



**DİJİTAL OKURYAZARLIK PROGRAMININ
BEBEKLERDE DİJİTAL BAĞIMLILIK EĞİLİMİNE VE
EBEVEYNLERDE DİJİTAL TÜKENMİŞLİĞE ETKİSİ**

Ebru BOĞA BARAN

ÇOCUK GELİŞİMİ ANABİLİM DALI

**Tez Danışmanı
Doç. Dr. Mehmet SAĞLAM**

Doktora Tezi – 2023

T.C.
İNÖNÜ ÜNİVERSİTESİ
SAĞLIK BİLİMLERİ ENSTİTÜSÜ

DİJİTAL OKURYAZARLIK PROGRAMININ BEBEKLERDE DİJİTAL
BAĞIMLILIK EĞİLİMİNE VE EBEVEYNLERDE DİJİTAL TÜKENMİŞLİĞE
ETKİSİ

Ebru BOĞA BARAN

Çocuk Gelişimi Anabilim Dalı
Doktora Tezi

Tez Danışmanı
Doç. Dr. Mehmet SAĞLAM

MALATYA
2023

T.C.
İNÖNÜ ÜNİVERSİTESİ
Sağlık Bilimleri Enstitüsü Müdürlüğüne

ETİK BEYANI

İnönü Üniversitesi Sağlık Bilimleri Enstitüsü Tez Yazım Kurallarına uygun olarak “Doç. Dr. Mehmet SAĞLAM” danışmanlığında hazırlayıp sunduğum “Dijital Okuryazarlık Programının Bebeklerde Dijital Bağımlılık Eğilimine ve Ebeveynlerde Dijital Tükenmişliğe Etkisi” başlıklı Doktora tezim içinde elde ettiğim verileri, bilgileri, belgeleri akademik ve etik kurallar çerçevesinde elde ettiğimi, değerlendirme ve sonuçları bilimsel etik ve ahlak kurallarına uygun olarak sunduğumu, tezimde yararlandığım eserlere bilimsel kurallara uygun atıfta bulunarak kaynak gösterdiğimi, tezimin özgün olduğunu, tezimin çalışma ve yazımında patent ve telif haklarını ihlal edici bir davranışımın olmadığını, aksi bir durumda aleyhime doğabilecek tüm hak kayıplarını kabullendiğimi beyan ederim. 31/08/2023

Ebru BOĞA BARAN
İmza

İÇİNDEKİLER

ÖZET	vii
ABSTRACT.....	viii
SİMGELER VE KISALTMALAR DİZİNİ	ix
ŞEKİLLER DİZİNİ	x
TABLolar DİZİNİ.....	xi
1. GİRİŞ	1
2. GENEL BİLGİLER	5
2.1. Bebeklik Dönemi	5
2.1.1. Bebeklik Döneminde Gelişim.....	5
2.1.2. Bebeklik Döneminde Bilişsel Gelişim.....	5
2.1.3. Bebeklik Döneminde Dil Gelişimi	6
2.1.4. Bebeklik Döneminde Psikomotor Gelişim	7
2.1.5. Bebeklik Döneminde Sosyal ve Duygusal Gelişim.....	8
2.1.6. Bebeklik Döneminde Duyusal Gelişim	9
2.2. Dijital Yaşam ve Teknoloji.....	10
2.2.1. Dijitalleşmenin Bebekler Üzerindeki Etkisi	11
2.2.2. Bebeklik Döneminde Dijital Araç Kullanımı	13
2.2.3. Bebeklik Döneminde Dijital Bağımlılık Eğilimi	15
2.3. Dijital Bağımlılık	16
2.3.1. Dijital Bağımlılığın Yordayıcıları.....	18
2.4. Dijital Ebeveynlik.....	20
2.5. Dijital Okuryazarlık	21
2.6. Dijital Tükenmişlik.....	23
3. MATERYAL VE METOT	25
3.1. Araştırmanın Modeli.....	25
3.2. Araştırmanın Yapıldığı Yer ve Zaman	26
3.3. Araştırmanın Evren ve Örneklemi	27
3.3.2. Araştırmaya Dahil Edilme Kriterleri	29
3.3.3. Araştırmadan Dışlanma Kriterleri	29
3.4. Veri Toplama Araçları	29
3.4.1. Kişisel Bilgi Formu.....	30

3.4.2. Bebeklerde Dijital Bağımlılık Eğilimi Ölçeği	30
3.4.3. Dijital Tükenmişlik Ölçeği	38
3.4.4. Yarı Yapılandırılmış Görüşme Formu	38
3.4. Verilerin Toplanması	39
3.6. Dijital Okuryazarlık Programı	40
3.7. Verilerin Analizi	43
3.8. Araştırmanın Etik Boyutu	45
3.9. Araştırmanın Sınırlılıkları ve Genellenebilirliği	46
4. BULGULAR.....	47
4.1. Nicel Verilere Ait bulgular	47
4.1.1. Deneysel İşlem Öncesine Yönelik Bulgular	47
4.1.2. Deneysel İşlemin Etkililiğine Yönelik Bulgular	48
4.2.Nitel Verilere Ait Bulgular	54
5. TARTIŞMA	56
6. SONUÇ VE ÖNERİLER.....	60
KAYNAKLAR	64
EKLER.....	86
EK -1. Özgeçmiş.....	86
EK-2. Etik Kurul Onayı	87
EK-3. Uygulama İzin Belgesi	89
EK-4. Aydınlatılmış Onam Formu	90
EK-5. Kişisel Bilgi Formu	91
EK-6. Bebekler İçin Dijital Bağımlılık Eğilimi Ölçeği	92
EK-7. Dijital Tükenmişlik Ölçeği.....	94
EK-8. Yarı Yapılandırılmış Görüşme Formu	95
EK-9. Dijital Tükenmişlik Ölçeği Kullanım İzni	96
EK-10. Dijital Okuryazarlı Keğitim Programı Uygulama Fotoğrafları.....	97
EK-11. Uygulama Güvenirlik Formu	102
EK-12. İhtiyaç Analizi Formu.....	103
EK-13. Dijital Okuryazarlık Programı Oturum Örneği	103

TEŞEKKÜR

İlk teşekkürümü saygıdeğer danışman hocam Doç. Dr. Mehmet SAĞLAM'a borçluyum. Çocuk gelişimi alanında en çok sempati duyduğum kuramcı olan Vygotsky, "Başkaları sayesinde kendimiz oluruz" der. Bana akademi dünyasında kendimi bulma fırsatı verdiğiniz için; önümdeki örnek, yanımdaki destek, arkamdaki itici güç ve yolumu aydınlatan ışık olduğunuz için size her zaman minnettar olacağım.

Tez çalışma sürecinde değerli görüşlerini benden esirgemeyen, uzman görüşü ile katkı sunan tüm hocalarıma, tez izleme komitesinde yer alan ve önerileri ile çalışma sürecine katkı sağlayan hocalarım Doç. Dr. Munise DURAN'a ve Doç. Dr. Osman Tayyar ÇELİK'e teşekkürlerimi sunuyorum. Tez savunma jürisinde yer alan değerli hocalarım Doç. Dr. Fatih Aydoğdu ve Dr. Öğr. Üyesi Rukiye Arslan'a katkıları için çok teşekkür ediyorum.

Doktora sürecim boyunca her an yanımda hissettiğim, beni motive eden ve benden bilgisini ve desteğini hiçbir zaman esirgemeyen sevgili arkadaşlarım Öğr. Gör. Suna VURAL ve Öğr. Gör. Nurcan ALAGÖZ'e teşekkür ederim.

Araştırmanın uygulama aşamasında kurumunu bana açan sevgili Anatolia Sanat Merkezi ailesine, çalışmaya istekle katılan ve hala öğreneceğim çok şey olduğunu bana hatırlatan anne-babalara ve tüm çocuklara sonsuz teşekkürlerimi sunuyorum.

Tutunmam için bana köklerimi veren ve uçmam için bana kanatlar takan çok sevgili anneciğim Gülhan BOĞA ve çok sevgili babacığım Yaşar BOĞA'ya, beni koşulsuz sevdikleri için ve her zaman destekledikleri için sonsuza dek minnettar olacağım. Canım kardeşlerim ve aynı zamanda en iyi arkadaşlarım İsmail BOĞA, Sibel BOĞA, Ramazan BOĞA, Muhammet BOĞA, Emre Can BOĞA'ya sevgilerimi ve teşekkürlerimi sunuyorum. İyi ki varsınız ve iyi ki yanımdasınız.

Doktoraya başladığım ilk günden son güne kadar beni bir an olsun yalnız bırakmayan, tüm çabalarımın ortak olan, sevgisiyle bana güç veren, anlayışı ve sabrıyla beni motive eden, hayat arkadaşım ve yol arkadaşım sevgili Mustafa BARAN'a sonsuz teşekkürlerimi sunuyorum. Kalbimin yıldızlı köşesi her zaman senin.

Son olarak; adı gibi aydınlık ve sıcacık olan güzel kızım Güneş BARAN.. Doğduğun günden beri hayatıma umut ekliyorsun ve seninle birlikte büyümek harika. Beni dönüştürmek, uyandırmak ve bana ilham vermek için buradasın biliyorum. Beni kendi özümüne çeviriyorsun. Varlığına minnettarım ve sonsuz müteşekkirim. Kalbimin çiçekli köşesi her zaman senin.

ÖZET

Dijital Okuryazarlık Programının Bebeklerde Dijital Bağımlılık Eğilimine ve Ebeveynlerde Dijital Tükenmişliğe Etkisi

Amaç: Bu çalışmada, Dijital Okuryazarlık Programının bebeklerde dijital bağımlılık eğilimine ve ebeveynlerde dijital tükenmişliğe etkisinin incelenmesi amaçlanmıştır.

Materyal ve Metot: Karma desen olarak tasarlanan araştırmanın nicel boyutunu; ön test, son test ve kalıcılık testi kontrol gruplu deneysel desen oluşturmaktadır. Araştırmanın nitel boyutunda ise, ebeveynlere yönelik hazırlanan “Yarı Yapılandırılmış Görüşme Formu” uygulanarak ebeveyn görüşleri incelenmiştir. Çalışma, 6-36 aylık bebeği olan 40 ebeveyn (15 deney grubu, 25 kontrol grubu) ile yürütülmüştür. Veri toplama aracı olarak kişisel bilgi formu, bebekler için dijital bağımlılık eğilimi ölçeği ve dijital tükenmişlik ölçeği kullanılmıştır. Deney grubunda yer alan ebeveynlere 12 oturumluk Dijital okuryazarlık eğitimi uygulanırken, kontrol grubunda yer alan ebeveynlere herhangi bir uygulama yapılmamıştır. Deneysel işlemin etkisinin belirlenmesi amacıyla öntest ve sontestler arasında grup içi, gruplararası ve ortak etkiyi beraber ele alabilen karışık desenler için iki faktörlü ANOVA yöntemi kullanılmıştır. BİDBEÖ ile DTÖ ölçekleri ve DTÖ ölçeğinin alt boyutlarına ait öntest puanlarının deney ve kontrol gruplarına göre farklılığının incelenmesi amacıyla T testi uygulanmıştır. Deneysel işlemin kalıcılığını incelemek amacıyla ise sadece deney grubunda öntest, sontest ve kalıcılık puanlarının değişimi tekrarlı ölçümler için ANOVA testi ile incelenmiştir.

Bulgular: Dijital okuryazarlık eğitim programı uygulamasından sonra deney grubunda yer alan ebeveynlerin dijital tükenmişlik düzeylerinde ve bebeklerin dijital bağımlılık eğiliminde anlamlı bir şekilde farklılık olduğu saptanmıştır ($p<0.05$).

Sonuç: Dijital okuryazarlık programının bebeklerde dijital bağımlılık eğilimine ve ebeveynlerde dijital tükenmişliğe olumlu yönde etkisi olduğu sonucuna ulaşılmıştır.

Anahtar Kelimeler: Bebeklik, Dijital Bağımlılık, Dijital Okuryazarlık, Dijital Tükenmişlik.

ABSTRACT

The Impact of Digital Literacy Program on Digital Addiction Tendency in Infants and Digital Burnout in Parents

Aim: The aim of this study was to examine the impact of Digital Literacy Program on digital addiction tendency in infants and digital burnout in parents.

Material and Method: The study, designed as a mixed-method research, consists of a pre-test, post-test, and permanence test with a control group, forming an experimental design. In the qualitative dimension of the research, parent opinions were examined by administering the "Semi-Structured Interview Form" prepared for parents. The study was conducted with 40 parents (15 in the experimental group, 25 in the control group) who had children aged between 6 to 36 months. As data collection tools, a personal information form, digital addiction tendency scale for infants, and digital burnout scale were used. The parents in the experimental group received a 12-session Digital Literacy training, while no intervention was applied to the parents in the control group. A two-way ANOVA method was used to determine the effect of the experimental treatment by considering the intragroup, intergroup, and interaction effects between pretest and posttest in mixed designs. T-test was conducted to examine the differences in pretest scores of the DATS and DBS scales, as well as the sub-dimensions of the DBS scale, between the experimental and control groups. To examine the permanence of the experimental procedure, only the pretest, posttest, and permanence scores in the experimental group were analyzed using the repeated measures ANOVA test.

Results: The results indicate that there was a significant difference in the levels of digital burnout among the parents and the tendency of digital addiction among the babies in the experimental group after the implementation of the digital literacy training program ($p < 0.05$).

Conclusion: The findings suggest that the digital literacy program has a positive impact on reducing digital addiction tendencies in infants and digital burnout in parents.

Keywords: Infancy, Digital Addiction, Digital Literacy, Digital Burnout.

SİMGELER VE KISALTMALAR DİZİNİ

AFA	: Açımlayıcı Faktör Analizi
AGFI	: Düzenlenmiş Uyum İyiliği İndeksi
BİDBEÖ	: Bebekler İçin Dijital Bağımlılık Eğilimi Ölçeği
CFI	: Karşılaştırmalı Uyum İndeksi
DOP	: Dijital Okuryazarlık Programı
DSM-V	: Diagnostic and Statiscial Manual of Mental Disorder-5
DSÖ	: Dünya Sağlık Örgütü
DTÖ	: Dijital Tükenmişlik Ölçeği
GFI	: İyilik Uyum İndeksi
KMO	: Kaiser-Meyer-Olkin Katsayısı
NFI	: Normlaştırılmış Uyum İndeksi
RMSEA	: Yaklaşık Hataların Ortalama Karekökü
SPSS	: Statistical Package for the Social Sciences)
TÜİK	: Türkiye İstatistik Kurumu

ŞEKİLLER DİZİNİ

Şekil No	SayfaNo
Şekil 2.1. Kuşakların Sınıflandırılması.....	13
Şekil 2.2. Dijital Araçlara Bağımlı Olma İhtimali Yaratın Kriterler	17
Şekil 2.3. Dijital Bağımlılık Semptomları	19
Şekil 2.4. Dijital Ebeveynlik Rollerı	21
Şekil 2.5. Dijital Okuryazarlığın Boyutları	22
Şekil 2.6. Dijital Tükenmişlik Göstergeleri.....	24
Şekil 3.1. Çalışmanın Aşamaları	26
Şekil 3.2. Bebekler İçin Dijital Bağımlılık Eğilimi Ölçeği İçin Standart Çözümler.	37

TABLÖLAR DİZİNİ

Tablo No	Sayfa No
Tablo 3.1. Deney ve Kontrol Grubundaki Katılımcıların Demografik Özelliklerine İlişkin Frekans ve Yüzde Dağılımları	27
Tablo 3.2. Deneme Uygulaması Çalışma Gurubunun Belirlendiği Ebeveynlerin Çeşitli Demografik Değişkenlerine Ait Frekans ve Yüzde Dağılımları	32
Tablo 3.3. KMO ve Barlett Testi Sonuçları	33
Tablo 3.4. Faktörlere Yönelik Özdeğer ve Varyans Oranları	34
Tablo 3.5. BİDBÖ Ölçeğinin Nihai Haline Ait Faktör Matrisi.....	35
Tablo 3.6. Modele Ait Uyum İyiliği İndeksleri.	36
Tablo 3.7. Ölçeklerden Elde Edilen Puanlara Ait Betimsel İstatistikler.....	44
Tablo 4.1. BİDBÖ ile DTÖ Ölçekleri ve DTÖ Ölçeğinin Alt Boyutlarına Ait Öntest Puanlarının Deney ve Kontrol Gruplarına Göre Farklılığının İncelenmesine İlişkin T Testi Testi Sonuçları.	47
Tablo 4.2. Deney ve Kontrol Gruplarının Dijital Yıpranma Alt Boyutuna Ait Öntest Ve Sontestlerine İlişkin ANOVA Analizi Sonuçları.....	48
Tablo 4.3. Uygulanan Deneysel İşlemin Dijital Yıpranma Puanları Üzerindeki Etkisinin Kalıcılığına İlişkin Sonuçlar.....	49
Tablo 4.4. Deney ve Kontrol Gruplarının Dijital Yoksunluk Alt Boyutuna Ait Öntest Ve Sontestlerine İlişkin ANOVA Analizi Sonuçları.	49
Tablo 4.5. Uygulanan Deneysel İşlemin Dijital Yoksunluk Puanları Üzerindeki Etkisinin Kalıcılığına İlişkin Sonuçlar.....	50
Tablo 4.6. Deney ve Kontrol Gruplarının Duygusal Tükenme Alt Boyutuna Ait Öntest Ve Sontestlerine İlişkin ANOVA Analizi Sonuçları.	50
Tablo 4.7. Uygulanan Deneysel İşlemin Duygusal Tükenme Puanları Üzerindeki Etkisinin Kalıcılığına İlişkin Sonuçlar.....	51
Tablo 4.8. Deney ve Kontrol Gruplarının Dijital Tükenmişlik Toplam Puanlarına Ait Öntest Ve Sontestlerine İlişkin ANOVA Analizi Sonuçları.....	52
Tablo 4.9. Uygulanan Deneysel İşlemin Dijital Tükenmişlik Toplam Puanları Üzerindeki Etkisinin Kalıcılığına İlişkin Sonuçlar.	52
Tablo 4.10. Deney ve Kontrol Gruplarının Dijital Bağımlılık Eğilimi Toplam Puanlarına Ait Öntest ve Sontestlerine İlişkin ANOVA Analizi Sonuçları.	53

Tablo 4.11. Uygulanan Deneysel İşlemin Dijital Bağımlılık Eğilimi Toplam Puanları Üzerindeki Etkisinin Kalıcılığına İlişkin Sonuçlar.	53
Tablo 4.12. Yarı Yapılandırılmış Görüşme Formundan Elde Edilen Veriler	55



1. GİRİŞ

İnsanlık tarihi boyunca yaşanan birçok farklı gelişme, uygarlıkların yönünü belirleyerek yaşam standartlarının köklü bir şekilde değişiminde dönüm noktası olmaktadır. Ateşin bulunması, yerleşik yaşama geçme, yazının bulunması, paranın bulunması, tarım toplumundan sanayi toplumuna geçme gibi birçok geniş zamanlı tarihsel olay, uzun ve derin bir etkide bulunarak toplumların yaşamını radikal bir biçimde dönüştürmüştür. Yakın zamanda ise benzer bir etki, teknolojinin gelişmesi ile paralel olarak dijital süreçlerin insan yaşamına hızlı bir şekilde nüfuz etmesi ile kendini göstermiştir. Değişen ve gelişen zamanla beraber, yaşamın her alanında ve her yaş grubundan bireylerde dijitalleşme sürecinin etkileri açık bir şekilde görülebilmektedir. Oldukça hızlı bir değişim ve dönüşüm sürecini de beraberinde getiren dijitalleşme süreci; Dijital okuryazarlık, Dijital Ebeveynlik, Dijital Vatandaşlık, Dijital Yerli, Dijital Göçmen, Dijital Melez, Dijital Bağımlılık, Dijital Tükenmişlik gibi birçok yeni kavramın da kaynağını oluşturmaktadır. Bu çalışmada ise; bu kavramlar içerisinde yer alan, toplumları meydana getiren temel birim olan aile olgusunu etkileyen Dijital Okuryazarlık, Dijital Bağımlılık ve Dijital Tükenmişlik kavramları ele alınmıştır.

