçimi yapılarak ölçek formunda belirtilen sınıf düzeyi, cinsiyet, yaşadığı yer, anne-baba medeni durumu, ailenin gelir düzeyi ve anne-babanın eğitim düzeyine göre dijital bağımlılık durumlarının incelenmesi amacıyla araştırma yapılacaktır.

Dijital bağımlılık teknolojinin ilerlemesi ile içinden çıkılmaz bir duruma evrilmektedir. Yaşamın teknoloji ile entegre olması her dijital teknoloji ile etkileşimin bağımlılık düzeyinde olup olmadığı ikilemini ortaya çıkarmaktadır. Bu nedenlerle çocukların yukarıda belirtilen değişkenlere göre dijital bağımlılık düzeylerinin ne durumda olduğunun cevabı bulunabilecek ve bu değişkenlere göre çıkarımlar yapılabilecek psikolojik danışma ve rehberlik faaliyetleri düzenlenebilecektir.

## GİRİŞ

Bağımlılık kavramı, genel olarak fiziksel bir maddeye ilişkin olarak bireylerin duyduğu aşırı isteği, vazgeçememe durumunu ifade etmektedir (Holden, 2001). Ögel (2001) bağımlılığı; bireyin kullandığı alışkanlık yaratan bir maddeyi, istemesine karşın kendi iradesiyle bırakamaması, giderek kullandığı maddenin miktarını artırması, maddeye ulaşamadığında yoksunluk belirtileri göstermesi, zararını görmesine karşın kullanması, bağımlı olduğu maddeye ulaşmak için zamanının çoğunu harcaması şeklinde tanımlamaktadır.

Young (1996), bağımlılığı; bireyin belirli bir aktivite ya da madde kullanması sonucunda psikolojik, fiziksel, sosyal, zihinsel ve ekonomik durumu üzerindeki yıkıcı etkilerinin farkında olmasına karşın vazgeçememesi, alışkanlığın yarattığı dürtü; Campbell (2003), alışkanlık yaratan bir maddenin sürekli kullanımı sonucunda kişilikte ve davranışlarda sağlıklı kişilerde gözlemlenmeyen olumsuz davranışların ortaya çıkması, bilişsel algılamının zarar görmesi, iradenin engellenmesi şeklinde belirtileri görülen hastalık; Şenkoyuncu (2009), bireyin bağımlı olduğu nesneden ayrı kalamaması fiziksel ve duygusal anlamda şiddetli ihtiyaç hissetmesi, ulaşamadığı durumlarda farklı yoksunluk davranışlarında bulunması, ulaşamadığında arama davranışları ve saldırganlık eğilimleri göstermesi şeklinde tanımlamaktadır.

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).

Çocukların dijital bağımlı bireyler haline gelmesinde çevresel etmenlerin rolü oldukça büyüktür. Metropollerde ve yaşam alanlarında betonlaşmanın artması nedeniyle park ve oyun alanları daralmış ve çocuklar evlere kapanmıştır. Eve kapanmanın etkisiyle çocukların fiziksel hareket alanları kısıtlanmış ve sosyallikten de uzaklaşmaya başlamışlardır. Dolayısıyla çocuklar bireyselleşmeye başlamış ve yalnızlıklarını dijital oyunlar, akıllı cihazlar, tablet, bilgisayar ve televizyon gibi aletlerle gidermeye başlamışlardır. Hatta son zamanlarda yetişkin birer birey gibi sosyal medya kullanımları da artmıştır (Mustafaoğlu, Zirek, Yasacı ve Razak Özdiñler, 2018). Maalesef bu olumsuz durum dijital bağımlılıkların artmasına ve dijital hastalıkların oluşmasına neden olmuştur.

Çocuklarda dijital bağımlılığın oluşmasına etki eden bir diğer çevresel neden, yaşanan pandemi sürecidir. Covid-19 salgınıyla birlikte yüz yüze eğitime ara verilmesi, kısıtlama ve izolasyonların yaşanması ile evlere kapanılması, çocukların dijital ekranlar karşısında geçirdikleri süreyi daha da artırmıştır. Bu dönemde dijital araçlara daha fazla maruz kalan çocuklarda davranış bozuklukları ile fiziksel ve bilişsel sıkıntılar baş göstermeye başlamıştır. Dikkat eksikliği, hiperaktiflik, saldırgan davranışlar, uyku bozukluğu ve obezite gibi rahatsızlıklar oluşmaya başlamıştır. Özellikle evlerde hareketsiz kalma süresinin artması, fiziksel rahatsızlıkları da beraberinde getirmiştir. Teknolojik araçların ve akıllı cihazların kullanımının yaygınlaşmasıyla, çocuklar üzerindeki olumsuz etkilerin etkisini artırdığı görülmektedir. Bu etkinin sonucunda, teknolojik aletlere ve akıllı cihazlara karşı bağımlılıklar oluşmaya başlamış ve çocuklarda istenmeyen davranışsal bozukluklar da görülmeye başlamıştır.

İnternet bağımlılığı ilk defa DSM IV'te madde bağımlılık kriterleri düzenlenerek İnternet Bağımlılığı Bozukluğu olarak tanımlanmıştır. Bu bağımlılık türü üzerine ilk geniş çaplı çalışma 1996 yılında internet dürtü kontrol bozukluğu alt başlığı ile ele alınmıştır (Young, 1996). İnternet oyun oynama bağımlılığı ise ilk defa 2013'te DSM V'e dahil edilmiştir. İnternet oyun bağımlılığı, çevirim içi oyun bağımlılığı ve dijital oyun bağımlılığı gibi farklı çalışmalarda farklı başlıklarla ele alınan bu bozukluğun el kitabına eklenmesi için APA klinik tanıyı destekleyen ve ruhsal bir sorun olduğunu tanımlayan daha çok araştırmaların yapılmasını da önermiştir (APA, 2013).