Dijital okuryazarlık kavramı literatürde oldukça yaygın ele alınan ve tanımlanan bir kavram olarak yer almaktadır. İlk olarak 1990 yılında literatürde yer bulan Dijital Okuryazarlık (1); genel olarak dijital ortamlardan elde edilen bilgiyi eleştirel olarak değerlendirebilmek, analiz etmek, sorgulamak ve anlamlandırabilmek olarak tanımlanmaktadır (2-4). “Dijital yaşamda hayatta kalma becerisi” olarak da nitelendirilen Dijital Okuryazarlık kavramının sosyal refah ve kamu yararı için de sağlıklı bir bakış açısı sağladığı savunulmaktadır (5). Dijital okuryazarlık; sürekli yenilenen ve güncellenen dijital süreçlere uyum sağlama, verilere ulaşarak problemleri çözebilme ve aktif olma gibi özelliklere sahip olmayı gerektirmektedir (6). Genel olarak değerlendirildiğinde; sosyal, kültürel ve ekonomik alanda dijital süreçleri kontrol edebilme, bilgi kaynaklarını eleştirel bir şekilde değerlendirebilme, dijital çağın doğal sonucu olan dijital dönüşüm sürecinde avantajların ve dezavantajların farkında olabilme ve dijital yaşama adapte olabilme olarak ifade edilmektedir (1). Özellikle dijital hayata uyum sağlama ile avantaj ve dezavantaj boyutunu göz önünde bulundurabilme, Dijital Bağımlılık kavramıyla ilişkili görülmektedir. Dijital dönüşüm sonucu olarak ortaya

çıkan bir diğer kavram olan Dijital Bağımlılık; bilgisayar, televizyon, tablet, sosyal medya gibi dijital araçların ve dijital ortamların bireyler üzerindeki etkisini ve ilişkisini tanımlamak amacıyla kullanılmaktadır (7). Kendi içerisinde internet bağımlılığı, dijital oyun bağımlılığı, akıllı telefon bağımlılığı, sosyal medya bağımlılığı vb. birçok farklı dijital alana yönelik bağımlılıkları da kapsamaktadır (8). Aşırı zihinsel meşguliyet (günlük yaşam sürecinde dijital yaşantıların baskın gelmesi ve sürekli düşünme), tolerans (zaman geçtikçe dijital ortamda daha fazla vakit geçirme isteği), yoksunluk (dijital ortamdan uzak kaldığında üzüntü, kaygı, gerginlik hissetme), süreklilik (dijital ortamlardan uzaklaşma veya dijital ortamda geçen zamanı azaltmada zorlanma/başarısız olma), yer değiştirme (günlük yaşamda sevilen etkinlik ve aktivitelerin yerini dijital ortam etkinliklerinin alması), yalan söyleme (dijital ortamda geçirilen süre hakkında dürüst davranmama), risklere ve olumsuz etkilerin bilinmesine rağmen kullanıma devam etme, kaçma (olumsuz duygu durumları ile baş etmede dijital ortamları bir sığınak ve kaçış noktası olarak görme) gibi kriterler Dijital Bağımlılık için temel göstergeler olarak ele alınmaktadır (9). Yalnızca yetişkin bireyler için değil, her yaş grubunda yer alan bireyler için bir risk teşkil eden Dijital Bağımlılık, dijital araçların artık daha kolay ulaşılabilir olmasıyla beraber her geçen gün artış göstermektedir. Nitekim TÜİK tarafından 2021 yılında yayınlanan hane halkı bilişim teknolojileri kullanım araştırmasına göre, evden internete erişim oranının %92 olduğu ve dolayısıyla neredeyse her evde dijital ortam erişiminin artık mümkün olduğu görülmektedir (10). Bu durum, dijital ortamların erişilebilirliği ve ulaşılabilirliğiyle beraber Dijital Bağımlılık riskini de beraberinde getirmektedir.

Dijital bağımlılık, her yaş grubundan bireyleri etkileyebilmekle birlikte gelişimsel açıdan kritik ve hassas bir dönemden geçen bireylerde daha derin izler bırakabilmektedir. Gelişimsel açıdan en hızlı ve kritik dönemler sırasıyla doğum öncesi dönem, bebeklik dönemi ve ergenlik dönemi olarak ele alınmaktadır (11). Gelişimin en hızlı olduğu kritik ve hassas dönemler sıralamasında ikinci sırada yer alan bebeklik dönemi ve bu dönemde dijital süreçlerin etkisi bu çalışma çerçevesinde ele alınan başlıklar arasında yer almaktadır. Yapılan araştırmalar bebeklerin henüz altı aylıken dijital araçlarla etkileşime girdiğini göstermektedir (12). Ebeveynlerin oyuncak niyetine dijital araçları bebeklere sunması, dijital araçlar aracılığıyla yemek yedirme, uyutma, sakinleştirme, susturma gibi davranışları sergilemesi bebeklerin dijital araçlarla etkileşimini arttırmaktadır. Bu dijital etkileşim yaşantıları ise gerek doğrudan gerekse dolaylı olarak bebekleri duygusal ve davranışsal olarak etkilemektedir (13). Yaşamın

erken yıllarında dijital araçlarla ve dijital ortamlarla erken tanışıp yoğun vakit geçirme, ilerleyen yıllarda Dijital Bağımlılık için risk oluşturabilmekte ve Dijital Bağımlılık Eğilimine zemin hazırlamaktadır. Bu noktada en önemli görev ebeveynlere düşmektedir. Ebeveynlerin dijital farkındalıkları, rehberlik etme durumları ve bebeklere sundukları ortam ile birlikte Dijital Bağımlılık Eğilimi süreci şekillenmektedir. Alan yazında dijital araçlara erken yaşta maruz kalma ile beraber otomatik olarak dijital okuryazarlık sürecinin geliştiğini savunan çalışmalar olsa da (14); bebeklik dönemi dijital araçları ve ortamları kontrol edebilme becerisinde tüm sorumluluğun ebeveynde veya bakım verende olduğu bir dönem olarak görülmektedir. Nitekim ebeveynlerin teknoloji kullanımının 18-24 aylık bebeklerin davranışları üzerinde etkili olduğunu gösteren çalışmalar bulunmaktadır (15).

Ebeveynlerin dijital araçları kullanım şeklinin bebeklerin farklı gelişim alanları ile birlikte duygusal durumu üzerinde de etkisi bulunmaktadır. Özellikle sanal ortamda yoğun vakit geçirme ile beraber zamanlarının çoğunu dijital araçlarla geçiren bireylerde dijital tükenmişlik görülebilmektedir (16). Dijital araçlarla sürekli vakit geçirdikten sonra zihinsel meşguliyetin devam etmesi ve sürekli dijital yaşantıları düşünme beraberinde zihinsel yorgunluğu getirmektedir ve bu durum zaman içerisinde tükenmişliğe dönüşmektedir (17). Özellikle stres, yorgunluk, çevreye karşı duyarsızlık ve ilgi kaybı gibi belirtiler dijital tükenmişlik için temel göstergeler olarak değerlendirilmektedir (16). Bu durumda bireylerde dijital okuryazarlık becerisinin gelişmesi önemli bir konu haline gelmektedir. Dijital okuryazar olan bir birey, dijital yaşama uyum sağlayabilme ve dijital süreçleri kontrol edebilme becerisine de sahip olmaktadır. Dolayısıyla ebeveynlere yönelik hazırlanacak bir dijital okuryazarlık programının bebeklerde dijital bağımlılık eğilimine ek olarak, ebeveynlerde dijital tükenmişliğe de etkisinin olacağı düşünülmektedir.

Dijital bir çağda, ebeveynlere düşen görev ve sorumluluklarda da değişim ve dönüşümlerin yaşanması kaçınılmaz olmaktadır. Günlük yaşamı kuşatan dijital araçların ve dijital ortamların doğru yönetimi ve kontrol edilebilmesi, ebeveynlerin bebeklerin gelişim sürecini sağlıklı bir şekilde destekleyebilmesiyle bağlantılı görülmektedir. Bu doğrultuda ebeveynlerde dijital okuryazarlık becerilerinin geliştirilmesiyle beraber, bebeklerde yaşamın erken yıllarında Dijital Bağımlılık Eğilimi oluşumunun engellenmesi düşünülmektedir. Ayrıca ebeveynlerde dijital tükenmişliğin önlenmesi ve olumsuz etkilerinin minimize edilmesinde de dijital okuryazarlık önemli görülmektedir.

Tüm bu bağlamlar göz önünde bulundurulduğunda ebeveynlerde Dijital Okuryazarlık becerisinin geliştirilmesi önem kazanmaktadır.

Literatür incelendiğinde Dijital okuryazarlık ve Dijital Bağımlılık ile ilgili hem yurt içinde hem de yurt dışında oldukça fazla araştırma yapıldığı görülmektedir. Ancak araştırmalar Dijital Okuryazarlık konusunda çoğunlukla üniversite öğrencilerine (6, 18, 19), öğretmenlere (20-23), öğretmen adaylarına (24-26) yoğunlaşırken; Dijital Bağımlılık konusunda ise okul öncesi dönem (27, 28), ortaokul dönemi (29, 30, 21) ve ergenlik dönemine (31-33) yoğunlaşmaktadır. Bu doğrultuda, ebeveynlere yönelik Dijital Okuryazarlık programının hazırlanması ve bebeklerde Dijital Bağımlılığa etkisinin incelenmesi, bu çalışmayı diğerlerinden ayıştırmaktadır. Ayrıca oldukça yeni ve güncel bir kavram olan Dijital tükenmişlik olgusu ile ilgili de herhangi bir deneysel çalışma bulunmamaktadır. Bu noktada çalışmada dijital tükenmişlik kavramının da ele alınması, çalışmaya özgün bir nitelik kazandırmaktadır.

2. GENEL BİLGİLER

2.1. Bebeklik Dönemi

Gelişimin en hassas ve kritik yıllarında önemli bir basamak olan bebeklik dönemi, bir sonraki gelişim dönemlerine temel oluşturması sebebiyle duyarlılık gerektiren bir dönem olarak görülmektedir. Bu dönemde bilişsel gelişim, sosyal ve duygusal gelişim, dil gelişimi ve psikomotor gelişim gibi temel gelişim alanlarında belirgin ilerlemeler görülmektedir (34). Dünyaya gözlerini açtığı anda tamamen bakım ve ilgiye ihtiyaç duyan bebekler, bu dönemin sonunda yavaş yavaş bağımsızlığa doğru adım atmaktadır. Gelişimsel dönüm noktaları ile dolu olan bebeklik döneminde gelişim, kendine özgü bir hızla, sosyal çevre ve kültürel bağlamların etkisinde ilerlemektedir (35). Bebeklik; dil ve konuşmanın başlangıcı, farklı bireylerle ilk yakın ilişkiler gibi bilişsel, algısal ve devinimsel birçok çarpıcı değişime kaynaklık etmektedir (36). Bu dönemdeki yaşam deneyimleri, ilerleyen yıllarda davranış kalıplarında kalıcı izli etkiler bırakmaktadır (37). İki yıllık bir süreçte gelişimin hem çok yönlü olması hem de kısa zamanda gelişimsel açıdan hızlı ilerlemelerin yaşanması, bebeklik dönemini diğer gelişim dönemlerinden belirgin bir farkla ayırmaktadır (38).

2.1.1. Bebeklik Döneminde Gelişim

Bebeklik dönemindeki gelişim ataklarının sıklığı, neredeyse her hafta bebeğin farklı bir insana dönüşmesine sebep olmaktadır (39). Hayata güçlü bir başlangıç yapmakta anahtar bir role sahip olan bebeklik döneminde gelişim oldukça kapsamlıdır. Bu dönemde gelişim kümülatif ilerlemekte, her bir gelişim alanındaki ilerleme diğer gelişim alanlarına da etki etmektedir. Gelişimin temel ilkelerinden biri olan “Gelişim bir bütündür ve tüm gelişim alanları birbiri ile ilişkilidir” ilkesi doğrultusunda gelişim alanları arasında etkileşim kaçınılmaz olmaktadır (40). Bu dönemdeki gelişim özelliklerine değinmek amacıyla gelişim alanları ayrı başlıklar halinde ele alınmıştır. Bu bölümün devamında bebeklik dönemine bilişsel gelişim, dil gelişimi, psikomotor gelişim, sosyal-duygusal gelişim ve duyuşsal gelişim başlıkları altında değinilmiştir.

2.1.2. Bebeklik Döneminde Bilişsel Gelişim

Kavram olarak “biliş” sözcüğü, bilmeyi sağlayan bütün zihinsel etkinlikleri kapsamaktadır. Dikkat, düşünme, bellek, akıl yürütme, problem çözme, algı gibi birçok

kavram bilişsel gelişim doğrultusunda ele alınmaktadır. Beyin gelişiminin en yoğun olduğu bebeklik döneminde, beyin gelişimi hızına paralel olarak bilişsel gelişim de oldukça hızlı ilerlemektedir (41). Bebeklik dönemindeki kazanılan birçok beceri bilişsel gelişimin başlangıç noktası olarak görülmektedir (42). Bilişsel gelişim alanındaki çalışmalarda adı oldukça sık anılan Piaget'e göre bilişsel gelişim, sinir sisteminin yaşantılar aracılığıyla olgunlaşması ve çevreye uyum sağlama becerisinin gelişmesi olarak tanımlanmaktadır (43). Dünyaya yönelik temel şemaların oluşmasında önemli bir basamak olan bebeklik dönemindeki yaşantılar, bilişsel yapıların inşasında önemli bir rol oynamaktadır (44).

Bilişsel gelişim alanında yürütülen çalışmalarda önemli bir yere sahip olan Piaget, Vygotsky ve Bruner, geliştirdikleri kuramlarda bilişsel gelişimin doğasını açıklamaya çalışmıştır (45). Bu doğrultuda, her gelişim döneminde bilişsel gelişim sürecinin farklılık gösterdiği, bireysel farklılıkların önemli olduğu ve bilişsel gelişimin belli bir sırayla ilerlediği vurgulanmıştır (46). Bilişsel gelişimin sağlıklı bir işleyişle, olması gereken seyirde ilerlemesi gelişimin hassas ve kritik olduğu dönemlerde zengin uyarıcı ortam sunulması ile ilişkili görülmektedir. Nitekim Piaget de, bilişsel gelişim kuramında deneyimlerin ve çevrenin bilişsel gelişim üzerindeki etkisine odaklanmaktadır (47). Dolayısıyla, beyin gelişiminin en yoğun olduğu bebeklik döneminde yaşam deneyimleri bilişsel gelişimde kritik rol oynamaktadır.

2.1.3. Bebeklik Döneminde Dil Gelişimi

Bebekler dünyaya geldikleri andan itibaren içinde bulundukları sosyal çevrenin bir parçası haline gelmektedir. Bu sosyal ortam aynı zamanda dil gelişiminin de başlamasına kaynaklık etmektedir (48). Dil gelişimine yönelik temel donanımlar bebeklik döneminde gelişim göstermektedir (49). Bebekler dil edinim sürecinde karşılıklı sözel iletişim kurmuyor olsa bile, çevrelerinde konuşulan dilleri özümsemekte ve dile maruz kalarak doğal bir edinim süreci yaşamaktadır (50, 51). Bu durum genellikle “alıcı dil” kavramı ile açıklanmaktadır. Dilin gelişim süreci “alıcı dil (reseptif dil, anlama dili)” ve “ifade edici dil (ekspresif dil)” olmak üzere iki bileşenden oluşmaktadır (52). İfade edici dilden önce, alıcı dil gelişmektedir. Bebekler, kendilerine yönelik sözel ifadeleri algılayarak bu sözel yönergelerle göre hareket ettiklerinde alıcı dil gelişimi aktifleşmektedir (53). Sözel ifadelerin anlaşılması açısından alıcı dil büyük önem arz etmektedir ve bebeklik dönemi bu açıdan kritik sayılmaktadır.

Dilin kazanım süreci, birçok farklı araştırmacı için araştırma konusu olmuş ve farklı açılardan ele alınarak değerlendirilmiştir (54). Biyolojik temellerle dil gelişimini açıklayan doğuştancı kurama göre, dilin edinimi sürecinde biyolojik olgunlaşma önemli bir yere sahiptir ve her birey doğuştan dil edinim kapasitesiyle dünyaya gelmektedir (55). Bu görüşün aksine davranışçı kuram ise, bebeklerin sosyal ortamlar aracılığı ile duyduğu sesleri taklit etmesi ve sözel davranışlarının pekiştirilmesi aracılığıyla dil gelişimlerini kazandıklarını öne sürmektedir (56). Sosyal öğrenme kuramı dil gelişimi sürecinde model almaya odaklanırken, etkileşimci kuram ise dil gelişiminin kompleks yapısına dikkat çekmektedir ve kalıtsal, çevresel bir çok faktörün dil gelişimi sürecinde aktif rol aldığından söz etmektedir (57, 58). Her bir kuram dil gelişim sürecini farklı bakış açıları ile yorumlamaktadır ancak her kuram yaşamın ilk yıllarında dil gelişimindeki kritik sürece vurgu yaparak ortak payda da buluşmaktadır. Bebeklik dönemi diğer tüm gelişim alanlarında olduğu gibi dil gelişim alanında da hızlı ilerlemelerin görüldüğü bir dönem olarak değerlendirilmektedir. Dilin gelişim sürecinde motor kasların kullanılması ve semboller aracılığı ile sözel ifadelerin gelişmesi bakımından dil gelişimi hem bilişsel, hem psikomotor hem de sosyal ve duygusal gelişim alanlarıyla da ilişkilendirilmektedir (59). Bu durumda, bebeklik döneminde dil gelişimini desteklerken bütüncül bir bakış açısıyla diğer gelişim alanlarına da destek sunmak önem kazanmaktadır.

2.1.4. Bebeklik Döneminde Psikomotor Gelişim

Psikomotor gelişim, çevresel ve biyolojik faktörlerin etkileşimiyle yaşam boyu devam eden hareket becerilerinin gelişmesini ifade etmektedir (60). Hareket yaşamın kaynağıdır ve anne ile bebek arasındaki ilk etkileşim, henüz anne karnındayken bebeğin ilk hareketi ile başlamaktadır (61). Yeni doğan döneminde refleksif olan hareketler, gelişimsel olgunlaşma ile beraber amaçlı davranışlara dönüşmektedir. Bebeklik döneminde çoğunlukla kaba motor becerilerin (oturma, emekleme, yürüme, dönme vb.) gelişimi ön plana çıkmaktadır (62). Motor gelişimde ilerlemelerin belirgin olması ve doğrudan gözlemlenebilir olması, motor gelişimi diğer gelişim alanlarından ayırmaktadır. Bebekler seslenen anne babalarına dönüp bakmak için başını çevirdiğinde, ilgisini çeken bir oyuncaya ulaşmak için kollarını uzattığında ya da odanın içinde emeklemek veya yürümek için dengede durmaya çalıştıklarında motor gelişim düzeyi doğrudan gözlemlenebilmektedir (63). Motor gelişim sürecinde sergilenen hareketlerde kasların veya fizyolojik temellerin yanı sıra algı ve biliş de önemli bir

etkiye sahiptir. Hareket becerilerinin eş zamanlı koordinasyonu ve kontrolü için algılama süreci önemlidir. Bu durum motor gelişimin bilişsel gelişim ile olan ilişkisine de dikkat çekmektedir.

Psikomotor gelişim sürecinde eylemlerin algısal süreçle olan ilişkisine dikkat çeken çalışmalar, “Dinamik Sistemler Teorisi” ile Esther Thelen tarafından gerçekleştirilmiştir (64). Bu teoriye göre bebekler önce çevrelerindeki mevcut durumu algılamaktadır ve harekete geçmek için güdülenmektedir (65). Nitekim bebeklerin refleksif ve ilkel hareketlerden amaçlı hareketlere yönelme süreci de algısal gelişim ve dolayısıyla bilişsel gelişimle bağdaştırılmaktadır. Henüz kendini ifade etmekte sözel sınırlılıklara sahip olan bebekler, hareketleri düşüncelerinin sembolü olarak sergilemektedir (66). Bu dönemde bebeklere hareket alanı açmak ve zengin uyarıcı çevre sunmak psikomotor gelişimle beraber diğer gelişim alanlarına da katkı sunmaktadır.

2.1.5. Bebeklik Döneminde Sosyal ve Duygusal Gelişim

Bebek dünyaya geldiği andan itibaren başlayan sosyal ve duygusal gelişim süreci, yaşam boyu devam etmektedir ve içinde bulunulan sosyal çevreye uyum sağlama sürecinin ayrılmaz bir parçası olarak görülmektedir. Kişiler arası etkili iletişim kurma ve sağlıklı ilişkiler geliştirebilme süreci, sosyal duygusal gelişim süreci ile birlikte şekillenmektedir. Sürekli bir etkileşim halinde olan ve birbirine temel olan sosyal gelişim ve duygusal gelişim literatürde birlikte ele alınmaktadır (67). Sosyal ve duygusal gelişim alanına yaşamsal anlam yükleyen detay, bebeklik döneminde gerçekleşen bağlanma kavramıdır. Bebekler, hayatın devamlılığı ve güven duygusunun kazanımı için bakım veren kişi ile bağ kurmaktadır. Bu dönemde bebekler, bağlanma ve güven duygusuna dair edindiği kazanımları ilerleyen yıllarda hayatına yansıtmaktadır. Bağlanma kuramının teorisyeni Bowlby bu durumu “beşikten mezara kadar” ifadesiyle özetlemektedir (68).

Sosyal duygusal gelişimin önemli bir ayağı olan bağlanma kavramı, iki kişi arasında güvene dayalı kurulan sevgi bağı olarak tanımlanmaktadır (38). Sağlıklı bir sosyal duygusal gelişim süreci için dönüm noktası sayılabilecek bağlanma süreci, Bowlby tarafından etolojik bir bakış açısıyla yorumlanmıştır ve kişiliğin şekillenmesinde önemli bir etken olarak ele alınmıştır (69, 42). Sosyal duygusal gelişim sürecinden sağlıklı geçen bir bebek, duygularını daha rahat ifade eden ve sosyalleşebilen bir birey olma yolunda da emin adımla ilerlemiş olacaktır. Sosyalleşme

ile beraber iletişim becerileri güçlenen bebek, dil gelişimi alanında da ilerleme kaydedecektir. Kelime hazinesi geliştikçe ve sözel ifade güçlendikçe sosyal ortamlarda daha rahat hareket edebilen ve öz güvenli davranan bebekler motor becerilerini de güçlendirecektir. Tüm bu gelişim alanları arasındaki etkileşim sonucunda keşfedebilen, merak duygusunu besleyebilen bebekler aynı zamanda bilişsel gelişim alanında da desteklenmiş olacaktır.

2.1.6. Bebeklik Döneminde Duyusal Gelişim

Çevreden gelen uyaranların merkezi sinir sistemi yoluyla anlamlandırılması ve bu anlamlandırma sonucunda organizmanın harekete geçmesi duyular aracılığıyla gerçekleşmektedir (70). Yukarıda değinilen gelişim alanlarında yaşanan sınırlılıklar, bebeklik döneminde duyular aracılığı ile telafi edilmektedir. Bebekler dünyayı anlama ve anlamlandırma, çevreye uyum sağlama gibi temel becerileri duyuları aracılığı ile gerçekleştirmektedir (42). Henüz anne karnındayken başlayan duyusal gelişim süreci, çevreyle etkileşim kurmada ilk araçlar arasında yer almaktadır (71). Duyusal gelişimde yaşanan olumsuzluklar sonucunda bebekler bir duyusal uyarana gereğinden fazla ya da gereğinden az tepki verebilmektedir. Bu şekilde atipik duyusal tepkiler, günlük yaşam deneyimlerinde olumsuz etki göstermektedir (72). Dolayısıyla duyuların aktif olarak kullanılabilmesi ve duyulardan yararlanılabilmesi gelişim sürecini doğrudan etkilemektedir (73). Öğrenme ve davranış düzenleme için önemli bir öncü (74) olarak görülen duyusal gelişim, bilginin ilişkilendirilmesi, karşılaştırılması ve bütünleştirilmesi bakımından kilit bir role sahiptir (75).

Duyusal gelişim sürecinde duyuların koordinasyonlu çalışması ve bilişsel süreçlerin de aktif olması önem arz etmektedir. Bu durum Ayres tarafından geliştirilen “duyu bütünleme” kavramı ile açıklanmaktadır. Ayres, bedenden ve çevreden gelen duyuları yorumlamadaki eksiklikler ile akademik ve motor öğrenme sorunları arasındaki ilişkiyi yorumlayabilmek için duyu bütünleme teorisini geliştirmiştir (76). Bu teorinin en önemli katkılarından biri, dokunma duygusu(taktil duyu), vestibüler duyu (denge duygusu) ve proprioseptif duyu (beden farkındalığı) gibi derin duyuların öneminin de vurgulanmasıdır (77). Duyusal bütünleme teorisine göre, öğrenmenin sorunsuz gerçekleşmesi ve davranış kalıplarının olması gerektiği şekilde kazanılması, duyusal sistemler tarafından bilginin doğru algılanması ve anlamlandırılması ile mümkündür (78). Duyumsal algılamaların verimli ve işlevsel olabilmesi için de duyular

arasında organizasyonun, yani duyu bütünleme sürecinin sağlıklı işlemesi gerekmektedir.

2.2. Dijital Yaşam ve Teknoloji

Son yıllarda yaşanan hızlı teknolojik gelişmeler, yeni bir çağ yaratmış ve “dijital çağ” kavramı sık kullanılan bir tabir olarak literatürde yerini almıştır. Teknolojik gelişmelere paralel olarak gelişen dijital değişimler, hayatın her alanına nüfuz etmeye başlamıştır. Akıllı telefonlar, kurumsal mobil uygulamalar (e-devlet, internet bankacılığı vb.), sosyal medya araçları dijital yaşama geçişte önemli temsilciler olarak görülmektedir. Dijitalleşmenin sunmuş olduğu kolaylıklar, dijital yaşamda anonim olabilme, dijital yaşamın daha esnek ve daha tasarruflu olması gibi özellikler, dijital yaşamı ilgi çekici hale getirmektedir (79). Sürekli devam eden teknolojik yeniliklerle beraber, gündelik yaşamın dijitalleşmesi hızla devam etmektedir (80). Dijital teknolojilerin ulaştığı noktayı anlayabilmek için, zaman içinde nasıl değiştiğini ve geliştiğini de anlamak gerekmektedir. Özellikle bireylerin hayatına etki etmesi bakımından yeni medya ve geleneksel medya kavramlarına değinmek, bu süreçte Web teknolojilerinin dönüşümünü de irdelemek gerekmektedir.

Web 1.0 teknolojisi kapsamında ele alınan ve tek yönlü iletişim yapısına sahip olan geleneksel medya; televizyon, radyo, gazete ve dergi gibi araçları kapsamaktadır (81). Bireylerin yalnızca kullanıcı konumunda olduğu ve aslında pasif kaldığı geleneksel medya anlayışı, özellikle internet ve web 2.0 teknolojisinin gelişmesiyle beraber yerini yeni medya anlayışına bırakmaya başlamıştır. Geleneksel medyada içerikler kullanıcılara hazır olarak sunulurken, yeni medya anlayışında kullanıcılar içerik oluşturarak kendi görüşlerini paylaşmakla birlikte, karşılıklı etkileşim kurmaktadır (82, 83). Geleneksel medya düzeninde akşam haberlerini izlemek için televizyon kanalı tarafından belirlenen saati beklemek zorunda olan birey, yeni medya anlayışında zaman ve mekan sınırlaması olmadan haberlere ulaşabilmektedir ve bireyin kendisi de haber paylaşabilmektedir. Dolayısıyla yeni medyada en belirgin fark, bireyin iletişim sürecindeki aktif katılımı olarak görülmektedir.

Yeni medya düzeni ve internet teknolojileri ile beraber, “herkesin birbirini gözetlediği ama kimsenin birbirini görmediği” bir yaşam biçimi ön plana çıkmış ve dijital yaşama geçiş oldukça yaygınlaşmıştır (84). Baş döndürücü hızda yeniliklerle ilerleyen dijital çağda teknolojik gelişmelerin de hız kesmeden devam etmesi, dijitalleşme sürecinin ilerleyen yıllarda da yaşamın ayrılmaz bir parçası olarak ele

alınmasına zemin hazırlanmaktadır. Esasında, insanın var oluşundan bu yana teknolojik gelişmeler de hep var olmuştur. Teknoloji; bilişsel becerilerin ve zihinsel gücün toplumsal hayata uygulanmasına katkı sağlayan ve insanlığın doğayı kontrol etme, hayatta kalabilme ve güvende olabilme amacıyla geliştirilen bir olgu olarak tanımlanmaktadır (85). Teknolojik gelişmeler, insan yaşamının iyileştirilmesi ve yaşam standartlarının yükseltilmesi amacıyla gerçekleştiriliyor olsa da, son yıllarda dijital yaşamın bireyleri esir aldığına dair eleştiriler yapılmaktadır (86). Dolayısıyla dijital yaşam ve teknolojik gelişmeler, sağladığı avantajlarla beraber bir takım belirsizlikleri ve riskleri de beraberinde getirmektedir.

2.2.1. Dijitalleşmenin Bebekler Üzerindeki Etkisi

Gelişimde kritik dönemlerin olması, gelişimin temel ilkelerinin arasında yer almaktadır. Gelişimde kritik dönem; öğrenme ve yeni beceriler edinmeye yönelik yüksek duyarlılığın olduğu zaman dilimleri olarak açıklanmaktadır. Bu dönemde edinilen ya da edinilemeyen kazanımlar, yaşamın ilerleyen yıllarında önemli etkilere sahiptir (87). Bebeklik dönemi, hassaslık ve duyarlılık bakımından kritik dönem sayılmaktadır ve bu dönemde elde edilen kazanımlar ileriye dönük önemli etkiler bırakmaktadır. Bebeklik döneminde gelişimin hızlı olması, çevresel faktörlerin etkisinin yoğunluğunu da belirlemektedir. Dolayısıyla bu dönemde dijital araç kullanımının gelişim alanları üzerindeki etkisi kaçınılmaz olmaktadır.

Yaşamın erken yıllarında dijital araç kullanımının gelişimsel süreçteki etkileri incelendiğinde; motor gelişimde dijital araçların fiziksel hareket düzeylerini azalttığına ve hareket eksikliğine sebep olduğuna dair çalışmalar mevcuttur (88, 89). Yine beden duruşunda bozukluklar, göz kuruluğu ve göz yorgunluğu, kas- iskelet sistemi sorunları, kaslarda sertleşme gibi fizyolojik problemler de görülebilmektedir (90, 91). Dolayısıyla, özellikle kaba motor becerilerin (Emekleme, yürüme, oturma vb.) gelişmesinde kritik bir öneme sahip olan bebeklik döneminde, dijital araç kullanımının psikomotor gelişimde olumsuz etkileri söz konusu olabilmektedir.

Sosyal duygusal gelişim sürecinde dijital araçların etkisine bakıldığında; çoğunlukla iletişim ve sosyal beceriler üzerindeki olumsuz etki vurgulanmaktadır (92-94). Sosyal açıdan uyumsuz olma, agresif davranışlar, dış uyaranlara karşı tepkisizlik gibi durumlar da, dijital araçların sosyal duygusal gelişim sürecindeki etkisini göstermektedir (95, 96). Bebeklik döneminde bağ kurma ve beraberinde kişiler arası ilişkilerin gelişmesi, sosyal duygusal gelişim alanında kazanılması gereken en önemli

görevlerden biri olarak ele alınmaktadır. Ancak bu dönemde dijital araçların kullanımı sosyal duygusal gelişim sürecini sekteye uğratabilmektedir.

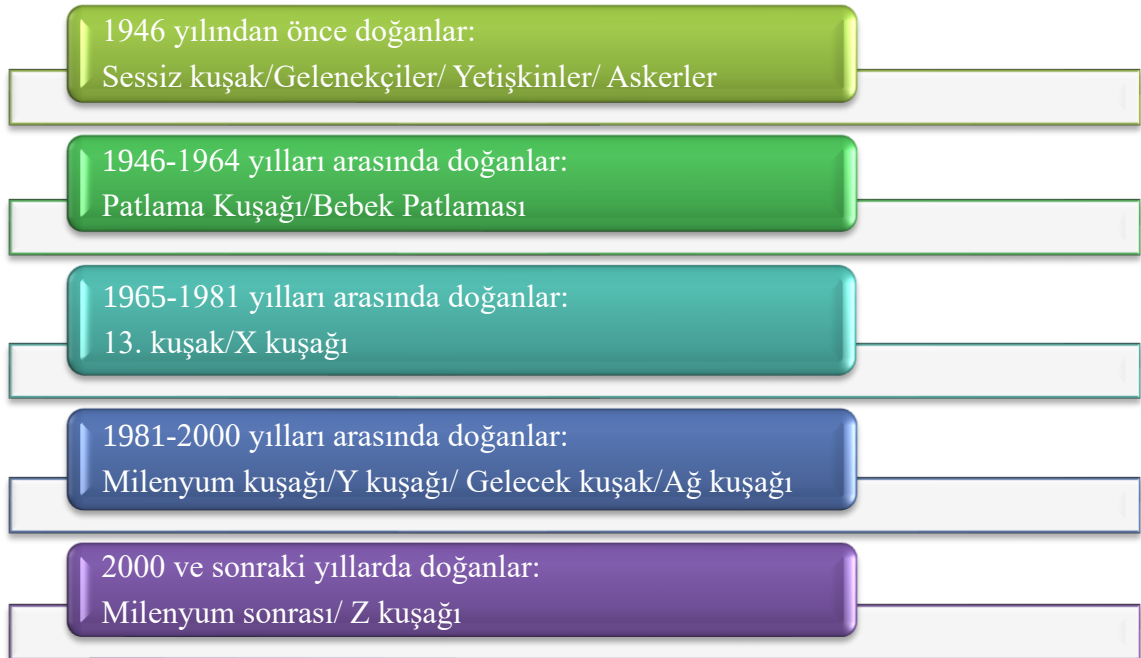
Bebeklik döneminde dijital araçların kullanımından etkilenen bir diğer gelişim alanı dil gelişimidir. Özellikle iki yaşın altında bulunan bebeklerde, uzun süreli televizyon ve video izleme gibi aktivitelerin dil gelişimini ciddi oranda etkilediği görülmektedir (97). Dijital ekran kullanımı süresi uzadıkça, beynin dil becerilerini destekleyen beyaz madde gelişiminde gecikmeler görüldüğü ve çocukların nesneleri isimlendirme ve erken okuryazarlık becerilerinde zayıflama olduğu da saptanmıştır (98). Bebeklik döneminin özellikle beyin gelişimi açısından hassas ve duyarlı bir dönem olduğu göz önünde bulundurulduğunda, bu dönemde dijital araç kullanımı beyin gelişimi ile beraber dil gelişim sürecini de etkilemektedir. Özellikle cep telefonlarından yayılan radyofrekans radyasyonları beyin gelişiminde önemli hasarlara sebep olabilmekte (99) ve bunun sonucunda dil gelişimi de olumsuz etkilenmektedir.

Bilişsel gelişim sürecinde dijital araçların etkisi incelendiğinde; dikkat problemleri, zihinsel esneklik ve yaratıcı düşünme gibi bilişsel işlevlerin olumsuz etkilendiği görülmektedir (100-102). Yukarıda da değinildiği gibi, bebeklik dönemi beyin gelişiminin hızlı ve yoğun olduğu duyarlı bir dönemdir. Bu dönemde özellikle yaşantılar aracılığı ile duyuların aktif olması beyin gelişimini ve beraberinde bilişsel becerileri desteklemektedir. Dolayısıyla bu dönemde dijital araç kullanımı, özellikle aktif yaşantı deneyimlerini ve keşfetmeyi engellediği için duyusal girdiler azalmakta ve bilişsel beceriler olumsuz etkilenmektedir. Nitekim dijital araçların hitap ettiği duyular görme ve işitme ile sınırlıdır ve diğer duyuların (dokunma, koklama, tatma, proprioseptif ve vestibüler duyu) uyarımı gerçekleşmemektedir (103). Duyusal uyarımın eksikliği ise doğrudan bilişsel gelişim sürecini etkilemektedir. Sonuç olarak bebeklik döneminde dijital araç kullanımı hem duyusal hem de bilişsel gelişim sürecinde olumsuz bir etken olarak değerlendirilmektedir.

Bebeklik döneminde dijital araç kullanımı, tüm gelişim alanlarında birçok açıdan olumsuz etkiler göstermektedir (104). Gelişim alanları bir bütün olarak ele alındığından ve tüm gelişim alanları birbiri ile ilişkili olduğundan, herhangi bir gelişim alanında yaşanan sorunlar diğer gelişim alanlarını da olumsuz etkilemektedir. Dolayısıyla bebeklik döneminde dijital araç kullanımının tek bir gelişim alanına dahi olumsuz etki etmesi, gelişimsel sürecin tamamında olumsuz etki yaratmaktadır.

2.2.2. Bebeklik Döneminde Dijital Araç Kullanımı

Dijital araçlarla yaşamın ilerleyen yıllarında tanışmış olan bazı yetişkinlikler yeni dijital araçlara uyum sağlamakta zorlanırken, dijital bir hayatın içine doğan bebekler henüz konuşmayı dahi öğrenmeden dijital araçları çok rahat kullanabilmektedir (105). Bu süreçte bireylerin içine doğmuş oldukları kuşak önemli bir belirleyici olarak görülmektedir. Nitekim, 1923 yılında kuşak kavramını teori olarak ele alan ilk isimlerden bir olan Karl Mannheim'e göre de, bireyler ebeveynlerinden daha çok yaşadığı çağa benzemektedirler (106). Kuşak kavramı, aynı zaman aralıklarında doğmuş olan, toplumsal dönüşüm ve değişimlerden etkilenen belirli bir grubu ya da topluluğu ifade etmektedir (107). Genellikle 25 ile 30 yıllık zaman dilimlerine göre belirlenen yaş gruplarını kapsayan kuşak kavramı biyolojik bir ifade olarak değerlendirilmektedir. Sosyolojik olarak ise “nesil” ve “jenerasyon” olarak da adlandırılmaktadır (108). TDK Felsefe terimleri sözlüğüne göre ise; “Yaklaşık olarak aynı yıllarda doğmuş, aynı çağın şartlarını, dolayısıyla birbirine benzer sıkıntıları, kaderleri paylaşmış, benzer ödevlerle yükümlü olmuş kişilerin topluluğu” şeklinde tanımlanmaktadır (109). Özetle ortak bir kültür ve alışkanlıklar paydasında bulunan bireyler aynı kuşakta yer almaktadır. Dönemlere göre kuşaklar ve özellikleri şekil 2.1’de yer almaktadır.



Şekil 2.1. Kuşakların Sınıflandırılması (110).

Dijital araçlarla etkileşimin başladığı ve teknolojik gelişmelerin hız kazandığı dönem Y kuşağı ile birlikte başlamaktadır. Bu dönemde internet, radyo, dijital oyunlar ve kameralar gibi dijital araçların kullanımı dünya genelinde yaygınlaşmaya başlamıştır. 2000 ve sonraki yıllarda doğan Z kuşağı ise dijitalleşmenin en hızlı olduğu dönemde dünyaya gelmiştir ve “Dijital DNA ile doğanlar” olarak değerlendirilmektedir (111). Dijital yaşamın içinde büyüyenler ile dijital araçlarla sonradan tanışan kuşaklar “dijital yerli” ve “dijital göçmen” gibi kavramlarla da değerlendirilmektedir. (112). Dijital göçmenler, Y kuşağı öncesinde dünyaya gelen ve dijital araçlarla çok geç tanışan bireyleri ifade etmektedir (113). Dijital göçmenler, dijital çağın içine doğmayan ancak etkisine maruz kalan bireyler olarak da görülmektedir (114). Dijital yerliler ise dijitalleşmenin zirve dönemlerinde dünyaya gelen, dijital yaşama kolay uyum sağlayabilen ve dijital araçlarla olan uyumu doğal karşılanan bireyleri ifade etmektedir (115). Bu iki kavrama ek olarak hem dijital yerlilere hem de dijital göçmenlere benzeyen dijital melezler de bulunmaktadır. Dijital melezler, dijital araçları kullanma konusunda dijital yerliler kadar etkin değildir ancak dijital göçmenler gibi de dijitalleşmeye karşı direnç göstermemektedirler (116). Dijital araçlarla geç tanışmış olan dijital melezler, dijital göçmenlere göre uyum sağlama konusunda daha başarılı kabul edilmektedir.

Dijital yerli olan ve Z kuşağında yer alan bebekler, henüz anne karnındayken ultrason fotoğrafının sosyal medyada paylaşılmasıyla dijital araçlara maruz kalmaktadır (117). Birçok dijital platformda yer almaya başlayan çocuklar artık kendi dijital içeriklerini üretmek için güdülenmeye başlamaktadır ve küçük yaşlarda dijital araç kullanımı artış göstermektedir (118). Hayatının hemen her alanında dijital araçlarla karşılaşan bebeklerin yaşamın erken yıllarında dijitalleşmeye maruz kalması kaçınılmaz olmaktadır (119). Bu dönemde ebeveynler tarafından dijital araçların kullanım şekli ön plana çıkmaktadır. Ebeveynlerin, özellikle yemek yedirebilmek, çocukları sakinleştirmek ya da oyalamak için dijital araçları kullandığına dair çalışmalar mevcuttur (120, 13). Amerikan Pediatri Akademisi tarafından iki yaşından önce dijital araç kullanımı önerilmemektedir (121). Ancak bebeklerin dijital araç kullanımını araştıran çalışmalar incelendiğinde; iki yaş altında olan bebeklerin Youtube izleme oranlarının arttığı (122), sıfır ile iki yaş arasında yer alan bebeklerin haftalık 14.2 saat dijital araç kullandığı (123), bebeklerin büyük bir çoğunluğunun bir yaşından önce dijital araç kullandığı (124, 125) görülmektedir.

Bir başka araştırmada, dijital araç kullanımında en küçük bebeklerin 6 aylık olduğu ve araştırmaya katılan 1-60 aylık çocukların %75.6'sının dijital araç kullandığı sonucuna ulaşılmıştır (126). Geniş çaplı gerçekleştirilen ve 1045 ebeveynin dahil edildiği bir çalışmada ise, 0-2 yaş aralığında dijital araç kullanım oranının %20 olduğu saptanmıştır (127). Boylamsal bir çalışmada, yıllara göre çocukların dijital araç kullanımı incelenmiştir ve 0-8 yaş grubunda dijital araç kullanımının yıllar geçtikçe artış gösterdiği belirtilmiştir (128). Bebeklerin dijital araçlar içerisinde televizyonla tanışma zamanı 12 aylıkken, telefon ile tanışma yaşının 12-23 aylar arasında olduğu (129), bir başka çalışmada ise çocukların %30.2'sinin henüz 0-12 ay aralığındayken, %39.6'sının ise 13-24 aylıkken dijital araçları kullandığı sonucuna ulaşılmıştır (130). Tüm bu araştırmalar temelde aynı noktayı işaret etmektedir: Dijitalleşme hız kesmeden devam etmektedir ve her geçen gün dijital araç kullanım yaşı düşmektedir. Dolayısıyla bebeklik döneminde dijital araçların kullanımı yoğunlaşmaya başlamaktadır.