Çocuklar dijital oyunları, rahatlatıcı ve zevkli zaman geçiren bir araç olarak görmektedir (İnal ve Çağıltay, 2005). Zaman içerisinde insanı rahatlattığı düşünülen bu oyunlara karşı aşırı istek durumlarının oluşması ve sürekli dijital araçlarla vakit geçirme isteği dijital bağımlılık kavramının ortaya çıkmasına neden olmuştur (Çakır, 2013; Irmak ve Erdoğan, 2016). Günümüzde sosyal ve ekonomik olanakların iyileşmesine rağmen çocukların gösterdikleri tatminsiz davranışlar ve mutsuzluk belirtilerinin nedeni olarak dijital bağımlılık gösterilmektedir (Twenge ve Campbell, 2015).

Bu doğrultuda yapılan araştırmada ortaokul öğrencilerinin dijital bağımlılık düzeylerinin cinsiyet, sınıf düzeyi, ekonomik durum, yaşadığı yer, anne eğitim durumu, baba eğitim durumu ve anne babanın medeni durumu değişkenlerine göre anlamlı farklılık gösterip göstermediği incelenecektir.

## YÖNTEM

Araştırmanın bu bölümünde araştırmanın modeli, evren/örneklem, kullanılan veri toplama araçları, verilerin toplanması ve analizine ilişkin bilgiler bulunmaktadır.

### 1.Evren/Örneklem

Araştırmanın örneklem grubunu 2023-2024 eğitim-öğretim yılında öğrenim gören Gölhisar, Karamanlı, Çavdır, Tefenni, Altınyayla ilçelerinde farklı öğretim bölgelerinde bulunan 247 kız, 229 erkek olmak üzere toplamda 476 öğrenci oluşturmaktadır. Tablo 1'de örnekleme ilişkin betimsel istatistikler sunulmaktadır.

**Tablo 1.***Örnekleme İlişkin Betimsel İstatistikler*

<b>Değişkenler</b>		<b>(N)</b>	<b>(<math>\bar{x}</math>)</b>
Cinsiyet	Kız	247	50.56
	Erkek	229	54.35
Sınıf	5. Sınıf	229	49.62
	7. Sınıf	258	54.79
Ekonomik Durum	0-35.000	191	52.29
	35.000-70.000	200	52.50
	70.000 ve üzeri	74	52.81
Anne Eğitim Durumu	İlkokul	87	51.28
	Ortaokul	144	52.78
	Lise	171	52.82
	Üniversite	82	51.65
Baba Eğitim Durumu	İlkokul	85	52.40
	Ortaokul	131	51.27
	Lise	163	51.73
	Üniversite	103	54.36
Anne Baba Medeni Durum	Birlikte	428	51.87
	Ayrı	42	53.90
İlçeler	Göhlisar	166	52.25
	Altınyayla	67	52.51
	Tefenni	81	53.43
	Karamanlı	74	54.68
	Çavdır	99	49.84
Yaşadığı Yer	Köy/Belde	158	51.21
	İlçe Merkezi	326	52.65

Tablo 1’deki bulgular incelendiğinde araştırmaya dâhil edilen öğrencilerin yaklaşık yarısının kız öğrencilerden yarısının ise erkek öğrencilerden oluştuğu; öğrencilerin öğrenim gördükleri sınıflara göre 5.sınıfta 229 ve 7.sınıfta sınıfta 258 öğrencinin öğrenim gördüğü; ekonomik durum değişkenine göre 0-35.000 Türk lirası geliri olanların 191, 35.000-70.000 arası olanların 200, 70.000 ve üzeri Türk lirası geliri olanların ise 74 olduğu; anne eğitim durumuna göre 87 öğrencinin annesinin ilkokul, 144’ünün ortaokul, 171’inin lise ve 82’sinin üniversite mezunu olduğu; baba eğitim durumuna göre 85 öğrencinin babasının ilkokul, 131’inin ortaokul, 163’ünün lise ve 103’ünün üniversite mezunu olduğu görülmektedir.

Yine Tablo 1’deki bulgular incelendiğinde araştırmaya dâhil edilen öğrencilerin 428’inin anne babası birlikte yaşarken 42’sinin anne ve babası ayrı yaşamaktadır. Öğrencilerin 166’sı Göhlisar ilçesinde,67’si Altınyayla ilçesinde,81’i Tefenni ilçesinde,74’ü Karamanlı ilçesinde ve 99’u Çavdır ilçesinde, 158’i köy veya beldede,326’sı ilçe merkezinde yaşamaktadır.

## 2. Veri Toplama Araçları

Araştırmaya ilişkin verilerin toplanması amacıyla, ortaokul düzeyindeki öğrenciler için kullanılması uygun olan Bağatarhan (2023) ve Siyez (2023) tarafından geliştirilen “Çocuklar için Dijital Bağımlılık Ölçeği” kullanılmıştır. Ölçek “Kişiler Arası İlişkiler” (13 madde; M4,M6,M9,M10,M13,M14,M16,M17,M18,M20,M22,M23,M25), “İçe Dönük Faktörler” (12 madde; M1,M2,M3,M5,M7,M8,M11,M12,M15,M19,M21,M24) olmak üzere iki alt faktörden ve toplamda 25 maddeden oluşmaktadır. Ölçek beşli likert tipinde hazırlanmış olup “Asla=1”, “Nadiren=2”, “Bazen=3”, “Çoğunlukla=4” ve “Her zaman=5” şeklinde derecelendirilmiştir. Ölçekten alınabilecek en yüksek puan 125 en düşük puan ise 25’tir. Öğrencilerin aldıkları puanlar yükseldikçe dijital bağımlılık düzeylerinin de yükseldiği düştükçe azaldığı söylenebilir.