2.2.3. Bebeklik Döneminde Dijital Bağımlılık Eğilimi

Dijitalleşmenin hayatın her alanında geniş çaplı yer bulması yaşam biçimlerinde önemli değişimlerle sonuçlanmıştır (131). Bu değişim ve dönüşüm gelişimsel açıdan oldukça kritik ve duyarlı sayılan bebeklik döneminde de yansımaktadır. Nitekim alışmalar ortalama altı aylıkken bebeklerin dijital araçlarla etkileşime girdiğini göstermektedir (12). Bebek dünyaya geldikten kısa bir süre sonra dijital araçlarla etkileşimin başlaması risk durumu açısından değerlendirilmesi gereken bir durum olarak görülmektedir (132). Özellikle yaşamın erken yıllarında dijital araçlarla karşılaşmak, ilerleyen yıllarda bağımlılık için bir risk faktörü olarak ele alınmaktadır (133). Bebeklik döneminde ise bu durum bağımlılık eğilimi olarak başlamaktadır.

Eğilim kavramı, “Bir şeyi sevmeye, istemeye veya yapmaya iten yönelme” olarak tanımlanmaktadır (109). Bu tanıma göre dijital bağımlılık eğilimi kavramı ise, bağımlılık için bir risk durumuna işaret etmektedir. Bebeklik döneminde dijital araç kullanımının yoğun olması, dijital bağımlılığa yönelik bir eğilim geliştirilmesine sebep olabilmektedir. Bebeklik döneminde ekran maruziyetinin önerilenden fazla olduğunu gösteren birçok çalışma bulunmaktadır (134-136). İki yaş öncesinde ekran kullanımı önerilmemesine rağmen, bir yaşın altındaki bebeklerin günde 54 dakika dijital araçları kullandıkları (TV, Tablet, akıllı telefon) ve üç yaşına geldiklerinde bu srenin 2 saate kadar yükseldiği bulunmuştur (137). Özellikle zaman kontrolü zorluğu ve kullanım süresinin uzaması, dijital bağımlılık eğilimi için önemli kriterler sayılabilmektedir. Bu

dönemde, dijital bağımlılık eğiliminin oluşmasında ebeveynlerin etkisi ise kaçınılmazdır.

Bebeklik döneminde dijital araçlarla etkileşimde birincil sorumluluk sahibi olan ebeveynler, bebeklerin dijital araçlarla etkileşimlerini şekillendirmektedir (138). Nitekim bu dönemde yapılan çalışmalar genelde ebeveyn görüşlerine başvurularak gerçekleştirilmiştir. Bu çalışmalardan birinde, anneler; dijital bir çağda bebekleri dijital araçlardan uzak tutmanın mümkün olmadığını ve bebeklerin dijital araçlara karşı ilgili olduğunu belirtmişlerdir (139). Güncel bir araştırma, bebeklerin ebeveynleriyle birlikte dijital araçları etkileşime dayalı olarak kullanmalarının, dijital araçlardan yeni bir şey öğrenmelerini destekleyerek bebekler için fayda sağlayabileceğini öne sürmektedir (140). Bu çalışmada, dijital araçların kullanım biçimine göre avantaj veya dezavantaj sağlayacağı vurgusu yapılmakla birlikte, ebeveynlerin dijital bağımlılık sürecinde bulunduğu konunun önemine de değinilmektedir. Nitekim alanyazında dijital bağımlılığın incelendiği çalışmalarda aile faktörü önemli bir etken olarak değerlendirilmektedir (141-145). Dolayısıyla bebeklik döneminde dijital bağımlılık eğiliminin oluşmasında aile, önemli bir etken olarak görülmektedir.

2.3. Dijital Bağımlılık

Dijital araç kullanımında kontrolün kaybedilmesi, bir takım fiziksel ve psikolojik hasarlara sebep olarak olumsuz sonuçlar doğurabilmektedir (146). Bu olumsuz durumlardan en sık karşılaşılanı ise dijital bağımlılıktır. Bağımlılık kavramı, köken olarak insanlık tarihi kadar eski bir kavram olarak ele alınmaktadır (147). Davranışları kontrol etmede zorluk, kişiler arası ilişkilerde sorunlar, işlevsel olmayan duygusal tepkiler ve bağımlılık yaratan olguya karşı aşırı istek duyma şeklinde tanımlanmaktadır (148). Psikolojik, biyolojik ve sosyolojik yönleri olan bağımlılık kavramı madde bağımlılığı ve davranışsal bağımlılıklar olarak ayrılmaktadır. Madde bağımlılıklarında sigara, uyuşturucu ya da alkol gibi maddelere bağımlılık geliştirmektedir ve tolerans arttıkça her geçen gün daha fazla miktarda madde kullanımı ihtiyacı hissetmektedir. Madde bağımlılıklarında biyolojik bir süreç söz konusu olmaktadır ve beynin karar verme, yargılama ve davranışları kontrol etme alanlarında değişiklikler oluşmaktadır (149). Davranış bağımlılığında ise, bir davranışın sıklıkla ve olması gereken durumdan farklı olarak sergilenmesi söz konusudur. Davranış bağımlılığında birey, psikolojik ve sosyolojik boyutta çatışmalar yaşamasına sebep olmasına rağmen davranışı sürdürmeye devam etmektedir (150). Alanyazında madde bağımlılığını davranış bağımlılığı ile ortak

paydada birleştiren çalışmalar da mevcuttur. Bu çalışmalarda öne çıkan görüş ise, tüm bağımlılık türlerinde zarar verici ve bağımlılığa dönüşen durumların söz konusu olmasıdır (151, 152). Nitekim alışkanlık oluşturma ve öz denetim sorunları yaşama her bağımlılık türünde gözlenmektedir (153).

Modern toplumlarda hızla yükselen bir problem haline gelmeye başlayan davranış bağımlılığı (154); kompulsif satın alma, çeşitli yeme problemleri, sorunlu internet kullanımı, video oyun bağımlılığı gibi birçok farklı türde görülebilmektedir (155). Dijital bağımlılıklar da davranışsal bağımlılık çatısı altında ele alınan kavramlar arasında yer almaktadır. Dijitalleşmenin kaçınılmaz bir sonucu olarak gelişen dijital bağımlılık; dijital araç kullanımında takıntılı, dürtüsel ve aceleci davranış örüntülerinin gösterilmesiyle tanılanmaktadır (156). En sık görülen davranış bağımlılıklarından biri olan dijital bağımlılıkta, dijital araçların kullanımı ile öznel iyi oluşun olumsuz etkilenmesi söz konusu olmaktadır (153, 157). Dijital bağımlılık gösteren bireylerde uyku problemleri, sosyal ilişkilerde sorunlar, kaygı, dikkat dağınıklığı gibi günlük yaşam akışını etkileyen durumlar gözlenmektedir (158, 7). Her yaştan bireyleri etkileyen dijital bağımlılık (159); internet bağımlılığı, sosyal medya bağımlılığı, akıllı telefon bağımlılığı ve dijital oyun bağımlılığı gibi dijital araçların olduğu her bağımlılık türünü kapsamaktadır. Dijital bağımlılık için dikkat edilmesi gereken kriterler (160) şekil 2.2’de yer almaktadır.

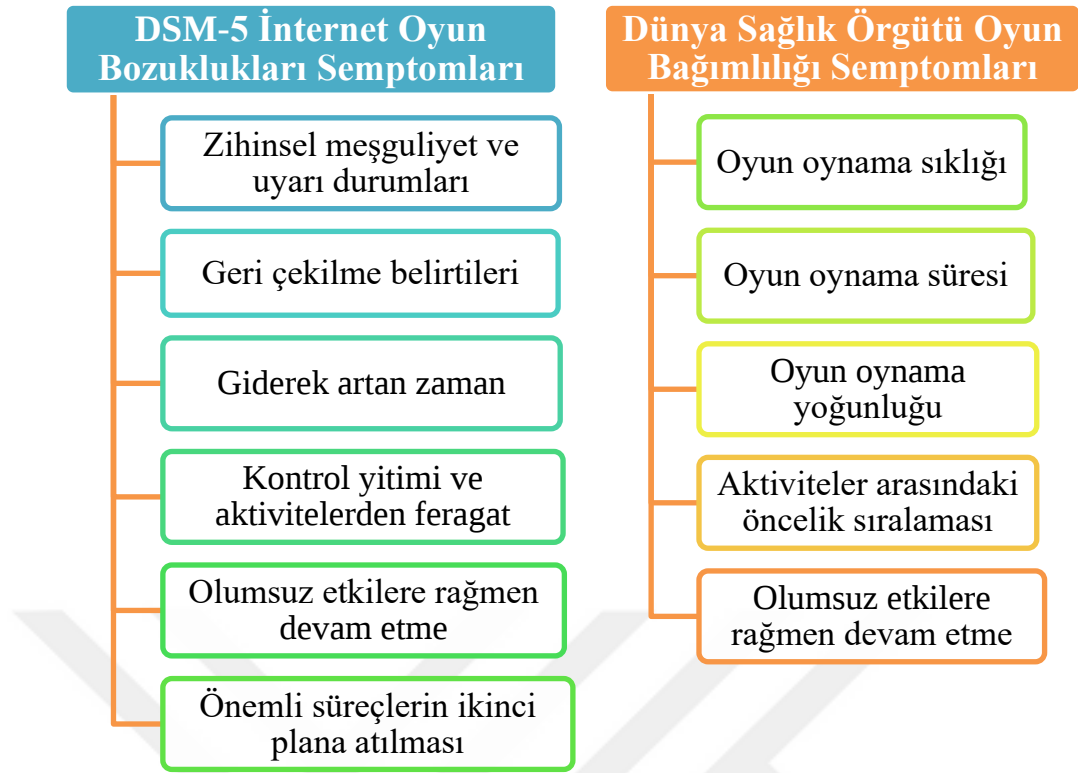


Şekil 2.2. Dijital Araçlara Bağımlı Olma İhtimali Yaratıcı Kriterler (160).

Dijital bağımlılık tanısında kullanım süresi, dijital araç kullanım süresinin kısıtlanmasında gerginlik veya huzursuzluk, yakın kişiler tarafından farkedilen değişimler, dijital araç kullanımından dolayı günlük etkinliklerin aksaması gibi kriterler önemli belirtiler arasında yer almaktadır (160). Hawi ve arkadaşları tarafından (161) gerçekleştirilen çalışmada; ruh halinde değişiklikler, tolerans, çatışma, yoksunluk, meşguliyet ve aldatma gibi davranışların görülmesi durumunda bağımlılık gelişmesinden şüphe edilmesi gerektiği vurgulamaktadır.

2.3.1. Dijital Bağımlılığın Yordayıcıları

Dijital araçların günlük yaşamın her anında yer bulması beraberinde bazı problemlerin yaşanmasına da sebep olmaktadır. Bu problemlerin başında ise dijital bağımlılık kavramı gelmektedir. Dijital araçların yoğun ve denetimsiz kullanımı bağımlılık gelişmesine zemin hazırlamaktadır ve bu bağımlılık süreci farklı psikolojik sorunları da barındırmaktadır (162). Dünya sağlık örgütü ve Amerikan Psikiyatri Birliği çalışmalarında da yer bulmaya başlayan dijital bağımlılık, bazı göstergelere göre tanılanmaktadır. Dünya Sağlık Örgütü Hastalıkların Uluslararası Sınıflandırılması'nın 11. revizyonunda (International Classification of Diseases) dijital bağımlılık kapsamında ele alınan “oyun bağımlılığı” başlığı altında yer bulmuştur (163) Amerikan Psikiyatri Birliği ise Rusal Bozuklukların Tanılanması el kitabında (DSM-5) “internet oyun oynama” bozukluğu başlığında dijital bağımlılık kapsamına da giren oyun oynama bozukluğuna yer vermiştir (164). Bağımlılık için yordayıcı olan bazı davranış özellikleri şekil 2.3'te yer almaktadır.



Şekil 2.3. Dijital Bağımlılık Semptomları (165).

Yukarıdaki şekilde yer alan bilgiler ışığında; zihinsel olarak sürekli dijital araçları düşünmekle meşgul olma, geri çekilme, giderek daha fazla dijital araçlarla zaman harcama, kontrol kaybı ve günlük yaşam aktivitelerinin aksaması, olumsuz etkilere rağmen dijital araç kullanımına devam etme, dijital araçları aşırı kullanma ve önemli aktivitelerin geri plana atılması gibi durumlar dijital bağımlılık için yordayıcı kriterler arasında yer almaktadır (165). Bu bağımlılık davranışlarının en az bir yıl süreyle devam etmesi ve hayatın çeşitli alanlarında (aile, arkadaş, okul, iş vb.) sorunlar ve çatışmalar yaşanmasına sebep olması da bağımlılık için temel kriterler arasında sayılmaktadır. Dijital bağımlılığa sahip olan bireylerde; yalan söyleme (dijital araç kullanım süresi hakkında), nüks etme (dijital araçları daha kontrollü kullanma kararı aldıktan sonra tekrar bağımlılık davranışları gösterme), yoksunluk (dijital araç kullanmama durumunda gerginlik hissetme), tolerans (her seferinde biraz daha uzun süre dijital araç kullanma isteği geliştirme), çatışmalar ve sorunlar görülmektedir (161, 166). Belirtilen davranış özelliklerinin gözlemlendiği durumlarda dijital bağımlılıktan şüphe etmek ve uzman desteği ile uygun müdahale programları geliştirmek, dijital bağımlılık düzeyinin minimize edilmesinde önemli bir nokta olarak görülmektedir.

2.4. Dijital Ebeveynlik

Teknolojik gelişmelerin hızla devam etmesi ve dijital araçların yaşamın her alanını kuşatması sonucu, literatüre kazandırılan birçok yeni kavram ortaya çıkmıştır. Bu yeni kavramlardan biri olan “Dijital ebeveynlik”, çocuğun dijital araçlarla olan ilişkisinde ailenin konumuna vurgu yapmaktadır. Dijital araçları kontrol etmede rehber ve model olma, dijital araçların doğru kullanımı konusunda çocuklarda farkındalık oluşturabilmek için gerekli olan özelliklere sahip olma “Dijital ebeveynlik” olarak tanımlanmaktadır (167). Dijital çağda ebeveyn olmaya dair yeni endişelerin oluşmaya başlaması (168), ebeveyn sorumluluklarını ve rollerini de etkilemektedir (169). Koruma ve güvenlik sağlama gibi ebeveynlik rollerinin (170) dijital dünyaya aktarılması ve uygulanması sürecini kapsayan dijital ebeveynlik, dijital ortamlarda güvenlik sağlama ve avantajlar ile dezavantajlar konusunda bilinçli olmayı gerektirmektedir (171).

Dijital teknolojilerin hızla gelişmesi, ebeveynlerin dijital araçların çocuklarına zarar vereceğine dair endişelerinin artmasına da sebep olmaktadır (172, 173). Bu endişelerin giderilmesinde ebeveynlerin dijital araç kullanımı konusunda etkin ve yetkin olması önemli bir nokta haline gelmektedir. İlk olarak Rode (174) tarafından gündeme getirilen dijital ebeveynlikte; dijital ortamdaki olanakların ve risklerin farkında olmanın yanı sıra, dijital dünyanın yeniliklerine ve değişimlerine açık olma gibi temel becerilerde bulunmaktadır. Yurdakul ve arkadaşları tarafından (175) dijital ebeveynlik rolleri farkındalık, kontrol, etik, yenilikçilik ve dijital okuryazarlık başlıkları altında ele alınmaktadır (175).



Şekil 2.4. Dijital Ebeveynlik Roller (175).

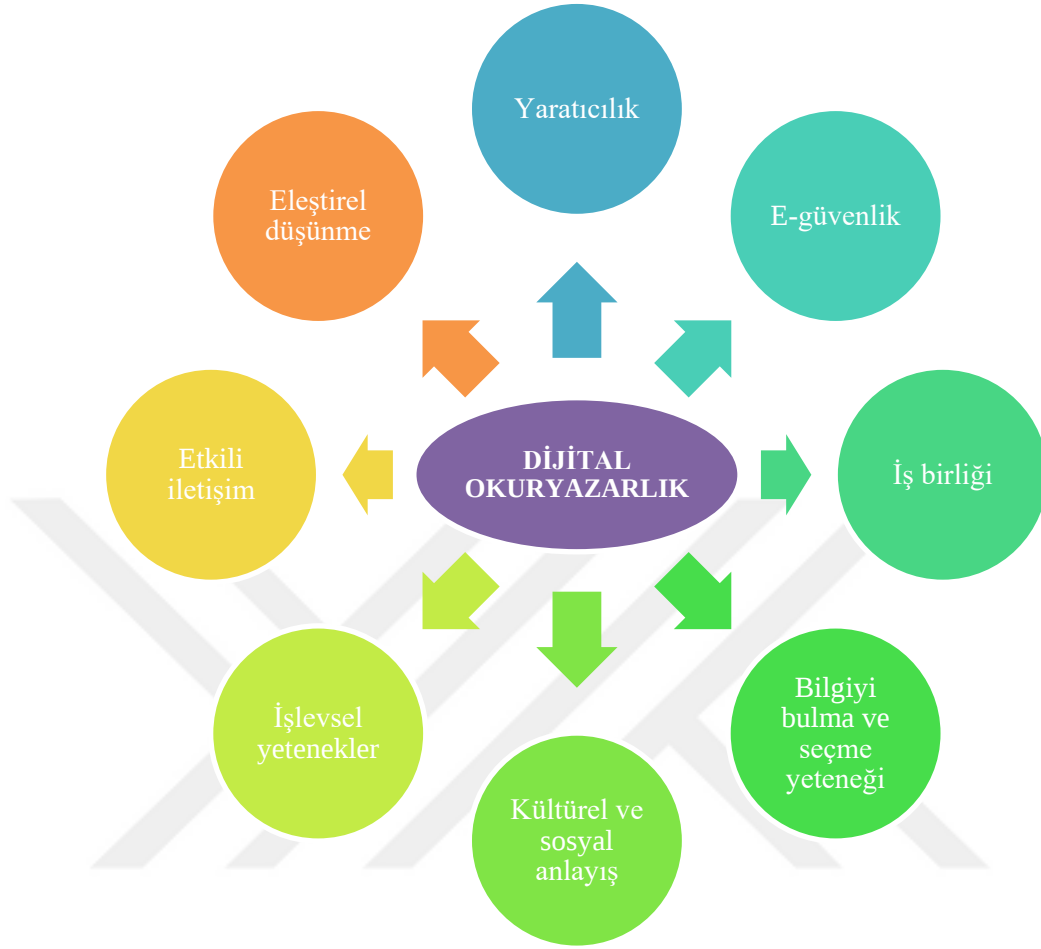
Dijital bağımlılık gelişmesinde aile etkeninin ön plana çıkması ve bu konuda birçok araştırma gerçekleştirilmesi (176, 177, 141, 178, 179, 31, 180, 144, 142), dijital ebeveynlik kavramının da önem kazanmasında etkili olmaktadır. Dijital araçlarla kuşatılmış bir çağda, dijital araçları bir fırsat olarak değerlendirmek ve olumsuz etkileri en aza indirmek için dijital ebeveynlik becerilerinin geliştirilmesi gerekliliği doğmaktadır.

2.5. Dijital Okuryazarlık

Yenilikler ve değişimler, okuma ve yazma işlevine hitap eden okuryazarlık kavramının anlamsal içeriğini zenginleştirerek farklı okuryazarlık türlerini ortaya çıkarmıştır (181). Bu farklı okuryazarlık türlerinden bir olan Dijital okuryazarlık, değişen ve gelişen teknolojiyle donanmış bir zamanda, dijital araçları etkin bir şekilde kullanmak açısından büyük önem arz etmektedir (182). İlk olarak Gilster tarafından dile getirilen Dijital okuryazarlık, dijital araçları verimli kullanabilmekle beraber teknolojik gelişmeleri benimsemeyi de içermektedir (6, 183). Dinamik ve uzun soluklu bir kavram olarak değerlendirilen (184) Dijital okuryazarlık, tanım olarak alanyazında geniş yer bulmuştur. Tanımlara genel olarak bakıldığında; dijital araçlara doğru erişim sağlayabilme, dijital araçları etkin ve verimli kullanma, dijital araçlar aracılığı ile problem çözebilme, dijital araçları kullanırken güvenlik önlemleri konusunda farkındalık sahibi olma, dijital araç kullanımında hukuki ve aklaki boyutlar açısından bilinçli olma, dijital araçları kişisel gelişimde ve öğrenmede etkin kullanabilme gibi özelliklerin belirgin olduğu görülmektedir (185-189). Bu özellikler doğrultusunda Dijital okuryazarlığın, dijital araçların kullanımından (Bilgisayarı açma ya da çevrim içi arama yapma gibi) daha fazlasına yönelik bir anlam taşıdığı yorumu yapılabilmektedir (190, 191). Nitekim okuryazar bireyler, bilgiyi etkin kullanma konusunda yetkindir (192). Dolayısıyla dijital araçların etkin ve verimli kullanılması dijital okuryazarlık için önemli bir unsur olarak ele alınmaktadır.

Dijital bir çağda önemli bir beceri olarak görülen Dijital okuryazarlık (193), geleneksel okuryazarlığa bir seçenek olarak değil, öğrenme ve sosyalleşme için genel okuryazarlığa katkıda bulunan bir uzantı olarak değerlendirilmektedir (194). Bilgi, medya ve bilgi teknolojileri okuryazarlığını da içine alan dijital okuryazarlık farklı

bileşenleri olan bir kavram olarak da yorumlanmaktadır (195). Hague ve Payton (196), dijital okuryazarlığı 8 bileşen ile açıklamaktadır (Şekil 2.5).



Şekil 2.5. Dijital Okuryazarlığın Boyutları (196).