## 3. Verilerin Toplanması ve Analizi

Araştırmanın verileri, 2023-2024 eğitim-öğretim yılında Gölhisar, Karamanlı, Çavdır, Tefenni, Altınyayla ilçelerinde bulunan sekiz ortaokul kurumunda öğrenim görmekte olan 580 öğrenciye ölçeğin uygulanmasıyla elde edilmiştir. Ölçeklerin uygulanması için gerekli izinler alınmış ve katılımcıların gönüllüğü esasına riayet edilmiştir. Ölçekler, toplamda 580 öğrenciye uygulanması amaçlanmış ancak 487 ölçek değerlendirmeye alınmıştır. Verilerin analizi için Microsoft Office Excel programı kullanılmıştır. Madde toplam puan ortalamaları, madde puan ortalamaları, standart sapma, yüzdelik dilim vb. analizler yapılarak değişkenler içi ve değişkenler arası karşılaştırmalar yapılmıştır.

## BULGULAR

Araştırmanın bu bölümünde; ortaokul öğrencilerinin dijital bağımlılık düzeylerinin ölçeğin faktörleri ve toplam puandaki ortalamalarının sınıf düzeyi, ilçeler, cinsiyet, yaşadığı yer, medeni durumu, gelir düzeyi, anne ve baba eğitim durumu değişkenlerine göre farklılık gösterip göstermediğine yönelik olarak yapılan analizler sonucunda elde edilen bulgular sunulmaktadır. Öğrencilerin ölçekten aldıkları puan ortalamaları ve standart sapma puanlarına ilişkin elde edilen veriler tablolar halinde sunulmuştur.

Araştırmaya katılan öğrencilerin sınıf düzeyi değişkenine göre dijital bağımlılık düzeylerinin incelendiği veri sonuçları Tablo 2’de verilmiştir.

**Tablo 2.**

*Ortaokul Öğrencilerinin Sınıf Düzeyi Değişkenine Göre Dijital Bağımlılık Düzeyleri*

Değişkenler		(N)	%	( $\bar{x}$ )	M( $\bar{x}$ )
Sınıf Düzeyi	5. Sınıf	229	47	49,62	1,98
	7. Sınıf	258	53	54,79	2,19

Tablo 2 incelendiğinde ortaokul 5. ve 7. sınıf öğrencilerinin madde toplam puan ortalamaları ( $\bar{x}$ ) karşılaştırıldığında anlamlı bir farklılığın olduğu görülmektedir. Madde puan ortalamaları M( $\bar{x}$ ) karşılaştırıldığında ise 7. Sınıf düzeyinde daha yüksek ortalamaya sahip olduğu görülmektedir. Bu durum yaş düzeyinin arttıkça dijital bağımlılık düzeyinin de arttığı anlamına gelmektedir.

Araştırmanın yapıldığı ilçelere göre dijital bağımlılık düzeylerinin incelendiği veri sonuçları Tablo 3’ te verilmiştir.

**Tablo 3.**

*Ortaokul Öğrencilerinin İlçe Değişkenine Göre Dijital Bağımlılık Düzeyleri*

Değişkenler	(N)	%	( $\bar{x}$ )	M( $\bar{x}$ )	
İlçeler	Göhlisar	166	34	52,25	2,09
	Altınyayla	67	14	52,51	2,10
	Çavdır	99	20	49,84	1,99
	Tefenni	81	17	53,43	2,14
	Karamanlı	74	15	54,68	2,19

Tablo 3 incelendiğinde araştırmaya katılan öğrencilerin madde toplam puan ortalamaları ( $\bar{x}$ ) karşılaştırıldığında en az ortalamaya sahip ilçenin Çavdır, en yüksek ortalamaya sahip ilçenin Karamanlı olduğu görülmektedir. Madde puan ortalamaları M( $\bar{x}$ ) karşılaştırıldığında en düşük puan ortalaması Çavdır ilçesi, en yüksek puan ortalaması Karamanlı ilçesine aittir.

Öğrencilerin cinsiyet değişkenine göre dijital bağımlılık düzeylerinin incelendiği veriler Tablo 4’ te sunulmuştur.

**Tablo 4.**

*Ortaokul Öğrencilerinin Cinsiyet Değişkenine Göre Dijital Bağımlılık Düzeyleri*

Değişkenler	(N)	%	( $\bar{x}$ )	M( $\bar{x}$ )	
Cinsiyet	Kız	247	51	50,56	2,02
	Erkek	229	47	54,35	2,17

Tablo 4 incelendiğinde cinsiyet değişkenine göre kız öğrencilerin dijital bağımlılık düzeyi puanlarının daha az olduğu görülmektedir. Madde toplam puan ortalamalarına göre kız öğrenciler ile erkek öğrenciler arasında anlamlı bir fark olduğu anlaşılmaktadır.

Araştırmada öğrencilerin yaşadığı yer değişkenine göre dijital bağımlılık düzeylerinin incelendiği veriler Tablo 5’ te sunulmuştur.

**Tablo 5.**

*Ortaokul Öğrencilerinin Yaşadığı Yer Değişkenine Göre Dijital Bağımlılık Düzeyleri*

Değişkenler	(N)	%	( $\bar{x}$ )	M( $\bar{x}$ )	
Yaşadığı Yer	Köy/Belde	158	32	51,21	2,05
	İlçe	326	67	52,65	2,11

Tablo 5 incelendiğinde araştırmaya katılan öğrencilerin %32’ si Köy/Belde’ de yaşadığını; %67’ si de İlçe’ de yaşadığını belirtmiştir. Öğrencilerin yaşadığı yere göre dijital bağımlılık düzeyi puanlarında anlamlı bir farklılığın olmadığı görülmektedir.



Araştırmaya katılan öğrencilerin ailelerinin medeni durumuna göre dijital bağımlılık düzeylerinin incelendiği veriler Tablo 6’ da sunulmuştur.

**Tablo 6.**

*Ortaokul Öğrencilerinin Medeni Durum Değişkenine Göre Dijital Bağımlılık Düzeyleri*

Değişkenler		(N)	%	( $\bar{x}$ )	M( $\bar{x}$ )
Aile Medeni Durumu	Birlikte	428	88	51,87	2,07
	Ayrı	42	9	53,90	2,16

Tablo 6 incelendiğinde araştırmaya katılan öğrencilerin %88’ i anne babasının birlikte olduğunu belirtmiş; %9’ u ise anne babasının ayrı olduğunu belirtmiştir. Medeni durum değişkenine göre dijital bağımlılık düzeyi madde toplam puan ve madde puan ortalamalarında anlamlı bir farklılığın olmadığı görülmektedir.

Araştırmaya katılan öğrencilerinin ailelerinin gelir düzeyi değişkenine göre dijital bağımlılık düzeylerinin incelendiği veriler Tablo 7’ de sunulmuştur.

**Tablo 7.**

*Ortaokul Öğrencilerinin Gelir Düzeyi Değişkenine Göre Dijital Bağımlılık Düzeyleri*

Değişkenler		(N)	%	( $\bar{x}$ )	M( $\bar{x}$ )
Gelir Düzeyi	0-35000	191	39	52,29	2,09
	35000-70000	200	41	52,50	2,10
	70000 ve Üzeri	74	15	52,81	2,11

Tablo 7 incelendiğinde araştırmaya katılan öğrencilerin %39’ u 0-35000 TL aylık gelir, %41’ i 35000-70000 TL aylık gelir ve %15’ lik kısmı da 70000 ve üzeri aylık gelir belirtmiştir. Gelir düzeyi değişkenine göre dijital bağımlılık düzeyi madde toplam puan ve madde puan ortalamalarında anlamlı bir farklılığın olmadığı görülmektedir.

Araştırmaya katılan öğrencilerin anne ve baba eğitim durumu değişkenine göre dijital bağımlılık düzeylerinin incelendiği veriler Tablo 8 ve Tablo 9’ da sunulmuştur.

**Tablo 8.**

*Ortaokul Öğrencilerinin Anne Eğitim Durumu Değişkenine Göre Dijital Bağımlılık Düzeyleri*

Değişkenler		(N)	%	( $\bar{x}$ )	M( $\bar{x}$ )
Anne Eğitim Durumu	İlkokul	87	18	51,28	2,05
	Ortaokul	144	30	52,78	2,11
	Lise	171	35	52,82	2,11
	Üniversite	82	17	51,65	2,07

**Tablo 9.**

*Ortaokul Öğrencilerinin Baba Eğitim Durumu Değişkenine Göre Dijital Bağımlılık Düzeyleri*

Değişkenler	(N)	%	( $\bar{x}$ )	M( $\bar{x}$ )	
Baba Eğitim Durumu	İlkokul	85	17	52,40	2,10
	Ortaokul	131	27	51,27	2,05
	Lise	163	33	51,73	2,07
	Üniversite	103	21	54,36	2,17

Tablo 8 incelendiğinde araştırmaya katılan öğrenciler anne eğitim durumunu %18' i İlkokul, %30' u Ortaokul, %35' i Lise ve %17' si Üniversite olarak belirtmiştir. Tablo 9 incelendiğinde araştırmaya katılan öğrenciler baba eğitim durumunu %17' si İlkokul, %27' si Ortaokul, %33' ü Lise ve %21' i Üniversite olarak belirtmiştir. Anne eğitim durumu değişkenine göre madde toplam puan ve madde puan ortalamalarında anlamlı bir farklılığın olmadığı görülmektedir. Baba eğitim durumu değişkenine göre madde toplam puan ve madde puan ortalamalarında anlamlı fark vardır. Üniversite mezunu babası olanların puanlarının daha yüksek olduğu görülmektedir.

Araştırmanın madde puan ortalamaları analizine göre ortalamaları en yüksek 5 madde Tablo 9' da sunulmuştur.

**Tablo 10.**

*Araştırmada Kullanılan Ölçeğin Madde Puan Ortalamalarında İlk 5 Madde*

No	Madde	M( $\bar{x}$ )
M1	Okulda olmadığım zamanlarda vaktimin çoğunu cihazımı kullanarak geçiririm.	3,00
M24	Kötü hissettiğimde cihazımı kullanmak beni daha iyi hissettirir.	2,90
M5	Cihazımı kullanmak sorunlarımı unutmama yardımcı olur.	2,74
M2	Cihazımı kullanırken daha fazla zaman harcama ihtiyacı hissediyorum.	2,55
M11	Cihazım yanımda olmadığı zamanlarda cihazımla neler yapacağımı düşünürüm (video oyunları, sosyal medya, mesajlaşma, vb.)	2,47

Tablo 10 incelendiğinde araştırmaya katılan öğrencilerin madde puan ortalamasına göre ortalaması en yüksek madde M1 olmuştur. İkinci sırada M24, üçüncü sırada M5, dördüncü sırada M2 ve beşinci sırada M11 yer almıştır.