Şekil 2.5'te görüldüğü üzere dijital okuryazarlık; yaratıcılık, e-güvenlik, iş birliği, bilgiyi bulma ve seçme becerisi, kültürel ve sosyal anlayış, işlevsel yetenekler, etkili iletişim ve eleştirel düşünme gibi boyutları içermektedir (196). Yaratıcılık ve eleştirel bakış açısı kazanımı farklı araştırmacılar tarafından da vurgulanmaktadır (197). Dijital okuryazarlık ile ilgili çalışmalar yürüten bir diğer araştırmacı Wan Ng (198) ise; Dijital okuryazarlığı üç boyutun birleşimi ile açıklamaktadır. Teknik, bilişsel ve sosyal-duygusal olmak üzere üç boyutta değerlendirilen Dijital okuryazarlık kavramı disiplinler arası bir kavram olarak da görülmektedir. Dijital araç kullanımı ve teknik beceriler teknik boyut; arama, değerlendirme ve eleştirel düşünme becerileri bilişsel boyut; iletişim, iş birliği ve öğrenme amacıyla sorumlulukları yerine getirmek için dijital araç kullanımı sosyal-duygusal boyut olarak değerlendirilmektedir (20). Farklı bileşenlerden oluşan Dijital okuryazarlık, dijital bir çağ için en önemli gereklilikler

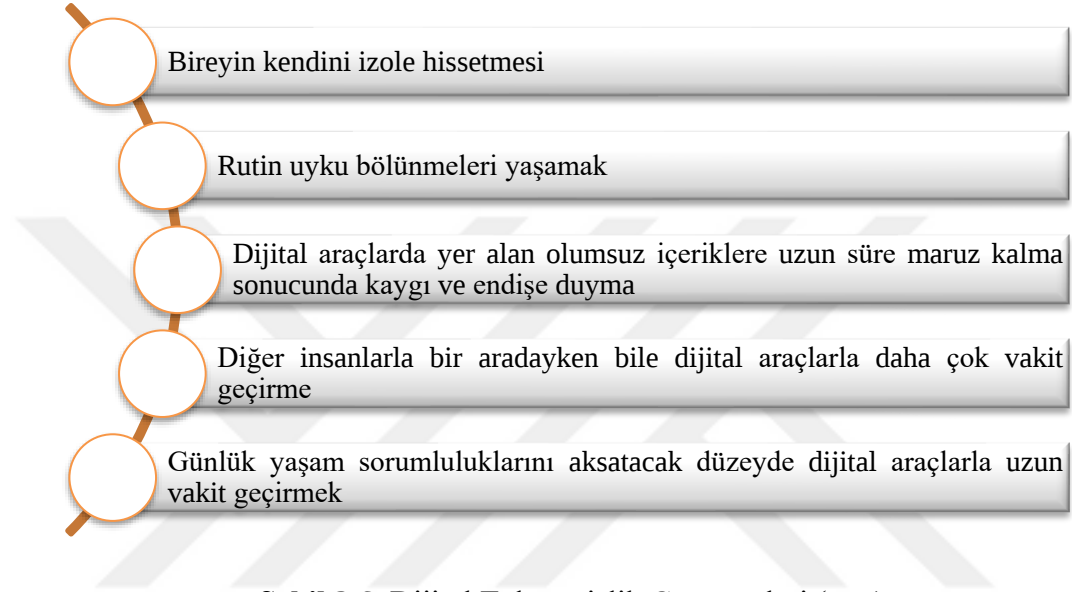
arasında yer almaktadır. Dijital bağımlılık ya da dijital tükenmişlik gibi dijitalleşmenin olumsuz yansımalarını önleyebilmek için, dijital okuryazarlık becerilerinin geliştirilmesi büyük önem taşımaktadır.

2.6. Dijital Tükenmişlik

Tükenmişlik kavramı, ilk olarak Freudenberger (199) tarafından çalışma ortamlarındaki tükenmişlik durumuna vurgu yapmak için literatürde yer bulmuştur. Alanyazındaki yaygın kullanılan tanım ve detaylı açıklamalar ise Maslach ve arkadaşları tarafından gerçekleştirilen çalışmalara göre şekillenmiştir. Maslach ve Jackson'a göre (200) tükenmişlik; zihinsel ve fiziksel yönleri olan, kişilerin hayata, işine ve insanlara karşı olumsuz tavırlar sergilemesine neden olan, bitkinlik ve yorgunluk ile beraber umutsuzluk duygusunu barındıran bir kavram olarak ele alınmaktadır. Yoğun stres durumlarını da kapsayan tükenmişlik, fiziksel ve zihinsel yorgunluğun yanında duygusal yorgunluğu da kapsamaktadır. Dolayısıyla tükenmişlik hisseden bireyler günlük yaşamın sorumluluklarını yerine getirmekte ve stresle baş etmekte zorlanmaktadırlar (201). Çoğunlukla iş yaşamıyla olan ilişkisi ile araştırmalara konu olan tükenmişlik kavramı, mesleki bir olgu olarak ele alınsa da, tükenmişliğe sebep olan kaynaklara göre farklı şekillerde yorumlanabilmektedir. Örneğin; aşırı dijital araç kullanımı, bireyleri tükenmişliğe karşı duyarlı hale getirebilmektedir ve bu durum dijital tükenmişliği tetiklemektedir (202). Nitekim bir başka çalışmada da, tükenmişlikte dijital araçların rolünün de olduğu sonucuna ulaşılmıştır (203).

Dijitalleşmenin hız kazanması ve yaşamın her alanına yansımalarıyla beraber, sürekli erişilebilir olma ve yoğun bilgi akışı bireylerde olumsuz etkilere yol açmaktadır (204). Hayatı kolaylaştıran, boş zaman aktivitesi olarak görülen, eğlenme ve dinlenme aracı olarak kullanılan dijital araçlar, aşırı kullanımda stres ve kaygı gibi durumları tetikleyerek dijital tükenmişlik gibi bir kavramın oluşmasına da kaynaklık etmektedir (205, 206). Dijital tükenmişlik genellikle dijital araçlarla uzun süre vakit geçirme sonucu oluşmaktadır. Uzun ve yoğun dijital araç kullanma sonucu duyguları yönetme ve kontrol etmede zorluk, duyarsızlaşma, stres ve yorgunluk, kaygı, etrafa karşı ilgilerin azalması gibi durumlar dijital tükenmişliğe zemin hazırlamaktadır (16, 207, 208). Özellikle yaşamın erken yıllarından itibaren dijital oyunlar oynama, televizyon programları izleme ve akıllı telefon kullanma gibi aktiviteler ile dijital bir dünyada yaşama, dijital bağımlılığı ve beraberinde dijital tükenmişliği getirmektedir (209).

Dijital tükenmişlik, bireylerde yavaş gelişim göstermektedir ve bu yüzden çoğu zaman fark edilmemektedir. Genel tükenmişliğe benzer belirtiler gösterse de, tükenmişliğe sebep olan kaynak bakımından dijital tükenmişlik kavramı genel tükenmişlik kavramından ayrı ele alınmaktadır. Nitekim, genel tükenmişlik durumunda iş yaşamı ya da farklı durumlar tükenmişliğe sebep olurken; dijital tükenmişlikte birincil kaynak dijital araçların uzun süreli ve aşırı kullanımı olarak görülmektedir (210). Johs (211) tarafından belirtilen dijital tükenmişlik göstergeleri şekil 2.6’da yer almaktadır.



Şekil 2.6. Dijital Tükenmişlik Göstergeleri (211).

Yaşamın neredeyse her alanında dijital araçların kullanımı söz konusu olduğundan, dijital yaşamdan uzak kalmak mümkün gözükmemektedir. Dolayısıyla dijital araçları kullanım biçimini yönetmek ve kontrollü olmak, dijital araç kullanımından doğabilecek sorunları minimize etmede önemli görülmektedir. Dijital araç kullanımına alternatif aktiviteler oluşturmak, dijital araç kullanımında kontrollü davranmak, dijital araçlarla uzun vakit geçirdikten sonra dinlenme ve egzersiz gibi aktivitelere yönelmek, dijital araçları yaşamın merkezine koymak yerine yaşamı kolaylaştıran bir aracı olarak görmek dijital tükenmişliğe karşı alınabilecek önlemler arasında yer almaktadır (205).

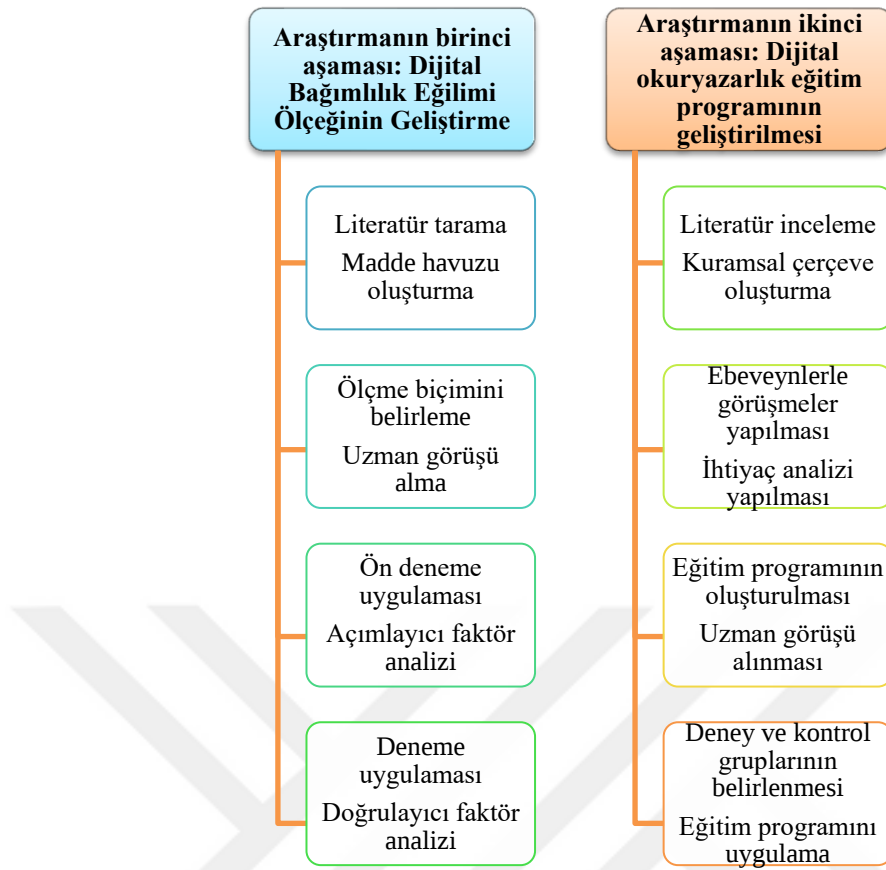
3. MATERYAL VE METOT

Bu çalışmada, dijital okuryazarlık programının bebeklerle dijital bağımlılık eğilimine ve ebeveynlerde dijital tükenmişliğe etkisinin incelenmesi hedeflenmiştir. Dijital okuryazarlık programının etkililiğini incelemek amacıyla programı uygulamadan önce ön test, 12 oturumluk program uygulamasından sonra son test ve son testten iki hafta sonra ise kalıcılık testi uygulanmıştır. Bu bölümde; araştırmanın modeli, evren ve örnekleme, araştırmanın yapıldığı yer ve zaman, araştırmaya dahil edilme ve araştırmadan dışlanma kriterleri, veri toplama araçları, araştırmanın etik boyutu, sınırlılıklar ve verilerin analizi hakkında bilgiler yer almaktadır.

3.1. Araştırmanın Modeli

Dijital Okuryazarlık Programının bebeklerde dijital bağımlılık eğilimine ve ebeveynlerde dijital tükenmişliğe etkisinin incelendiği bu çalışma karma desen olarak tasarlanmıştır. Karma desen araştırmalarında nicel ve nitel verilerin birlikte kullanılması ön plana çıkmaktadır (212, 213). Nicel ve nitel verilerin sağladığı farklı bilgi türlerini bir arada değerlendirmek amacıyla karma araştırma modellerinden yakınsayan paralel karma yöntem modeli uygulanmıştır. Bu modelde ölçme araçlarından elde edilen nicel veriler ile birlikte, katılımcıların detaylı görüşlerini sunduğu nitel veriler de ele alınmaktadır (214). Araştırmanın nicel boyutunu; ön test, son test ve kalıcılık testi kontrol gruplu yarı deneysel desen oluşturmaktadır. Araştırmanın nitel boyutunda ise, ebeveynlere yönelik hazırlanan “Yarı Yapılandırılmış Görüşme Formu” uygulanarak ebeveyn görüşleri incelenmiştir.

İki aşamada planlanan çalışmanın ilk aşamasını ölçek geliştirme çalışması oluşturmaktadır. Bu çerçevede, “Bebekler İçin Dijital Bağımlılık Eğilimi Ölçeği” geliştirilmiştir. İkinci aşamada ise ebeveynlere yönelik hazırlanan Dijital Okuryazarlık programı uygulanmıştır. Çalışmanın aşamaları şekil 3.1’de yer almaktadır.



Şekil 3.1. Çalışmanın aşamaları

Deneyisel çalışmanın öncesinde ve Dijital Okuryazarlık Programının uygulanmasından sonra deney ve kontrol grubunda yer alan ebeveynlere, araştırmacı tarafından geliştirilen “Bebekler İçin Dijital Bağımlılık Eğilimi Ölçeği” ve “Dijital Tükenmişlik Ölçeği” öntest ve sontest olarak uygulanmıştır. Ebeveyn görüşlerinin nitel olarak incelenmesi amacıyla ebeveynlere yönelik hazırlanan “Yarı Yapılandırılmış Görüşme Formu” aracılığıyla ebeveynlerle görüşmeler yapılmıştır. Ek olarak, sontestten iki hafta sonra ise deney grubunda yer alan ebeveynlere kalıcılık testi uygulandıktan sonra elde edilen veriler uygun istatistiksel yöntemlerle değerlendirilmiştir.

3.2. Araştırmanın Yapıldığı Yer ve Zaman

Araştırma, 15 Nisan - 8 Temmuz 2023 tarihleri arasında Diyarbakır ilinde yaşayan, 6-36 aylık bebeği olan ebeveynler ile gerçekleştirilmiştir. Deney grubunda 25, kontrol grubunda 25 olmak üzere araştırmaya katılan 50 ebeveyn ile Anatolia Sanat merkezinde çalışmaya başlanmıştır. Ancak uygulama sürecinde eğitimi yarıda bırakan ve kendi isteğiyle ayrılan 10 katılımcıdan dolayı, deney grubunda 15 kişi, kontrol grubunda 25 kişi olmak üzere toplam 40 kişi ile çalışma tamamlanmıştır.

3.3. Araştırmanın Evren ve Örneklemi

Bu çalışmada; Dijital Okuryazarlık Programının bebeklerde dijital bağımlılık eğilimine ve ebeveynlerde dijital tükenmişliğe etkisi incelenmiştir. Araştırmanın evrenini, Diyarbakır il merkezinde yaşayan ve 6-36 aylık bebeği olan ebeveynler oluşturmaktadır. Örneklemde ise, seçkisiz olmayan örneklem türlerinden biri olan uygun örneklem yöntemi ile belirlenen 40 ebeveyn yer almaktadır. Çalışmaya gönüllü olarak katılan ve kolay ulaşılabilir kişilerden oluşan örneklem gruplarında uygun örneklem tercih edilmektedir (215). Bu doğrultuda sosyal medya araçları aracılığı ile çalışma hakkında duyuru yapılmıştır. Çalışma ile ilgili duyuruya geri dönüt veren ebeveynler ile görüşmeler gerçekleştirilerek araştırma hakkında gerekli bilgilendirmeler yapılmıştır ve çalışmaya katılmak isteyen ebeveynler örneklem grubuna dahil edilmiştir. Güç analizinde yapılacak çalışmaya benzer özellikte örneklem büyüklüğü %5 hata payı, çift yönlü önem düzeyinde, %95 güven aralığında %80 evreni temsil etme yeteneği (güç) ve çocuklarda internet oyun bağımlılığını deney öncesi 22.79 (standart sapma, 6.49) internet oyun bağımlılığı puanlarının 6 puan azalacağı varsayılarak her bir grup için 19 çocuk olarak hesaplanmıştır. Bu doğrultuda araştırmanın deney grubunda 25, kontrol grubunda 25 olmak üzere toplamda 50 ebeveyn ile çalışma başlamıştır. Ancak deney grubunda 10 katılımcının araştırmadan ayrılması sebebi ile deney grubunda 15, kontrol grubunda 25 ebeveyn olmak üzere 40 katılımcı ile çalışma tamamlanmıştır. Alan yazında da ön test, son test ve kalıcılık testi kontrol gruplu deneysel desen çalışmaları genellikle az sayıda denek ile gerçekleştirilmektedir (216, 217).

Tablo 3.1. Deney ve Kontrol Grubundaki Katılımcıların Demografik Özelliklerine İlişkin Frekans ve Yüzde Dağılımları

Demografik özellikler	Deney grubu: 15 ebeveyn		Kontrol grubu: 25 ebeveyn	
	f	%	F	%
Anketi dolduran ebeveyn				
Anne	14	93.3	20	80.0
Baba	1	6.7	5	20.0
Bebeğin yaşı				
6-12 ay	-	-	6	24.0
13-18 ay	3	20.0	7	28.0
19-24 ay	3	20.0	4	16.0
25-30 ay	5	33.3	5	20.0
31-36 ay	4	26.7	3	12.0
Bebeğin cinsiyeti				
Kız	8	53.7	15	60.0
Erkek	7	46.7	10	40.0
Ebeveyn yaşı				

18-25	1	6.7	2	8.0
26-30	5	33.3	5	20.0
31-35	4	26.7	12	48.0
36-40	4	26.7	5	20.0
41 yaş ve üstü	1	6.7	1	4.0
Çocuk sayısı				
Tek çocuk	4	26.7	18	72.0
İki çocuk	8	53.3	5	20.0
Üç çocuk	3	20.0	2	8.0
Eğitim düzeyi				
Lise mezunu	4	26.6	4	16.0
Ön lisans mezunu	1	6.7	2	8.0
Lisans mezunu	10	66.7	16	64.0
Lisansüstü eğitim mezunu	-	-	3	12.0
Sosyoekonomik düzey				
Gelirim giderimden az	6	40.0	4	16.0
Gelirim giderime denk	7	46.7	13	52.0
Gelirim giderimden fazla	2	13.3	8	32.0
Anne çalışma durumu				
Çalışıyor	7	46.7	16	35.6
Çalışmıyor	8	53.3	9	20.0
Baba çalışma durumu				
Çalışıyor	15	100.0	24	96.0
Çalışmıyor	-	-	1	4.0
Toplam	15	100.0	25	100.0

Deney ve kontrol grubunda yer alan katılımcılara ait demografik bilgiler incelendiğinde; deney grubunda 14 anne 1 baba, kontrol grubunda ise 20 anne ve 5 babanın yer aldığı görülmektedir. Deney grubunda yer alan ebeveynlerin bebeklerinin yaşına bakıldığında; 13-18 aylık bebeği olan 3 ebeveyn, 19-24 aylık bebeği olan 3 ebeveyn, 25-30 aylık bebeği olan 5 ebeveyn, 31-36 aylık bebeği olan 4 ebeveyn bulunmaktadır. Kontrol grubunda ise; 6 ebeveynin 6-12 aylık bebeği olduğu, 7 ebeveynin 13-18 aylık bebeği olduğu, 4 ebeveynin 19-24 aylık bebeği olduğu, 5 ebeveynin 25-30 aylık bebeği olduğu, 3 ebeveynin ise 31-36 aylık bebeği olduğu görülmüştür. Araştırmada yer alan ebeveynlerin bebeklerinin cinsiyetine bakıldığında; deney grubunda 8 kız 7 erkek, kontrol grubunda ise 15 kız 10 erkek bebeğin olduğu sonucuna ulaşılmıştır. Deney grubunda yer alan ebeveynlerden 18-25 yaş aralığında 1, 26-30 yaş aralığında 5, 31-35 yaş aralığında 4, 36-40 yaş aralığında 4, 41 yaş ve üstünde ise 1 kişi çalışmaya katılmıştır. Kontrol grubuna bakıldığında; 18-25 yaş aralığında 2, 26-30 yaş aralığında 5, 31-35 yaş aralığında 12, 36-40 yaş aralığında 5, 41 yaş ve üstünde ise 1 kişi çalışmaya katılmıştır. Çocuk sayısına bakıldığında; deney grubunda tek çocuğu olan 4 ebeveyn bulunurken, kontrol grubunda 18 ebeveyn bulunmaktadır. İki çocuğu olan ebeveynlerde ise deney grubunda 8, kontrol grubunda 5 ebeveyn yer

almıştır. Deney grubunda yer alan 3 ebeveynin 3 çocuğu olduğu, kontrol grubunda ise 2 ebeveynin 3 çocuk sahibi olduğu görülmektedir. Deney ve kontrol grubunda lise mezunu 4 ebeveyn yer alırken; deney grubunda ön lisan mezunu 1, kontrol grubunda ise 2 ebeveyn bulunmaktadır. Deney grubunda 10 ebeveyn, kontrol grubunda da 16 ebeveyn lisans mezunu iken, kontrol grubunda yer alan 3 ebeveyn ise lisansüstü eğitim mezunudur. Sosyoekonomik düzey incelendiğinde; deney grubunda 6 ebeveyn gelirlerinin giderlerinden az olduğunu, kontrol grubunda ise 4 ebeveyn gelir düzeyinin gider düzeyinden daha az olduğunu belirtmiştir. Deney grubunda 7, kontrol grubunda 13 ebeveyn ise gelir ve gider düzeyinin denk olduğunu ifade etmiştir. Gelir düzeyinin gider düzeyinden fazla olduğunu belirten 2 ebeveyn deney grubunda yer alırken, 8 ebeveyn ise kontrol grubunda yer almıştır. Deney grubunda 7 anne çalışırken 8 anne çalışmadığını; kontrol grubunda ise 16 anne çalıştığını 9 anne ise çalışmadığını belirtmiştir. Son olarak baba çalışma durumları incelendiğinde deney grubunda yer alan tüm babaların çalıştığı, kontrol grubunda ise 24 babanın çalıştığı, 1 babanın çalışmadığı görülmüştür.