## TARTIŞMA

Araştırmanın temel amacı sınıf düzeyi, ilçeler, cinsiyet, yaşadığı yer, medeni durumu, gelir düzeyi, anne ve baba eğitim durumu gibi faktörlerin ortaokul kademesinde bulunan bir öğrencinin dijital bağımlılık düzeyini ne kadar etkilediğini incelemektir. Gölhisar Rehberlik ve Araştırma Merkezi sorumluluk alanında yapılan araştırmada bölgemizde öğrenimine devam eden öğrencilerle ilgili dijital bağımlılık düzeyleri hakkında bazı tespitlerde ve yordamalarda bulunulmuştur.

Araştırmaya katılan öğrencilerin sınıf düzeyi değişkenine göre elde edilen veriler incelendiğinde 5. Sınıf öğrencilerine göre 7. Sınıf öğrencilerinin dijital bağımlılık düzeyinin daha fazla olduğu görülmektedir. Gelişimsel açıdan düşünüldüğünde öğrencilerin yaş seviyelerindeki artış, ergenlik döneminin etkilerinin görülmeye başlanması ve sosyallığın artışı ile beraber öğrencilerin dijital ortamdaki yaşantılarının artması günümüz şartlarında kaçınılmazdır. Bu durum da araştırmanın sonuçlarına yansımaktadır. Satan (2013) yaptığı çalışmada ortaöğretimde okuyan öğrencilerde akran

baskısının internet bağımlılığına etkisini araştırmıştır. 105 lise 11. ve 12. sınıf öğrencisinin katıldığı çalışmada akran baskısı puanının internet bağımlılığı puanlarını pozitif yönde orta düzeyde anlamlı yordadığı ve internet bağımlılığın puanlarının %33'ünün akran baskısı ile açıklandığı saptanmıştır.

Cinsiyet değişkenine göre elde edilen veriler incelendiğinde erkek öğrencilerin kız öğrencilere göre dijital bağımlılık düzeyi puanlarının daha yüksek olduğu görülmektedir. Cinsiyete bağlı bu farkın ortaya çıkmasında araştırmanın yapıldığı bölgelerdeki toplum yapısında erkek öğrencilerin dijital cihazlara daha erken yaşta ve daha kolay ulaştığı yordandadır. Ailelerin sosyo-kültürel ve ekonomik nedenlere bağlı olarak erkek çocuklarına dijital cihazlar konusunda daha toleranslı olduğu düşünülmektedir. Bu ve bunun gibi durumlar kız öğrencilerle erkek öğrenciler arasındaki farkın oluşmasına etki etmiştir. Türkiye İstatistik Kurumu (TÜİK) araştırmasında çocukların %36,0'ı dijital oyun oynarken bu oran 6-10 yaş grubundaki çocuklarda %32,7, 11-15 yaş grubundaki çocuklarda ise %39,4 oldu. Dijital oyun oynama oranı cinsiyete ve yaş grubuna göre incelendiğinde; 6-15 yaş grubundaki erkek çocukların dijital oyun oynama oranı %46,1 iken kız çocuklarının dijital oyun oynama oranı %25,4 oldu. Bu oran, 6-10 yaş erkek çocuklarda %38,7, kız çocuklarda %26,4, 11-15 yaş erkek çocuklarda %53,7, kız çocuklarda %24,4 oldu (TÜİK,2021).

Araştırmanın yapıldığı ilçelere göre elde edilen veriler incelendiğinde Çavdır ilçesinin puanları diğer ilçelere göre daha düşük çıkmıştır. Çavdır ilçesinin toplum yapısı göz önünde bulundurulduğunda ekonomik açıdan çiftçilik ve hayvancılık mesleğinin ön plana çıktığı bilinmektedir. Ailenin geliri hemen hemen bütün aile fertlerinin katıldığı işlerle sağlanmaktadır. Bu nedenle çocukların ailenin işlerine katkısının daha erken yaşlarda olması, yapılan işlerin günün büyük kısmında devam etmesi gibi durumlar çocukların dijital cihazlara erişimini kısıtlamaktadır. Öte yandan aile içi sosyalliğin beraber geçirilen süreye de bağlı olarak daha fazla olması bu ilçemizdeki dijital bağımlılık puanlarının daha düşük çıkmasında yordayıcıdır.

Araştırmaya katılan öğrencilerin yaşadığı yer değişkenine göre elde edilen veriler incelendiğinde öğrencinin köy/beldede yaşaması ve ilçe merkezinde yaşaması arasında anlamlı düzeyde bir fark olmadığı sonucuna varılmıştır. Araştırmanın yapıldığı bölgenin gelişmişlik düzeyi, olanaklara erişebilirlik durumu gibi faktörler iyi durumda olmadığı için köy/beldede yaşayan öğrencilerle ilçe merkezinde yaşayan öğrenciler arasında fark oluşmasının önüne geçmiştir. Öğrencilerin yaşadığı yere göre dijital bağımlılık düzeylerinde bir fark oluşmaması bölgenin gelişmişlik durumu ile ilişkilendirilebilmektedir.