3.3.2. Araştırmaya Dahil Edilme Kriterleri

- 6-36 aylık bebeğe sahip olmak,
- En az ilkokul mezunu olmak,
- Dijital okuryazarlığa yönelik herhangi bir eğitim almamış olmak,
- Türkçe okuma ve yazma bilmek.

3.3.3. Araştırmadan Dışlanma Kriterleri

- 2 oturum ardarda eğitim programına katılmamak,
- Okuma ve yazma bilmemek,
- Daha önce dijital okuryazarlığa yönelik eğitim almış olmak.

3.4. Veri Toplama Araçları

Araştırmada, ebeveynlerin demografik özelliklerini belirlemek için araştırmacı tarafından hazırlanan Kişisel Bilgi Formu, bebeklerde dijital bağımlılık eğilimini değerlendirmek amacıyla araştırmacı tarafından geliştirilen Bebekler İçin Dijital Bağımlılık Eğilimi Ölçeği ve ebeveynlerde dijital tükenmişliği değerlendirebilmek amacıyla “Dijital Tükenmişlik Ölçeği” kullanılmıştır. Program uygulandıktan sonra, çalışmaya katılan ebeveynlerin görüşlerini incelemek için araştırmacı tarafından

hazırlanan “Yarı Yapılandırılmış Görüşme Formu” uygulanmıştır. Ayrıca araştırmaya katılan her ebeveyn için “aydınlatılmış onam” formu hazırlanarak; çalışmaya tamamen gönüllü katılımın esas olduğu, çalışmaya başladıktan sonra ayrılmak istedikleri anda ayrılacakları ve bu durumda kendilerine yönelik herhangi bir olumsuz tutum veya sonuç ile karşılaşmayacakları belirtilmiştir.

3.4.1. Kişisel Bilgi Formu

Araştırmanın çalışma grubunda yer alan 6-36 aylık bebeği olan ebeveynlere yönelik demografik özelliklerin belirlenebilmesi için araştırmacı tarafından hazırlanan Kişisel Bilgi Formu kullanılmıştır. Kişisel bilgi formunda; ebeveynlere yönelik yaş, çocuk sayısı, eğitim durumu, iş durumu, gelir düzeyi gibi sorular almaktadır.

3.4.2. Bebeklerde Dijital Bağımlılık Eğilimi Ölçeği

Ölçeğin Geliştirilme Süreci

Kuramın belirlenmesi

Ölçek geliştirme sürecinde kuramsal temellerin oluşturulması ve bu kuramsal temeller doğrultusunda ölçülmek istenen özelliklerin belirlenmesi büyük önem taşımaktadır. Özellikle ölçülmek istenen özelliklerin sınırlandırılabilmesi açısından kavramsal çerçevenin oluşturulması gerekmektedir. Bebekler için Dijital Bağımlılık Eğilimi Ölçeği geliştirilirken McQuail ve Windahl tarafından (218) ortaya atılan Kullanımlar ve Doyumlar kuramı temel alınmıştır. Bu kurama göre, kitle iletişim araçlarını kullanan bireyler pasif konumda değildir ve medya araçlarını bilinçli olarak kullanmaktadır (219). Dijital araçların kullanımı ile eğlenme, bilgilenme, boş vakit geçirme, stresten uzaklaşma, rahatlama ve sosyalleşme gibi alanlarda doyuma ulaşan bireyler; yazılı, görsel ve sesli iletişim imkanı ile bu ihtiyaçların giderilmesinde ve doyuma ulaşmada dijital araçları kullanmaktadır (220, 221). Doyuma ulaşma amacıyla kitle iletişim araçlarının, dolayısıyla da dijital araçların kullanımı beraberinde dijital bağımlılık kavramını da taşıdığından, Dijital Bağımlılık Eğilimi Ölçeği geliştirme sürecinde Kullanımlar ve Doyumlar kuramı referans alınmıştır.

Madde havuzunun oluşturulması

Araştırma kapsamında geliştirilmesi hedeflenen Bebekler İçin Dijital Bağımlılık Eğilimi Ölçeği (BİDBEÖ) için detaylı bir şekilde literatür taraması yapılarak madde havuzu oluşturulmuştur. Ardından istatistik, okul öncesi eğitimi, psikoloji, Türkçe eğitimi, bilişim teknolojileri ve çocuk gelişimi alanlarında çalışmalar yürüten 9

uzmandan görüş alınmıştır. İlk aşamada madde havuzunda toplamda 22 madde yer alırken, uzman görüşleri doğrultusunda revize edilmiştir ve son halinde madde sayısı 25 olarak belirlenmiştir.

Uzman Görüşünün Alınması

Bebeklerin dijital bağımlılığa yönelik eğilimini belirlemek amacıyla hazırlanan Bebekler İçin Dijital Bağımlılık Eğilimi Ölçeğinde yer alan 22 maddenin; kapsamı temsil etmesi, açık ve anlaşılır olması, amacına uygun olması açısından değerlendirilmesi amacıyla 8 akademisyen ve bir ölçme değerlendirme uzmanından uzman görüşü formları aracılığı ile görüş alınmıştır.

Uzman görüşme formunda, ölçekte yer alan maddelerin değerlendirilmesi için uzmanlardan formda yer alan ifadelerle “Uygun” ya da Uygun değil” şeklinde değerlendirme yapmaları istenmiştir. Uygun olmayan maddeler için veya önerilen değişiklikler için açıklama yapmaları da istenmiştir. Uzman görüşme formlarından elde edilen veriler doğrultusunda ölçekten 2 madde çıkarılmış ve 3 madde eklenmiş, 10 madde de dil ve anlaşılabilirlik açısından düzeltilmiştir. Ölçeğin son hali tekrar uzman görüşüne sunulmuş ve 25 madde ile ölçek son halini almıştır.

Ön Deneme Uygulaması

Uzmanlardan gelen öneriler ve değerlendirmelerden sonra 25 maddeden oluşan Dijital Bağımlılık Eğilimi Ölçeğinin son hali, ölçeğin doldurulma süresini belirlemek ve ölçeği dolduran bireyler tarafından anlaşılabilirliğini test etmek amacıyla 159 katılımcıya uygulanmıştır. Ölçek Google Formlar aracılığıyla katılımcılara gönderilmiştir. Uygulama tamamlandıktan sonra, ölçeği cevaplama süresinin ortalama 10-15 dakika olduğu ve ölçekte yer alan maddelerin anlaşılır olduğu saptanmıştır.

Çalışma Grubu

Ön Deneme Uygulaması

Ön deneme uygulamasında, ölçekte yer alan 25 maddenin ölçülmek istenen özellikleri ölçüp ölçmediğini ve ölçekteki alt boyut sayısını belirlemek için “Açımlayıcı Faktör Analizi” (AFA) yapılmıştır. Ölçek aracılığıyla toplanacak veri sayısının değişken sayısının 5 katı olması faktör analizi için ön koşul sayılmıştır. Alanyazında da faktör analizi yapabilmek için, ölçekten elde edilen veri sayısının değişken sayısının 5 katı olması gerektiği ifade edilmektedir (222). Deneme uygulaması için örneklem türü belirlenirken ölçülmesi hedeflenen özelliğin ranjını temsil eden bir örneklem grubu tercih edilmektedir (223). Dolayısıyla çok sayıda katılımcıya ulaşabilmek amacıyla uygun örnekleme ile örneklem grubu belirlenmiştir. Deneme uygulamasındaki

katılımcılarda heterojenliği elde edebilmek için, ebeveynlerin belirli özelliklere göre çeşitlendirilmesi sağlandıktan sonra veriler toplanmıştır.

Ayrıca çalışma grubunda heterojenliği sağlayabilmek amacıyla ebeveynler belirli özelliklerine göre çeşitlendirilerek veri toplanmıştır. Bu amaç doğrultusunda, Bebekler İçin Dijital Bağımlılık Eğilimi Ölçeği aracılığı ile deneme uygulamasına katılan 159 ebeveyn den veriler toplanmıştır. Çalışmada yer alan ebeveynlerin demografik özellikleri Tablo 3.2’de verilmiştir.

Tablo 3.2. Deneme uygulaması çalışma grubunun belirlendiği ebeveynlerin çeşitli demografik değişkenlerine ait frekans ve yüzde dağılımları

Değişken	Kategori	<i>f</i>	%
Ebeveyn	Anne	104	65.40
	Baba	55	34.60
Ebeveyn yaşı	18-25 yaş	13	8.2
	26-30 yaş	41	25.8
	31-35 yaş	56	35.2
	36-40 yaş	38	23.9
	41 yaş ve üstü	11	6.9
Çocuk sayısı	Tek çocuk	80	50.3
	İki çocuk	45	28.3
	Üç çocuk	25	15.7
	Dört çocuk ve üstü	9	5.7
Eğitim düzeyi	Okuryazar	7	4.4
	İlkokul mezunu	12	7.5
	Ortaokul mezunu	7	4.4
	Lise mezunu	28	17.6
	Lisans mezunu	81	50.9
	Lisansüstü eğitim mezunu	24	15.1
Gelir	Gelirim giderimden az	34	21.4
	Gelirim giderime denk	76	47.8
	Gelirim giderimden fazla	49	30.8
Meslek	Kamu çalışanı	74	46.5
	Özel sektör	45	28.3
	Çalışmıyor	40	25.2
Bebek Yaşı	6-12 ay	28	18.0
	13-18 ay	33	21.0
	19-24 ay	35	22.0
	25-30 ay	31	19.0

31-36 ay	32	20.0
Toplam	159	100

Tablo 3.2’de yer alan veriler incelendiğinde; ön demene uygulamasında 104 annenin ve 55 babanın yer aldığı görülmektedir. Ebeveynlerin büyük çoğunluğunun 31-35 yaş aralığında yer aldığı, iki çocuğa sahip olduğu, lisans mezunu oldukları, gelir durumunun gider durumuna denk olduğu, ebeveynlerin çoğunluğunun kamuda çalıştığı ve bebeklerinin 19-24 ay aralığında olduğu sonuçları elde edilmiştir.

Ölçeğe Ait Verilerin Analizi

Bebekler için dijital bağımlılık eğilimi ölçeği geliştirmek amacıyla 25 maddeden oluşan ölçeğin son hali 159 ebeveyne uygulanmıştır. Elde edilen veriler doğrultusunda ölçeğin faktör yapısını belirlemek amacıyla Açıklayıcı Faktör Analizi (AFA) uygulanmıştır. Bu doğrultuda verilerin faktör analizine uygun olup olmadığını test etmek için Kaiser-Meyer-Olkin (KMO) ve Barlett küresellik testi ile analizler gerçekleştirilmiştir. Ölçeğin son halinde, yapılan analizlerin güvenilirliğine vurgu yapmak için Cronbach Alpha (α) güvenilirlik katsayısı hesaplanarak 0,967 bulunmuştur.

Ölçeğe Ait Bulgular

Açıklayıcı Faktör Analizi (AFA)

Ön deneme uygulaması ve uzman görüşleri doğrultusunda ölçeğin son şekli 25 maddeden oluşmuştur. Ölçeğin son halinde 159 ebeveynin katılımıyla veriler toplanarak, yapı geçerliği için Açıklayıcı Faktör Analizi (AFA) uygulanmıştır. Ayrıca verilerin faktör analizine uygun olup olmadığını test etmek için Kaiser-Meyer-Olkin (KMO) ve Barlett küresellik testi ile analizler gerçekleştirilmiştir. Analizler sonucunda elde edilen bilgiler Tablo 3.3’te yer almaktadır.

Tablo 3.3. KMO ve Barlett Testi Sonuçları

Kaiser-Meyer-Olkin (KMO)		0.948
Barlett Testi	χ^2	3583.035
	sd	276
	p	0.000

Tablo 3.3 incelendiğinde, KMO değerinin 0,948 olduğu ve Barlett Testi’nin anlamlı olduğu yorumu yapılabilir ($\chi^2=3583.035$; $p=0.000 < 0.05$). KMO değerine

bakıldığında ise, ölçeğin faktör yapısını belirlemek açısından uygun olduğu görülmektedir. Alanyazın incelendiğinde de, faktör analizi yapılabilmesi için KMO değerinin 0.50 ya da üzerinde olması gerektiği vurgulanmaktadır (224). Barlett Küresellik Testi sonuçlarının anlamlı çıkması, ölçek maddelerinin birbiri ile ilişkili olduğuna ve veri matrisinin faktör analizi yapmaya uygun olduğuna işaret etmektedir. Bu sonuca ek olarak, Küresellik testinin anlamlı çıkması aynı zamanda verilerin normal dağılıma sahip olduğunu da göstermektedir (222).

Bebekler için Dijital Bağımlılık Eğilimi Ölçeğinde yer alan verilerin faktör analizi için uygun olduğu belirlendikten sonra AFA uygulanmıştır. Sonuçlar incelendiğinde, 3 faktörün oluştuğu ve özdeğerin de 1'in üstünde olduğu bulunmuştur. Faktör yükü incelemelerinde, faktör yükü 0.32'den düşük olan maddeler belirlenmiş ve bir madde ölçekten çıkarılmıştır (M12). Belirlenen madde ölçekten çıkarıldıktan sonra sınırlama yapılmadan faktör analizi tekrar edilmiştir. Faktör analizinden elde edilen bulgular sonucunda, faktörlerin özdeğer ve açıklanan varyans oranları Tablo 3.4'te yer almaktadır.

Tablo 3.4. Faktörlere Yönelik Özdeğer ve Varyans Oranları

Faktörler	Öz Değer	Açıklanan Varyans (%)
1	14.037	58.486
2	1.335	5.554
4	1.186	4.941

Tablo 3.4 incelendiğinde, birinci faktörün özdeğeri 14.037 olarak belirlenmiştir. Açıkladığı varyans ise %58.486'dır. Buna ek olarak, birinci faktörün özdeğeri, ikinci faktörün özdeğerinin 10 katıdır ($14.037/1.335=10.514$). Birinci faktörün diğer faktörlere göre özdeğerinin daha fazla olması ve açıkladığı varyansın %20'den fazla olması, ölçekte baskın bir faktör olduğuna vurgu yapmaktadır (225, 226). Bu sonuçtan yola çıkarak, ölçeğin tek faktörlü bir yapısının olduğu belirlenmiştir.

Son halinde 24 maddeden oluşan ve tek faktörlü olan Bebekler İçin Dijital Bağımlılık Eğilimi Ölçeğinin diğer maddelerindeki faktör yükü değeri ve açıklanan varyans oranı Tablo 3.5'te verilmiştir. Sonuçlar incelendiğinde, maddelerin tamamında faktör yük değeri 0.32'den büyük bulunmuştur ve genellikle faktör yük değerleri 0.463 ile 0.894 arasında yer almıştır. Analiz sonucunda belirlenen tek faktörlü yapının açıkladığı toplam varyans oranı ise %58.486 olarak saptanmıştır. Açıklanan toplam

varyans oranı %30'un üzerinde olması, özellikle duyuşsal özelliklerin ölçüldüğü tek faktörlü yapılarda kabul edilen bir varyans oranı olarak görülmektedir (222).

Tablo 3.5. BİDBÖ ölçeğinin Nihai Haline Ait Faktör Matrisi

Madde No	Maddeler	Faktör Yüğü
M1	1.Bebeğim, müdahalede bulunmadığım zaman dijital araçlarla uzun süre vakit geçirir.	.625
M2	2.Bebeğime yemek yedirirken dijital araçlarla oyalamadığım zaman yemek yemeyi istemez.	.463
M3	3.Dijital araçlardan video veya müzik açtığım zaman bebeğim daha rahat uykuya geçer.	.606
M4	4.Bebeğim günlük bakımı (banyo, alt temizleme vb.) sırasında dijital araçlarla sakinleşir.	.550
M5	5.Bebeğim dijital araçlarla vakit geçirmekten keyif alır.	.627
M6	6.Bebeğim dijital araçlarla oynanmasına izin verilmediğinde bağırır/öfkelenir.	.817
M7	7.Bebeğimin elinden dijital araçları aldığım da ağlar.	.885
M8	8.Bebeğim elindeki dijital aracı kapattığım da ağlar.	.894
M9	9.Bebeğim elindeki dijital aracı aldığım da zor sakinleşir.	.800
M10	10.Bebeğim elindeki dijital aracı kapattığım da zor sakinleşir.	.833
M11	11.Bebeğim dijital araçlar ile vakit geçirirken elinden aldığım da veya kapattığım da bağırır/öfkelenir.	.861
M13	13.Bebeğim dijital araçlar ile vakit geçirirken acıktığımın farkına varmaz.	.606
M14	14.Bebeğim dijital araçlar ile vakit geçirirken bizimle olan etkileşimi azalır.	.628
M15	15.Bebeğim bizimle vakit geçirmek yerine dijital araçlarla vakit geçirmeyi tercih eder.	.651
M16	16.Bebeğim çevresindeki çocuklarla oynamak yerine dijital araçlarla vakit geçirmeyi tercih eder.	.680
M17	17.Bebeğim çevresindeki oyuncaklarla oynamak yerine dijital araçlarla ilgilenmeyi tercih eder.	.735
M18	18.Bebeğim gerçek yaşam etkinliklerine göre, dijital araçlarla vakit geçirmekten daha fazla mutlu olur.	.688
M19	19.Bebeğim dijital araçlarla vakit geçirirken seslendiğim de dönüp bakmaz.	.637
M20	20.Bebeğim dijital araçlarla vakit geçirmediği zaman sıkılır.	.670
M21	21.Bebeğim her geçen gün, daha uzun süre dijital araçlarla vakit geçirmek ister.	.660
M22	22.Bebeğim dijital araçlarla vakit geçirmek istediğinde herhangi bir engellemeye maruz kalırsa öfkeli tepkiler verir.	.780
M23	23.Bebeğim dijital araçlar olmadan araçta veya otobüste yolculuk yaptığım da sıkılır/ağlar.	.603
M24	24.Evdeki dijital araçlar kapalı olduğunda bebeğim sürekli açmak ister ve dikkati sürekli dijital araçlardadır.	.674
M25	25.Bebeğim dışarı çıkmak veya parka gitmek yerine evde dijital araçlarla vakit geçirmek ister.	.582
Özdeğer		:14.037
Toplam açıklanan varyans		:%58.486

Deneme Uygulaması

Doğrulayıcı Faktör Analizi

Araştırma kapsamında AFA yapılarak faktör yapısı belirlenen ölçeğin bir başka veri setinde doğrulanmasını sağlamak amacıyla LISREL paket programı kullanılmıştır. Doğrulayıcı Faktör Analizi (DFA) ile verilerin ölçekte ortaya konan tek boyutlu faktör yapısını destekleyip desteklemediği belirlenmiştir. Ölçeğin 24 maddeden oluşan son hali 545 kişiye uygulanmıştır. Bu bağlamda öncelikle maddeler arasındaki korelasyonlar incelenmiş ve elde edilen sonuçlara göre 2 madde arasındaki korelasyonların yüksek çıkması sebebiyle bu maddeler ölçekten çıkarılmıştır. Ardından Doğrulayıcı Faktör Modeli uygulanarak faktör yükü 0.30'dan düşük olan maddeler de belirlenerek ölçekten çıkarılmıştır. En sonunda kalan 21 madde ile DFA yapılarak uyum iyiliği indeksleri bulunmuştur. Analizler sonucunda ortaya çıkan uyum iyiliği indeksleri Tablı 3.6'da verilmiştir.

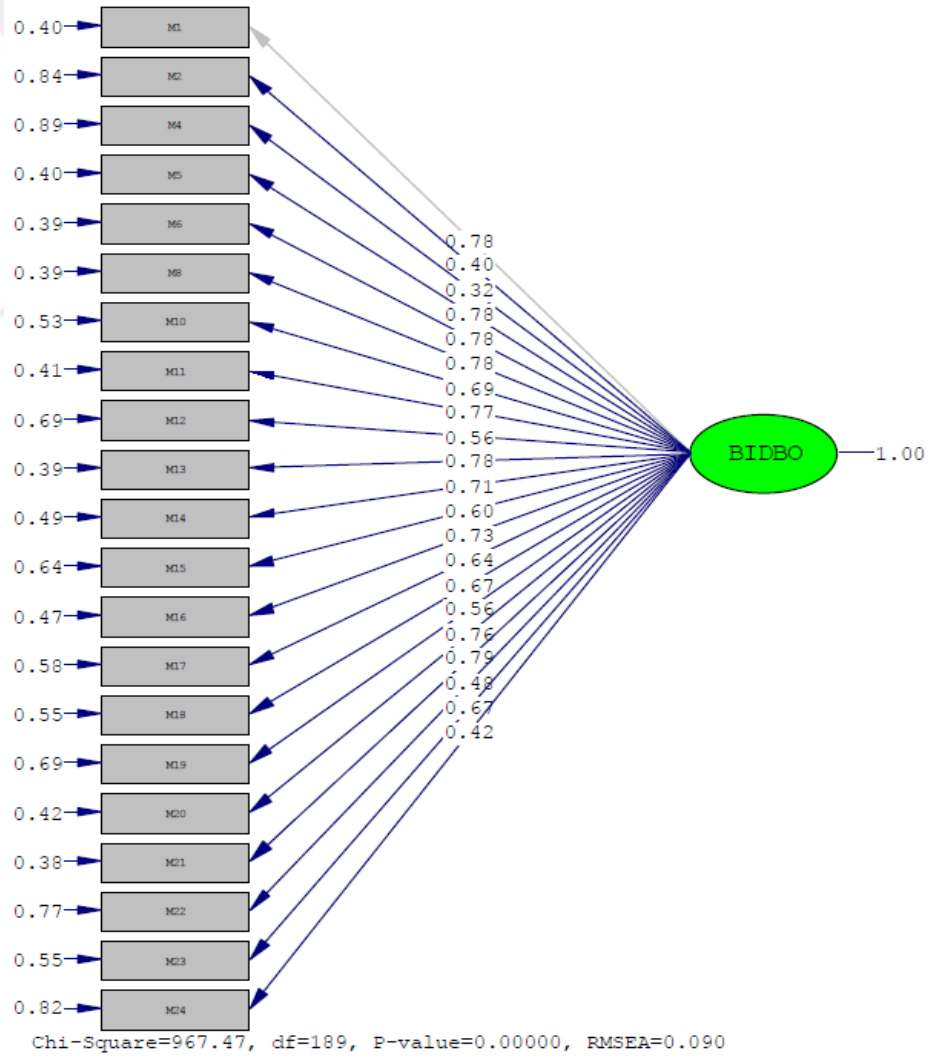
Tablo 3.6. Modele ait uyum iyiliği indeksleri.

Uyum İndeksleri	İyi Uyum	Kabul Edilebilir Uyum	Kestirimler
S-B χ^2 /sd	$0 \leq \chi^2/sd < 2$	$2 \leq \chi^2/sd \leq 5$	967.47/189=5.12
RMSEA(%90GA)	$0 \leq RMSEA < 0.05$	$0.05 \leq RMSEA \leq 0.10$	0.090 (0.085-0.096)
NNFI	$0.95 \leq NNFI \leq 1.00$	$0.90 \leq NNFI < 0.95$	0.96
NFI	$0.95 \leq NFI \leq 1.00$	$0.90 \leq NFI < 0.95$	0.95
CFI	$0.95 \leq CFI \leq 1.00$	$0.90 \leq CFI < 0.95$	0.96
GFI	$0.95 \leq GFI \leq 1.00$	$0.90 \leq GFI < 0.95$	0.99
AGFI	$0.95 \leq AGFI \leq 1.00$	$0.90 \leq AGFI < 0.95$	0.98
SRMR	$0 \leq SRMR < 0.05$	$0.05 \leq SRMR \leq 0.10$	0.061

Tablo 3.6 incelendiğinde, model de yer alan verilerin uyumuna karar vermek amacıyla X^2/df (967.47/189=5.12) oranı ile hesaplama yapılmıştır. Kay-kare testinin örneklemin büyüklüğünden etkilenmesi söz konusu olduğu için bu oran kullanılmıştır. Sonuçlar incelendiğinde, kabul edilebilir uyuma yakın derecede olduğu görülmektedir. Bu analizde yer alan uyum iyiliğinin yotumlanması için alternatif olarak kullanılacak indeksler de bulunmaktadır. Yaklaşık Hataların Ortalama Karekökü (RMSEA), Normlaştırılmış Uyum İndeksi (NFI), Karşılaştırmalı Uyum İndeksi (CFI) ve Düzenlenmiş Uyum İyiliği İndeksi (AGFI) gibi indeksler örnek olarak sayılabilir. Bu indeksler içerisinde RMSEA indeksi, 0.08 ya da altında olduğunda, diğer indekslerde de uyum indeksi .90 üzeri veya 1'e ne kadar yakın olursa uyumun da o kadar iyi olduğu yorumu yapılmaktadır. Dolayısıyla uyumun iyi olması, evren kovaryans matrisi ile üretilen kovaryans matrisi arasında farkın oldukça az olduğuna işaret etmektedir (227-

229). Yine Browne ve Cudeck'e (230) göre bahsedilen değerlere dâhil olarak NNFI değerinin 0.95 üzeri ve SRMR değerinin 0.05 ile 0.10 arasında yer alması gerekmektedir. Hu ve Bentler (231) tarafından da tavsiye edildiği için, bu araştırmada kesin (X^2 , RMSEA, GFI, AGFI) ve karşılaştırmalı (NFI, CFI) uyum indeksleri beraber uygulanmıştır. Tablo 5'te görüldüğü gibi, DFA sonuçlarının X^2/df (5.12) değerinin 5'e yakın olduğu, GFI, AGFI, NFI, NNFI ve CFI değerlerinin .90'ın üzerinde, RMSEA değerinin 0.10'un altında ve SRMR değerinin ise 0.05 ile 0.10 arasında yer aldığı saptanmıştır.

Tablo 3.5'te yer alan Doğrulayıcı Faktör Analizi sonuçları incelendiğinde modelde sonuç olarak Bebekler İçin Dijital Bağımlılık Eğilimi Ölçeği'nin doğrulandığı görülmektedir. Bebekler İçin Dijital Bağımlılık Eğilimi Ölçeği için standart çözümler Şekil 3.2'de yer almaktadır.



Şekil 3.2. Bebekler İçin Dijital Bağımlılık Eğilimi Ölçeği için standart çözümler.

Şekil 3.2 incelendiğinde Bebekler İçin Dijital Bağımlılık Eğilimi Ölçeği ‘ne ait maddelerin t değerlerinin manidar ve 0.30 değerinden büyük olması, ek olarak hata değerinin 0.90’dan daha az olması sebebiyle model içerisinde yer alması uygun görülmüştür. Ölçeğe ait Cronbach alfa kat sayısı 0.932 olarak hesaplanmıştır. Ölçekten alınabilecek en düşük puan 21, en yüksek puan ise 105’tir. Ölçekten alınan toplam puan arttıkça dijital bağımlılık eğilimi artmaktadır.

3.4.3. Dijital Tükenmişlik Ölçeği

Dijital Tükenmişlik Ölçeği Erten ve Özdemir (16) tarafından, dijital tükenmişlik düzeyini belirleyebilmek amacıyla 2020 yılında geliştirilmiştir. Ölçekte toplamda 24 madde ve “dijital yıpranma”, “dijital yoksunluk” ve “duygusal tükenme” olmak üzere 3 alt boyut yer almaktadır. Likert tipte hazırlanan ölçekte “5-Tamamen katılıyorum”, “4-Katılıyorum”, “3-Kısmen katılıyorum”, “2- Katılmıyorum”, “1-Hiç katılmıyorum” seçenekleri yer almaktadır. Cronbach Alpha katsayısı 0.946 bulunarak, madde içerikleri ve yapı geçerliliği açısından ölçeğin geçerli olduğu sonucuna ulaşılmıştır.

3.4.4. Yarı Yapılandırılmış Görüşme Formu

Araştırmacı tarafından hazırlanan Yarı Yapılandırılmış Görüşme Formu (EK-8), katılımcıların program hakkında değerlendirme yapmaları amacıyla 7 sorudan oluşmaktadır. Uzman görüşleri alınarak son hali oluşturulan Görüşme formunda şu ifadeler yer almaktadır:

1) Dijital okuryazarlık programının size katkısı oldu mu?

*Evet, katkısı oldu ()

*Biraz katkısı oldu ()

*Katkısı olmadı ()

Diğer görüşler:

2) Dijital okuryazarlık programının bebeğinizin gelişim sürecine katkısı oldu mu?

*Evet, katkısı oldu ()

*Biraz katkısı oldu ()

*Katkısı olmadı ()

Diğer görüşler:

3) Dijital okuryazarlık eğitim programından sonra dijital araçları kullanım biçiminiz değişiklik gösterdi mi?

*Evet, değişiklik oldu ()

*Biraz değişiklik oldu ()

*Hayır bir değişiklik olmadı ()

Diğer görüşler:

4) Dijital okuryazarlık eğitimi programından sonra bebeğinizin dijital araçlarla etkileşiminde bir değişiklik oldu mu?

*Evet, değişiklik oldu ()

*Biraz değişiklik oldu ()

*Hayır bir değişiklik olmadı ()

Diğer görüşler:

5) Eğitim programı hakkındaki görüşlerinizi yazınız.

6) Eğitim programında yer alan etkinlikler hakkındaki görüşlerinizi yazınız.

7) Eğitim programını uygulayan eğitimci hakkındaki görüşlerinizi yazınız.

3.4. Verilerin Toplanması

Araştırma verileri toplanmadan önce araştırmada kullanılacak ölçeklerden biri olan “Dijital Tükenmişlik Ölçeği” için gerekli izinler alınmıştır (EK-9). Ardından eğitim programının uygulama yeri için kurum yetkililerinden gerekli izinler alınmıştır (EK-3). Dijital okuryazarlık eğitim programına başlamadan önce ebeveynler ile 20-30 dakika süren görüşmeler gerçekleştirilmiş ve ön test formları uygulanmıştır. Ön testler uygulandıktan sonra deney grubunda yer alan ebeveynlere dijital okuryazarlık eğitim programı uygulanırken, kontrol grubunda yer alan ebeveynlere herhangi bir eğitim verilmemiştir.

Dijital okuryazarlık eğitim programı (EK-13), her bir oturum süresi 45 dakika olacak şekilde toplam 12 oturum şeklinde planlanmış ve uygulanmıştır. Araştırmacı, oturumlardan önce eğitim yeri ve eğitim materyalleri hazırlıklarını gerçekleştirerek eğitimden bir gün önce tüm katılımcıları bilgilendirmiştir. Eğitim sürecine ait örnek fotoğraflar EK-10’da yer almaktadır.

Dijital okuryazarlık eğitim programı tamamlandıktan sonra çalışmaya katılan ebeveynlere son test formları uygulanmıştır. Eğitim programı tamamlandıktan 2 hafta sonra ise kalıcılık testi verileri toplanmıştır.

3.6. Dijital Okuryazarlık Programı

Dijital Okuryazarlık Programı; en az ilkokul mezunu olan, daha önce dijital okuryazarlık eğitimi almamış, 6-36 aylık bebeği olan ebeveynlere yönelik hazırlanmış bir programdır. Dijital okuryazarlık programının ebeveynlerde dijital tükenmişliğe ve bebeklerde dijital bağımlılık eğilimine etkisinin incelenmesi amacıyla hazırlanmıştır. Bu amaç doğrultusunda aşağıdaki alt amaçlara ulaşılması planlanmaktadır:

- Dijital araç kullanımında doğru ve güvenilir bilgiye ulaşmak.
- Dijital araç kullanımında zaman sınırları belirlemek.
- Sosyal medya kullanımı hakkında bilgi sahibi olmak.
- Dijital araç kullanımında içeriğe dair riskleri fark edebilmek.
- Dijital bağımlılık hakkında farkındalık sahibi olmak.
- Bebeklik döneminde dijital araç kullanımının etkilerini açıklayabilmek.
- Bebeklerin beslenme sürecinde yaşanan zorluklar ve dijital araçların etkisini fark edebilmek.
- Bebeklerin uykuya geçme sürecinde yaşanan zorluklar ve dijital araçların etkisini fark edebilmek.
- Bebekleri sakinleştirirken yaşanan zorluklar ve dijital araçların etkisini fark edebilmek.
- Bebekleri gelişimsel olarak desteklerken yaşanan zorluklar ve dijital araçların etkisini fark edebilmek.

Birçok farklı tasarım doğrultusunda program hazırlanabilmektedir. Genel olarak incelendiğinde program tasarımları konu merkezli tasarım, öğrenen merkezli tasarım ve sorun merkezli tasarım olmak üzere üç gruba ayrılmaktadır. Konu merkezli program tasarımı genel olarak içerik ve bilginin kazandırılmasına odaklanmaktadır ve temelinde daimi ve esasi eğitim felsefeleri yer almaktadır (232, 233). Öğrenen merkezli tasarım incelendiğinde ise; öğrencilerin ilgi ve ihtiyaçlarına göre programın şekillenmesi, öğrencilerin kendini gerçekleştirme amacına hizmet edilmesi ve bu doğrultuda çevresel düzenlemelerin yapılması ön plana çıkmaktadır (234, 235). Öğrenen merkezli tasarımda bilgi, öğrencinin bakış açısıyla anlamlandırıldığı bir süreç ile elde edilmektedir (236, 237). Son olarak sorun merkezli tasarım modeli ele alındığında, bu modelde problem çözme becerilerinin geliştirilmesinin amaçlandığı görülmektedir. Gerek bireysel gerekse toplumsal sorunlar ele alınarak öğrencilerde problem çözmeye yönelik becerilerin geliştirilmesi söz konusudur (238, 239).

Bu çalışmada ebeveynlere yönelik dijital okuryazarlık programının hazırlanması amaçlanmıştır ve program öğrenen merkezli tasarım temeline dayanmaktadır. Öğrenen merkezli program tasarımı çocuk merkezli, yaşantı merkezli, radikal ve hümanist olmak üzere dört grupta ele alınmaktadır. Dijital okuryazarlık programı ebeveynlerin ilgi ve ihtiyaçları doğrultusunda hazırlandığı için, öğrenen merkezli tasarım modellerinden yaşantı merkezli tasarım esas alınmıştır. Ebeveynlerin bebeklerin erken dönemde dijital araçlarla vakit geçirmesi konusunda bilinçlenmesini ve farkındalık düzeylerinin artmasını temel alan Dijital okuryazarlık programı, Dijital Ebeveynlik kavramından yola çıkarak temellendirilmiştir. Dijital çağ olarak nitelendirilen 21. yüzyıl, internetin hayatın çeşitli alanlarında kullanımını temel insani bir ihtiyaç haline dönüştürmüştür (240). Bu durumun sonucu olarak dijital medyanın ailelerin günlük yaşamına dahil olması, ebeveynlik tarzlarını etkilemektedir ve dijital ebeveynlik kavramını gündeme getirmektedir (241). Dijital ebeveynlik, ebeveynlerin dijital medya ile olan ilişkilerini düzenleyen; dijital medyayı günlük faaliyetlerine ve ebeveynlik uygulamasına nasıl dahil ettiklerine vurgu yapan çok anlamlı bir kavram olarak ele alınmaktadır (242). Literatür incelendiğinde; ebeveynlerin çocuklarını koruma sorumluluğu, sosyal medya kullanımını izleme, dijital araç kullanımının olanakları ve riskleri hakkında farkındalık sahibi olma, bilgi kaynaklarına ulaşma, dijital araç kullanımında olumlu model teşkil etme gibi beceriler dijital ebeveynlik başlığı altında değerlendirilmektedir (170, 171, 174). Genel olarak yorumlandığında dijital ebeveynlik kavramı “dijital okuryazarlık”, “farkında olma”, “kontrol”, “etik”, ve “yenilikçilik” boyutlarından oluşmaktadır (175). Dijital okuryazarlık programı etkinlikleri, bu boyutların kazanımlarını da hedeflemektedir. Bu doğrultuda Dijital okuryazarlık boyutuna yönelik etkinlikler birinci, dokuzuncu ve onuncu hafta; farkında olma boyutuna yönelik etkinlikler üçüncü, dördüncü ve beşinci oturum; kontrol boyutuna yönelik etkinlikler altıncı ve sekizinci oturum; yenilikçilik boyutuna yönelik etkinlikler ikinci ve yedinci oturum; etik boyutuna yönelik etkinlikler üçüncü oturum etkinlikleri aracılığıyla sunulmuştur.

Ebeveynlerin, bebeklerin erken dönemde dijital araçlarla vakit geçirmesi konusunda bilinçlenmesini ve farkındalık düzeylerinin artmasını temel alan Dijital okuryazarlık programı, çocuğun çevresiyle olan etkileşiminin gelişim üzerindeki etkisini vurgulayan Brofenbrenner’ın biyoekolojik kuramı ile de temellendirilmiştir. Biyoekolojik model genel olarak çocuğun gelişim sürecinde doğrudan veya dolaylı etkili olan faktörleri katmanlar halinde ele alarak incelemektedir (243). Çocuğun gelişim sürecinde doğrudan etkili ögeler arasında yer alan ve çocuğu kuşatan ilk

katmanda yer alan aile, mikrosistem adı verilen bölümde yer almaktadır. Mikrosistemde yer alan aile; ebeveynlerin tutumları, aile içi iletişim özellikleri ve ebeveynlerin psikolojik durumları gibi durumlarla çocuğun gelişiminde doğrudan etkiye sahiptir (244). Dijital okuryazarlık programı ebeveynlere yönelik hazırlandığından dolayı, kuramsal temelini de biyoekolojik kuram oluşturmaktadır. Biyoekolojik kuram temeline ek olarak sorumluluk, doğruluk, dürüstlük, kurallara uyma ve empati gibi değerlerin kazandırılması da programın hedefleri arasında yer almaktadır.

6-36 aylık bebeği olan ebeveynler için hazırlanmış olan Dijital okuryazarlık programının ön hazırlık aşamasında ilk adımda ihtiyaç analizi yapılmıştır. Araştırmacı tarafından yarı yapılandırılmış görüşme formu (EK-12) hazırlanarak ihtiyaç analizi gerçekleştirilmiştir. Toplamda 20 ebeveyn ile yapılan görüşmelerden sonra elde edilen formlar içerik analizi tekniğiyle incelenmiştir. Katılımcıların güvenilirlik için %70 oranında problem durum belirtmesi gerekmektedir (245). Bu doğrultuda 20 ebeveyninden en az 14 ebeveynin problem bildirdiği durumlar program hazırlanırken esas alınmıştır. Programın amaçları ve kazanımları da belirlenen ihtiyaçlar doğrultusunda oluşturulmuştur.

Dijital okuryazarlık programı hazırlanırken daha önce uygulanmış olan dijital okuryazarlık programları, ebeveynlere yönelik hazırlanmış eğitim programları (EBADER, OBADER), çocukların dijital araçlarla ilişkisini incelemek amacıyla gerçekleştirilmiş olan akademik çalışmalar (tezler, makaleler ve kitaplar) incelenmiştir. Alan yazın incelendikten sonra ilgili literatürden yararlanılarak Dijital okuryazarlık programı taslağı hazırlanmıştır ve uzman görüşüne sunulmuştur. Çocuk gelişimi, okul öncesi eğitimi, eğitim bilimleri, bilişim teknolojileri ve psikoloji alanında çalışan 8 uzmandan gelen dönütler doğrultusunda programın son hali oluşturulmuştur. Programda yer alan oturumlara yönelik bilgiler şu şekildedir:

1. *Oturum:* Ebeveynlerle tanışma/Dijital okuryazarlık programının tanıtılması.
2. *Oturum:* Dijital okuryazarlık kavramı ve bebeklerin gelişiminde dijital araçların etkisi/“Sorguluyoruz” Etkinliği.
3. *Oturum:* Dijital araçlardan elde edilen bilgilerin güvenliği/Sosyal medyayı nasıl kullanıyoruz? etkinliği.
4. *Oturum:* Bebeklerin beslenme sürecinde yaşanan zorluklar/Youtube videosu mu? Kukla oyunu mu?
5. *Oturum:* Bebeklerin sakinleştirilmesinde yaşanan zorluklar/“Bebeklerin sakinleşme Serüveni”/“Ağlayan Bebeğe Ne Yapılmamalı?” etkinlikleri.

6. *Oturum:* Bebeklerin uykuya geçişinde yaşanan zorluklar/Bebeklerin uykuya geçiş sürecinde dijital araç kullanımı.
7. *Oturum:* Bebeklere gelişimsel destek sunarken yaşanan zorluklar/Bebeklere gelişimsel destek sunmada dijital araç kullanımı.
8. *Oturum:* Dijital araçlarla vakit geçirmede zaman kontrolü/Hikaye kitabı inceleme.
9. *Oturum:* Dijital araçların olumlu yönleri/Dijital araçların olumsuz yönleri/Dijital ayak izini öğreniyorum etkinliği.
10. *Oturum:* Dijital bağımlılık nedir?/Bebeklerde dijital bağımlılık eğilimi nasıl oluşur?
11. *Oturum:* Bebeklik döneminde dijital araçlara alternatifler/Tablet ve telefon yerine kitaplar, kuklalar ve oyuncaklar.
12. *Oturum:* Dijital okuryazarlık programının değerlendirilmesi ve sonlandırılması.

Eğitim programı uygulama sürecinde uygulama güvenilirliğini belirlemek için uygulama güvenilirliği formu oluşturulmuştur (EK-11). Uygulama güvenilirliği, eğitmenin uygulama sürecine uyup uymadığını değerlendirmek amacıyla gerçekleştirilmektedir. Eğitimci tarafından program uygulama sürecinde yapılması gerekenler belirlendikten sonra, bu davranışların sergilenme düzeyi alan uzmanları tarafından gözlemlenmektedir. Gözlemciler tarafından Evet/Hayır şeklinde form doldurularak değerlendirilir. Uygulama güvenilirliği için çocuk gelişimi uzmanı iki gözlemci tarafından uygulama güvenilirliği formu doldurulmuştur. Analiz sonucunda Dijital Okuryazarlık Programının uygulama aşamalarının %100 güvenilir olduğu sonucuna ulaşılmıştır.