Medeni durum değişkenine göre elde edilen veriler incelendiğinde araştırmaya anne babasının birlikte olduğunu belirten öğrenci sayısı 428, ayrı olduğunu belirten öğrenci sayısı 42 kişidir. Belirlenen örneklem içerisinde katılan öğrencilerin %9' u ayrı olduğunu belirtmiş olup bu normal bir orandır. Ancak buna rağmen anne babasının ayrı olduğunu belirtenler, birlikte olduğunu belirtenlere göre daha yüksek puanlara sahiptirler. Sonuç olarak medeni durum değişkenine göre anlamlı bir fark oluşmamıştır. Araştırmaya anne babasının ayrı olduğunu belirten öğrenci sayısı daha fazla katılsaydı eğer anlamlı bir fark yaratacağı düşünülmektedir. Bu durum araştırmanın sınırlılığı olarak ifade edilebilir. Parçalanmış aile yapısına sahip öğrencilerin dijital bağımlılık puanlarının daha yüksek olması beklenmekte iken araştırma yapılan bölgemizde ve araştırma sonucunda bu varsayıma ulaşamamıştır.

Gelir düzeyi değişkenine göre elde edilen veriler incelendiğinde öğrencilerin dijital bağımlılık puanları arasında anlamlı bir farkın olmadığı görülmüştür. Öğrencilerin %39' u 0-35000 TL, %41' i 35000-70000 TL ve %15' i 70000 TL ve üzeri olarak aile gelir düzeyini belirtmiştir. Bölgenin sosyo-ekonomik yapısı düşünüldüğünde araştırmadan elde edilen veriler ile uyusmaktadır. Öte yandan öğrencilerin dijital bağımlılık düzeyi ile gelir düzeyleri arasında anlamlı bir fark olmaması ekonomik durumu ne olursa olsun dijital cihazlara ulaşımının daha kolay olduğu anlamına gelmektedir. Bu durum dijital dünyanın toplumun her kesimine ulaşması açısından olumlu; dijital dünyada insana zararı dokunacak her türlü uygulamaların yine toplumun her kesimine aynı hızda ulaşacak olması açısından da olumsuz anlamlar ortaya çıkarmaktadır.

Araştırmaya katılan öğrencilerin anne eğitim durumu değişkenine göre elde edilen veriler incelendiğinde dijital bağımlılık düzeyi puanlarında anlamlı bir fark olmadığı görülmektedir. Baba eğitim durumu değişkenine göre elde edilen veriler incelendiğinde üniversite mezunu lehine anlamlı bir fark vardır. Yapılan araştırmalar ve genel görüş ailenin eğitim düzeyi arttıkça dijital cihazlarla geçirilen sürenin daha kontrollü olduğu ve sınırların daha net, belirgin olması ile beraber dijital bağımlılık puanlarının daha düşük seviyelerde olacağı öngörülmektedir. Yiğit (2017) yaptığı çalışmada çocukların dijital oyun bağımlılığında aileleri bazı değişkenler açısından incelemiştir. Hem nitel hem de nicel yöntemlere başvuru bu çalışmada dijital oyun bağımlılığı puanı yüksek çıkan öğrencilerin ailelerinde; çocukların ailelerinden daha az ilgi gördükleri, teknolojinin olumlu olmayan taraflarına karşı kendilerini güçsüz algıladıkları ve çocuklarını teknolojiden yasaklarla tamamen mahrum bırakmayı tercih ettikleri saptanmıştır. Dijital oyun bağımlılığı ölçeğinde bağımlılık puanı düşük çıkan öğrencilerin aileleri ile yapılan yarı yapılandırılmış nitel çalışmada ise aile ortamında huzurlu bir ortamının olduğu, ailelerin nüfus olarak geniş olduğu, aile içinde katı yasaklamaların değil daha çok belirgin kuralların belirtildiği, çocukların her talep ettikleri teknolojik aletin ilk fırsatta alınmadığı ve çocukların oynadığı teknolojik oyunların sınırlandırıldığı saptanmıştır. Ancak araştırma sonucunda genel itibari ile anne baba eğitim düzeyinin bir etkisinin olmadığı; baba eğitim düzeyinin üniversite mezunu olmasının dijital bağımlılık puanlarını daha da arttırdığı görülmüştür. Yetişkinlerin akıllı telefon günlük kullanım sürelerindeki artış, çocukların bebeklikten itibaren akıllı telefon kullanımını sosyal öğrenme yoluyla vazgeçilemez bir ihtiyaç olarak görmesi de dijital bağımlılık düzeyini anne baba eğitim düzeyinden bağımsızlaştırmaktadır.

Araştırmaya katılan öğrencilerin verileri incelendiğinde madde puan analizi sonucuna göre en çok işaretlenen maddeler; M1, M24, M5, M2 ve M11 olmuştur. M1 ortalama puan düzeyinde olup diğer maddeler ortalama puanın altında kalmıştır. En çok işaretlenen maddeler ölçeğin alt boyutundan “İçer Dönük Faktörler” boyutundan çıkmıştır. Bu durum içsel faktörlerin dijital bağımlılıkta daha etkili olduğunu göstermektedir. İnternet ve oyun bağımlılığı üzerine yapılan betimsel çalışmaların dışında Koo ve Kwon (2014) tarafından meta-analiz çalışması yapılmıştır. Yapılan bu çalışmada internet ve oyun bağımlılığı üzerine yapılan 95 makale incelenmiş ve internet ve oyun bağımlılığını etkileyen risk ve koruyucu faktörler belirlenmiştir. Çalışmaya konu olan makalelerde 190 risk faktörü çalışılırken 255 de koruyucu faktör çalışılmıştır. Bu meta-analiz çalışmasının bir diğer kayda değer bulgusu, kişisel (içsel) değişkenler internet bağımlılığı ile orta-güçlü ortalama korelasyona sahipken, kişilerarası değişkenlerin internet bağımlılığı ile küçük-orta ortalama korelasyona sahip olduğu saptanmıştır. Ayrıca kişisel değişkenlerin internet bağımlılığı üzerinde kişiler arası değişkenlere göre daha etkili olduğu bulunmuştur. Dijital bağımlılık düzeyinin kontrol altına alınması ve belirli sınırlara dahil edilebilmesi için öğrencilerle yapılacak çalışmalarda içsel faktörlere yönelik bireysel çalışmaların daha etkili olacağı düşünülmektedir.

## SONUÇ VE ÖNERİLER

Dijital bağımlılık internet, oyun, telefon, ekran, sosyal medya ve çeşitli dijital medya araçlarına yönelik ileri düzeydeki isteği betimleyen bir kavramdır. Dijital bağımlılık teknolojik gelişmelerle beraber kapsamı ve sınırları her geçen gün genişleyen bir olgudur. İnsanın gelişim sürecinde önceden belirli dönemleri kapsayan ve yaşamına etkisi daha dar olan dijital dünya artık günümüzde her gelişim döneminde ele alınan ve ortaya çıkaracağı olası sorunlara karşı eylem planları mutlaka olması gereken bir alandır. Bundan dolayı dijital bağımlılığın bireyleri etki altına alma gücü yüksektir ve buna yönelik çözümlerin bulunması adına daha çok araştırmanın yapılması ve önleyici faaliyetlerin hayata geçirilmesi gerekmektedir.

Göhlhisar Rehberlik ve Araştırma Merkezi sorumluluk alanında bulunan ortaokul öğrencilerinin bazı değişkenlere göre dijital bağımlılık düzeylerinin incelenmesi konulu yapılan çalışmada öğrencilerin dijital bağımlılık düzeyi puanları ortalaması ölçek toplam puanı ortalamasının altında

çıkıştır. Bölgemizde öğrenimine devam eden öğrencilerin dijital bağımlılık düzeylerinin ortalama puanın altında kalması okullarda alınan tedbirlerin ve verilen eğitimlerin olumlu yansması olarak görülebilir. Öte yandan ailenin eğitim durumu, gelir düzeyi, medeni durumu, yaşadığı yer değişkenlerinin dijital bağımlılık düzeyine etki etmemesi öğrencilere verilen eğitimlerin farklı bir bakış açısıyla verilmesi gerektiğini ortaya koymuştur. Yapılan çalışma ve etkinliklerin yeniden yapılandırılmasına ve düzenlenmesine ihtiyaç duyulmaktadır.

Cinsiyet ve sınıf düzeyi değişkenlerine göre az da olsa anlamlı fark ortaya çıkmaktadır. Erkek öğrencilerinin dijital bağımlılık düzeyi puanlarının daha yüksek olması ailelerin erkek çocuğa gösterdiği sosyo-ekonomik ve kültürel sebeplerle açıklanabilir. Cinsiyet özelinde bir araştırmanın yapılması da hangi sebeplerden ötürü erkek çocukların kız çocuklarına göre dijital bağımlılık puanlarının yüksek çıktığını açıklayabilir. Bölgemizde ise bu durum aile tarafından koyulan sınırların kız çocuklarına göre erkek çocuklarında daha geniş olmasından kaynaklanabilir. Bölgenin aile ve toplum yapısı gereği erkelerin kadınlara göre iş hayatı ve sosyal hayatta daha ön planda olması erkek çocuklarının sınırlarının daha geniş olmasına etki etmektedir. Sosyo-kültürel ve ekonomik nedenler eğitim-öğretim yılı içerisinde yapılan gözlemler, çalışmalar ve okul ziyaretlerinden yapılan çıkarımlardır. Sınıf düzeyi değişkenine göre dijital bağımlılık puanlarında yaş seviyesi arttıkça ve sınıf kademesi arttıkça puanlar yükselmektedir. Öğrencilerin gelişim dönemi itibari ile de sosyalliğinin artması dijital bağımlılık puanlarının da artmasına etki etmektedir. Ergenlik döneminde öğrencilerin sosyalliği kavramına dijital ortamdaki sosyalliği de katmak gerekmektedir. Bu gelişim dönemindeki sosyal yaşamın içerisine dijital ortamdaki sosyal yaşamın da dahil olması kaçınılmazdır. Bunların dışında öğrencilerin içsel faktörleri, aile sosyal desteği, aile ortamı, diğer bağımlılıklar gibi sebepler de dijital bağımlılıkta etkili olmaktadır.

Araştırmanın bulguları ve sonuçlarından yola çıkılarak okullarda görev yapan psikolojik danışmanlara, okul idarelerine ve ailelere birtakım öneriler sunulabilir:

- Okullarda öğrencilerin dijital bağımlılık riskine karşı yapılacak olan çalışmalar daha düzenli ve sürekli olarak yapılmalıdır.
- Seminer çalışmaları ve sınıf rehberliği etkinlikleri yapılan araştırmalar sonucunda ortaya çıkan bulgulara göre yeniden düzenlenmeli ve planlanmalıdır.
- Çeşitli ölçek, test ve anketlerle problemin temelleri okul bazlı olarak araştırılmalıdır. Yapılan birçok araştırmada problemin temelinde kişisel faktörler yer almakta ve buna bağlı olarak bireysel müdahale planları arttırılmalıdır.
- Okul idareleri dijital araçların okullarda kullanımında kuralları anlaşılır ve net olarak ortaya koymalı, kurallar sürdürülebilir ve süreklilik arz etmelidir.
- Okul psikolojik danışmanları dijital bağımlılık konusunda ailelere ve öğrencilere farkındalık çalışmalarını her eğitim-öğretim yılında planlarına almalı ve okul bazlı araştırmalarla sebepleri ve sonuçları güncellemelidir.
- Okul idareleri ve psikolojik danışmanlar tarafından ailelere ev ortamında güvenli internet kurulumu ve kullanımı konusunda bilgilendirmeler ve farkındalık çalışmaları yürütülmelidir. Öğrencilerin yaş ve gelişim seviyesine uygun içeriklerle karşılaşabilmeleri için güvenli internet kullanımı çok önemlidir.
- Ailelerin çocuklarına dijital araçlara ulaşımı konusunda en çok yapılan hata belirli bir kuralın olmamasıdır. Aileler bu konuda ya tamamen yasaklamakta ya da serbest bırakmaktadır. Uygun yaklaşım ödev, oyun, sosyal medya kullanımı gibi çeşitli alanlarda günlük kullanım süreleri belirlemeleridir.
- Kaymakamlık, belediye gibi kamu kuruluşları sosyal yaşam alanlarını erişilebilir, ulaşılabilir ve güvenli yerler haline getirme konusunda daha fazla çaba sarfetmelidir. Öğrencilerin aileleri ve akran gruplarıyla birlikte vakit geçireceği sosyal yaşam olanağı sunacağı için dijital bağımlılık düzeylerini düşürmede etkili olacaktır.

## KAYNAKÇA

- APA. (2013). *DSM-5 Tanı Ölçütleri Başvuru El Kitabı*, (çev. E. Köroğlu). Ankara: HYB Yayıncılık.
- Bağatarhan, T., & Siyez, D. M. (2023). The Digital Addiction Scale for Children: Psychometric properties of the Turkish version. *Current Psychology*, 42(23), 19455–19465. <https://doi.org/10.1007/s12144-023-04675-1>
- Campbell, W. G. (2003). Addiction: A disease of volition caused by cognitive impairment. *The Canadian Journal of Psychiatry*, 48(10), 669-674.
- Çakır, H. (2013). *Bilgisayar oyunlarına ilişkin ailelerin görüşleri ve öğrenci üzerindeki etkilerin belirlenmesi*. Mersin Üniversitesi Eğitim Fakültesi Dergisi, 9(2), 138-150.
- Çakır, M., Kocagöz, E., Karakuş, FN. (2021, 3-4 Temmuz). *Çocuklarda dijital bağımlılık: ebeveynlerle nicel bir araştırma*. E-ICEESS 71-93.
- Holden, C. (2001). Behavioral addictions: Do they exist? *Science*, 294(5544): 980-982.
- Irmak, A. Y. & Erdoğan, S. (2016). Ergen ve genç erişkinlerde dijital oyun bağımlılığı: Güncel bir bakış. *Türk Psikiyatri Dergisi*, 27(2), 128-137.
- İnal, Y. ve Çagiltay, K. (2005). *İlköğretim Öğrencilerinin Bilgisayar Oyunu Oynama Alışkanlıkları ve Oyun Tercihlerini Etkileyen Faktörler*. Ankara Özel Tevfik Fikret Okulları, Eğitimde Yeni Yönelimler II. Eğitimde Oyun Sempozyumu: 14 Mayıs 2015-Ankara.
- Koo, H. J., & Kwon, J.-H. (2014). Risk and protective factors of internet addiction: a meta-analysis of empirical studies in korea. *Yonsei University College of Medicine*, 55, 1691-1711.
- Mustafaoğlu, R., Zirek, E., Yasacı, Z., & Özdiçler, A. R. (2018). Dijital teknoloji kullanımının çocukların gelişimi ve sağlığı üzerine olumsuz etkileri. *Addicta: The Turkish Journal on Addictions*, 5(2), 1-21.
- Ögel, K. (2001). *İnsan, yaşam ve bağımlılık: Tartışmalar ve gerekçeler*. İstanbul: IQ Kültür Sanat Yayıncılık.
- Satan, A. A. (2013). Ortaöğretim öğrencilerinde akran baskısının internet bağımlılığına olan etkisi. *The Journal of Social Science Studies*, 6, 511-526.
- Şenkoyuncu, Ö. (2009). *Bilgisayar bağımlısı mısınız?* 08 Mart 2019 tarihinde [http://www.tavsiyeyediyorum.com/makale\\_3253.htm](http://www.tavsiyeyediyorum.com/makale_3253.htm) adresinden alınmıştır.
- TUİK, T. İ. (2021). *Çocuklarda Bilişim Teknolojileri Kullanım Araştırması*. <http://www.tuik.gov.tr/sayfasından> erişilmiştir.
- Twenge, J. M., & Campbell, W. K. (2015). *Asrın Vebası: Narsisizm İleti* (Ö. Korkmaz, Trans.). İstanbul.
- Yiğit, E. (2017). *Çocukların dijital oyun bağımlılığında ailelerin bazı değişkenler açısından incelenmesi*. Yayınlanmamış yüksek lisans tezi, Yüzüncü Yıl Üniversitesi Eğitim Bilimleri Enstitüsü, Van.
- Young, K. S. (1996). Internet addiction: The emergence of a new clinical disorder. *Cyberpsychology and Behavior*, 1, 1-12.

Young, K. S. (1996). Internet addiction: The emergence of a new clinical disorder. *Published in CyberPsychology and Behavior*, 1, 237-243.