3.7. Verilerin Analizi

Bu çalışmada Dijital okuryazarlık programının, katılımcıların BİDBEÖ ile DTÖ ölçekleri ve DTÖ ölçeğinin alt boyutlarından alınan puanlara etkisinin incelenmesi amaçlanmıştır. Belirlenen amaç doğrultusunda öntest, sontest, deney-kontrol gruplu desen oluşturulmuştur. Analiz için kullanılacak testlere karar vermeden önce deney ve kontrol grubunda yer alan katılımcıların puanlarının deneysel işlem öncesi ve sonrasındaki dağılımları incelenerek puan dağılımlarının homojenlik varsayımına uyup uymadığı ve normal dağılım gösterip göstermediği belirlenmiştir. Hem deney hem de kontrol grubunda normal dağılım gösterme durumunun incelenmesi için öntest, sontest ve kalıcılık testi puanlarının çarpıklık ve basıklık değerlerine bakılmıştır. Bu

katsayıların standart hatalarına oranının -1.96 ile +1.96 arasında olması, verilerin normal dağılım gösterdiğinin kanıtı olarak değerlendirilmiştir. Verilerin homojenlik varsayımını yorumlayabilmek için Levene testi uygulanmıştır. Test sonuçları analiz edildiğinde anlamlılık puanının 0.05'ten büyük olduğu, yani puanların varyansları arasında anlamlı bir fark olmadığı görülmüştür. Dolayısıyla varyansların homojenlik varsayımını sağladığı söylenebilmektedir. Verilerin normal dağılması ve varsayımların homojenliği sağlaması sebebiyle, deneysel işlemin etkisini değerlendirebilmek için öntest ve sontestler arasında grup içi, gruplararası ve ortak etkileri birlikte değerlendiren karışık desenler için iki faktörlü ANOVA uygulanmıştır. Öntestlerde deney ve kontrol grupları arasında anlamlı farklılık olduğu durumlarda ise öntest etkisini ortadan kaldırmak amacıyla ANCOVA analizi kullanılmıştır (246).

Tablo 3.7. Ölçeklerden elde edilen puanlara ait betimsel istatistikler

	Test	Grup	N	<u>X</u>	S. Sapma	Min.	Max.	Çarp.	Bas.
Dijital yıpranma	Deney	Öntest	15	30.40	7.37	21	43	0.75	-0.95
		Sontest	15	20.40	2.87	15	26	-0.13	0.05
		Kalıcılık	15	19.00	2.70	15	23	0.20	-1.07
	Kontrol	Öntest	25	27.40	8.57	13	41	-0.23	-0.97
		Sontest	25	26.56	8.85	12	45	0.13	-0.49
	Dijital yoksunluk	Deney	Öntest	15	15.00	4.75	6	23	0.14
Sontest			15	10.13	2.00	7	14	-0.09	-0.40
Kalıcılık			15	10.13	2.72	6	14	0.21	-1.21
Kontrol		Öntest	25	11.08	3.39	6	16	-0.32	-1.21
		Sontest	25	11.36	3.85	6	23	0.65	1.19
Duygusal tükenme		Deney	Öntest	15	14.53	4.29	7	22	-0.31
	Sontest		15	10.67	1.50	8	13	-0.52	-0.44
	Kalıcılık		15	10.47	2.29	7	14	0.40	-0.95
	Kontrol	Öntest	25	13.00	4.73	6	22	0.27	-0.64
		Sontest	25	14.44	5.05	7	28	0.85	0.85
	Dijital tükenim	Deney	Öntest	15	59.93	13.17	37	88	0.34
Sontest			15	41.20	4.31	33	48	-0.27	-0.35

Dijital bağımlılık eğilimi	Kontrol	Kalıcılık	15	39.60	6.09	31	50	0.19	-0.96
		Öntest	25	51.48	14.61	26	72	-0.40	-1.08
		Sontest	25	52.36	16.50	28	96	0.54	0.45
	Deney	Öntest	15	48.00	17.82	27	80	0.71	-0.69
		Sontest	15	33.07	9.28	21	52	0.59	-0.49
		Kalıcılık	15	31.40	8.80	21	49	0.80	-0.53
	Kontrol	Öntest	25	37.72	16.57	23	90	0.20	1.38
		Sontest	25	37.72	15.40	24	84	0.21	1.23
	Deney grubu: Çarpıklık standart hata: 0.580; Basıklık standart hata: 1.121								
Kontrolgrubu: Çarpıklık standart hata: 0.464; Basıklık standart hata: 0.902									

Tablo 3.7’de yer alan betimsel istatistikler incelendiğinde BİDBÖ ile DTÖ ölçekleri ve DTÖ ölçeğinin alt boyutlarından alınan puanlara ait dağılımların deney ve kontrol gruplarında normal olduğu tespit edilmiştir. Buradan hareketle deneysel işlem öncesinde deney ve kontrol gruplarında yer alan katılımcılara ait puanların istatistiksel olarak farklılık gösterip göstermediğinin incelenmesi için ilişkisiz örneklem için t testi uygulanmıştır. Deneysel işlemin etkililiğinin incelenmesi amacıyla ise iki faktörlü ANOVA yöntemi ile grup*ölçüm etkisinin istatistiksel olarak anlamlı farklılık gösterip göstermediği incelenmiştir. Deneysel işlemin kalıcılığını incelemek amacıyla ise sadece deney grubunda öntest, sontest ve kalıcılık puanlarının değişimi tekrarlı ölçümler için ANCOVA testi ile incelenmiştir.

3.8. Araştırmanın Etik Boyutu

Çalışmanın başlaması için öncelikle Dicle Üniversitesi Sosyal ve Beşeri Bilimler Etik Kurulu’ndan E-14679147-663.05-164741 numaralı etik kurul onayı (EK-2) alınmıştır. Araştırmada kullanılan “Dijital Tükenmişlik Ölçeği” kullanımı için araştırmacılardan Dr. Öğr. Üyesi Pınar ERTEN’e ulaşarak e-mail aracılığı ile ölçek kullanım izni alınmıştır (EK-9). Araştırmaya katılan ebeveynlere gerekli bilgilendirilmeler yapılarak, verilerin yalnızca araştırma amacıyla kullanılacağı, araştırmadan istedikleri zaman ayrılma hakkına sahip oldukları açıklanmıştır. Araştırmaya katılmayı kendi istekleriyle kabul eden ebeveynlere Aydınlatılmış onam formu verilerek onam alınmıştır (EK-4).

3.9. Araştırmanın Sınırlılıkları ve Genellenebilirliği

Araştırma, Diyarbakır il merkezinde yaşayan; 6-36 aylık bebeği olan, daha önce dijital okuryazarlık eğitimi almamış ve en az ilkokul mezunu olan ebeveynlerle sınırlıdır. Dolayısıyla araştırmanın sonuçları uygulama grubundaki katılımcılara genellenebilmektedir. Dijital okuryazarlık eğitim programı ebeveynlere yönelik bir program olmasına rağmen, araştırmada baba katılımcı sayısı sadece bir kişi olmuştur. Dolayısıyla katılımcılar içerisinde baba sayısının az olması sınırlılık olarak değerlendirilmiştir. Son olarak, çalışmaya 25 ebeveyn ile başlanmış ancak 15 ebeveyn ile çalışma tamamlanmıştır. Deney grubunda yer alan ebeveynlerde katılım oranının düşmesi de araştırmanın sınırlılıkları arasında yer almaktadır.



4. BULGULAR

4.1. Nicel verilere ait bulgular

4.1.1. Deneyssel İşlem Öncesine Yönelik Bulgular

Araştırma kapsamında, deney ve kontrol gruplarında yer alan katılımcıların BİDBEÖ ile DTÖ ölçekleri ve DTÖ ölçeğinin alt boyutlarından aldıkları öntest puanlarının deney ve kontrol grubuna göre farklılık gösterip göstermediğini incelemek amacıyla uygulanan İlişkisiz Örneklem t Testi sonuçları Tablo 4.1’de yer almaktadır.

Tablo 4.1. BİDBÖ ile DTÖ ölçekleri ve DTÖ ölçeğinin alt boyutlarına ait öntest puanlarının deney ve kontrol gruplarına göre farklılığının incelenmesine ilişkin t testi testi sonuçları.

T testi	Grup	N	Ortalama	df	t	p
Dijital yıpranma	Deney	15	30.4000	38	1.12	0.27
	Kontrol	25	27.4000			
Dijital yoksunluk	Kontrol	15	15.0000	38	3.04	0.00*
	Deney	25	11.0800			
Duygusal tükenme	Kontrol	15	14.5333	38	1.03	0.31
	Deney	25	13.0000			
Dijital tükenmişlik	Kontrol	15	59.9333	38	1.84	0.07
	Deney	25	51.4800			
Dijital bağımlılık	Kontrol	15	48.0000	38	1.85	0.07
	Deney	25	37.7200			

Tablo 4.1’de yer alan İlişkisiz Örneklem t Testi sonuçları incelendiğinde, deney ve kontrol gruplarında yer alan katılımcıların dijital yıpranma, duygusal tükenme, dijital tükenmişlik ve dijital bağımlılık öntest puanlarının istatistiksel olarak anlamlı bir farka sahip olmadığı görülmüştür ($p>0.05$). Bu sonuca göre; dijital yıpranma, duygusal tükenme, dijital tükenmişlik ve dijital bağımlılık öntest puanlarının, deney ve kontrol gruplarına göre benzer olduğu söylenebilir. Sonuç olarak, belirlenen özellikler doğrultusunda deney ve kontrol gruplarında yer alan katılımcıların benzer özelliklere sahip olduğu yorumu yapılabilir. Bu nedenle dijital yıpranma, duygusal tükenme, dijital tükenmişlik ve dijital bağımlılık puanları üzerinde deneyssel işlem etkisinin incelenmesi için ANOVA analizinin kullanılacağı söylenebilir. Ancak Tablo 8’de yer alan diğer bir İlişkisiz Örneklem t Testi sonucuna göre katılımcıların dijital yoksunluk boyutunda ön test puanları, deney ve kontrol gruplarına göre anlamlı bir farklılık göstermiştir ($p<0.05$). Bu sonuca göre, dijital yoksunluk boyutunun öntest puanları deney ve kontrol

grubunda benzerlik göstermemektedir. Bu doğrultuda, dijital yoksunluk bakımından deney ve kontrol gruplarının deneysel işlem öncesinde benzer olmadığı ve deneysel işlem etkisinin incelenmesi için ANOVA analizinin kullanılacağı söylenebilir.

4.1.2. Deneysel İşlemin Etkililiğine Yönelik Bulgular

Dijital yıpranma alt boyutuna ait bulgular

Araştırma kapsamında uygulanan Dijital Okuryazarlık Eğitim Programının deneysel işlemin dijital yıpranma alt boyutu puanları üzerindeki etkisini incelemek amacıyla uygulanan karışık ölçümler için ANOVA sonuçları Tablo 4.2’de yer almaktadır.

Tablo 4.2. Deney ve kontrol gruplarının dijital yıpranma alt boyutuna ait öntest ve sontestlerine ilişkin ANOVA analizi sonuçları.

Katılımcı	Varyans Kaynağı	KT	Sd	KO	F	p
Dijital yıpranma	Gruplararası					
	Grup (Deney -Kontrol)	46.81	1	46.81	0.47	0.49
	Hata	3752.68	38	98.76		
	Gruplarıçi					
	Ölçüm (Öntest-Sontest)	550.81	1	550.81	27.44	0.00*
	Grup*Ölçüm	393.31	1	393.31	19.60	0.00*
	Hata	762.68	38	20.10		

Tablo 4.2’de katılımcıların dijital yıpranma alt boyutuna ait puanları üzerinde uygulanan deneysel işlemin etkililiğinin incelenmesi amacıyla gerçekleştirilen analizler incelendiğinde, deney ve kontrol gruplarında öntest ve sontest faktörlerinin, dijital grup*ölçüm ortak etkisinin istatistiksel olarak anlamlı olduğu sonucuna ulaşılmıştır ($F_{\text{grup*ölçüm}(1-38)}=19.60$; $p=0.00$; $p<0.05$). Bu sonuçtan yola çıkarak uygulama sürecinde deneysel işlemin etkili olduğu, Dijital Okuryazarlık Eğitim Programı uygulamanın ve herhangi bir etkinlik uygulamamanın, katılımcıların dijital yıpranma puanları üzerinde farklı etkilere sahip olduğu görülmüştür. Dijital yıpranma puanlarına ait ortalama puanlardaki değişim dikkate alındığında ($\text{Deney}_{\text{sontest-öntest}}=-10$; $\text{Kontrol}_{\text{sontest-öntest}}=-0.84$), deney grubu katılımcıların dijital yıpranma puanlarındaki azalışının kontrol grubundaki katılımcılara göre daha fazla olduğu tespit edilmiştir. Diğer bir ifade ile bu bulgu Dijital okuryazarlık eğitim programının etkinliğinin, katılımcıların dijital yıpranma puanları üzerinde olumlu yönde etkiye sahip olduğu söylenebilir.

Deneysel işlem sürecinin kalıcılık düzeyini belirlemek için deney grubunda yer alan katılımcıların dijital yıpranma boyutunda öntest, sontest ve kalıcılık testinden elde

edilen puanlarına tekrarlı ölçümler için ANOVA uygulanmıştır. Elde edilen sonuçlar Tablo 4.3'te verilmiştir.

Tablo 4.3. Uygulanan deneysel işlemin dijital yıpranma puanları üzerindeki etkisinin kalıcılığına ilişkin sonuçlar.

Katılımcı	Varyans Kaynağı	KT	Sd	KO	F	p	Fark
Dijital yıpranma	Ölçüm	1159.60	2	579.80	29.71	0.00*	Kalıcılık, Sontest >
	Hata	546.40	28	19.51			Öntest

Tablo 4.3'te yer alan tekrarlı ölçümler için ANOVA sonuçları incelendiğinde deney grubunda yer alan katılımcıların dijital yıpranma öntest, sontest ve kalıcılık puanlarının istatistiksel olarak anlamlı farklılık gösterdiği tespit edilmiştir ($F_{\text{grup} \times \text{ölçüm}(2-28)} = 29.71$; $p = 0.00$; $p < 0.05$). Farkın kaynağını belirlemek amacıyla yapılan post hoc testi sonucuna göre farkın kaynağının kalıcılık ile öntest ve kalıcılık ile sontest puanları arasında olduğu, kalıcılık ve sontest puanlarının ise benzer olduğu sonucuna ulaşılmıştır. Bir başka ifadeyle katılımcılara uygulanan deneysel işlem, deneysel işlem süreci bittikten sonra da etkisini devam ettirmiştir.

Dijital yoksunluk alt boyutuna ait bulgular

Araştırma kapsamında uygulanan Dijital Okuryazarlık Eğitimi Programının deneysel işlemin dijital yıpranma alt boyutu puanları üzerindeki etkisini incelemek amacıyla uygulanan karışık ölçümler için ANOVA sonuçları Tablo 4.4'te yer almaktadır.

Tablo 4.4. Deney ve kontrol gruplarının dijital yoksunluk alt boyutuna ait öntest ve sontestlerine ilişkin ANOVA analizi sonuçları.

Katılımcı	Varyans Kaynağı	KT	Sd	KO	F	p
Dijital yoksunluk	Model	80.54	2	40.27	4.32	0.02*
	Öntest	66.43	1	66.43	7.12	0.01*
	Grup	48.64	1	48.64	5.22	0.03*
	Hata	345.10	37	9.33		

Tablo 4.4 incelendiğinde, deney ve kontrol gruplarının dijital yoksunluk boyutunda öntest puanları ile düzeltilmiş sontest puanları arasında anlamlı bir fark olduğu görülmektedir ($F(2;37) = 5.22$; $p = 0.03$; $p < 0.05$). Söz konusu farkın kaynağını saptamak için post hoc testi yapılmıştır. Elde edilen sonuçlara göre ikili karşılaştırmalar incelendiğinde, anlamlı farkın deney grubun lehine olduğu belirlenmiştir. Bu bulgu sonucunda, Dijital Okuryazarlık Eğitimi Programı uygulamalarının katılımcıların dijital yoksunluk puanlarını olumlu yönde etkilediğini yani azalttığı söylenebilir.

Deney grubuna uygulanan eğitim programının kalıcılığını test etmek için, katılımcıların dijital yoksunluk boyutunda öntest, sontest ve kalıcılık puanlarına ANOVA uygulanmıştır ve sonuçlar Tablo 4.5'te verilmiştir.

Tablo 4.5. Uygulanan deneysel işlemin dijital yoksunluk puanları üzerindeki etkisinin kalıcılığına ilişkin sonuçlar.

Katılımcı	Varyans Kaynağı	KT	Sd	KO	F	p	Fark
Dijital yoksunluk	Ölçüm	236.84	2	118.42	14.14	0.00*	Kalıcılık, Sontest < Öntest
	Hata	234.49	28	8.38			

Tablo 4.5'te yer alan tekrarlı ölçümler için ANOVA sonuçlarına bakıldığında deney grubunda yer alan katılımcıların dijital yoksunluk öntest, sontest ve kalıcılık puanlarının istatistiksel olarak anlamlı farklılık gösterdiği tespit edilmiştir ($F_{\text{grup} \times \text{ölçüm}(2-28)} = 14.14$; $p = 0.00$; $p < 0.05$). Söz konusu farkın kaynağını saptamak için post hoc testi yapılmıştır. Analiz sonucunda, farkın kaynağının kalıcılık ile öntest ve kalıcılık ile sontest puanları arasında olduğu, kalıcılık ve sontest puanlarının ise benzer olduğu sonucuna ulaşılmıştır. Bir başka ifadeyle katılımcılara uygulanan deneysel işlem, deneysel işlem süreci bittikten sonra da etkisini devam ettirmiştir.

Duygusal tükenme alt boyutuna ait bulgular

Araştırma kapsamında uygulanan Dijital Okuryazarlık Eğitim Programının deneysel işlemin duygusal tükenme alt boyutu puanları üzerindeki etkisini incelemek amacıyla uygulanan karışık ölçümler için ANOVA sonuçları Tablo 4.6'da yer almaktadır.

Tablo 4.6. Deney ve kontrol gruplarının duygusal tükenme alt boyutuna ait öntest ve sontestlerine ilişkin ANOVA analizi sonuçları.

Katılımcı	Varyans Kaynağı	KT	Sd	KO	F	p
Duygusal tükenme	Gruplararası					
	Grup (Deney -Kontrol)	23.52	1	23.52	0.76	0.39
	Hata	1184.28	38	31.17		
	Gruplarıçi					
	Ölçüm (Öntest-Sontest)	27.60	1	27.60	4.11	0.00*
	Grup*Ölçüm	132.00	1	132.00	19.68	0.00*
	Hata	254.95	38	6.71		

Tablo 4.6'da katılımcıların duygusal tükenme alt boyutuna ait puanları üzerinde uygulanan eğitim programının etkililiğinin incelenmesi için yapılan analizler incelendiğinde, deney ve kontrol gruplarında öntest ve sontestlerin puanlarında

katılımcıların duygusal tükenme boyutunda grup*ölçüm etkisinin anlamlı bir fark gösterdiği görülmüştür ($F_{\text{grup*ölçüm}(1-38)}=19.68$; $p=0.00$; $p<0.05$). Bu sonuç doğrultusunda, deneysel işlemin etkili olduğu, Dijital Okuryazarlık Programının etkinliği, uygulamanın ve herhangi bir etkinlik uygulamamanın, katılımcıların duygusal tükenme puanları üzerinde farklı etkilere sahip olduğu ortaya çıkmıştır. Duygusal tükenme boyutunda puanlardaki değişim incelendiğinde ($\text{Deney}_{\text{sontest-öntest}}=-3.86$; $\text{Kontrol}_{\text{sontest-öntest}}=1.44$), deney grubu katılımcıların duygusal tükenme puanlarındaki azalışının kontrol grubundaki katılımcılara oranla daha fazla olduğu sonucuna ulaşılmıştır. Bu sonuç doğrultusunda Dijital Okuryazarlık Programının etkinliğinin, katılımcıların duygusal tükenme puanları üzerinde olumlu yönde etkiye sahip olduğu yorumu yapılabilir.

Deney grubuna uygulanan eğitim programının kalıcılığını test etmek için, katılımcıların dijital yoksunluk boyutunda öntest, sontest ve kalıcılık puanlarına ANOVA uygulanmıştır ve sonuçlar Tablo 4.7’de verilmiştir.

Tablo 4.7. Uygulanan deneysel işlemin duygusal tükenme puanları üzerindeki etkisinin kalıcılığına ilişkin sonuçlar.

Katılımcı	Varyans Kaynağı	KT	Sd	KO	F	p	Fark
Duygusal tükenme	Ölçüm	157.64	2	78.82	8.22	0.00*	Kalıcılık, Sontest
	Hata	268.36	28	9.58			> Öntest

Tablo 4.7’de yer alan tekrarlı ölçümler için ANOVA sonuçlarına bakıldığında deney grubunda yer alan katılımcıların duygusal tükenme öntest, sontest ve kalıcılık puanlarının istatistiksel olarak anlamlı farklılık gösterdiği tespit edilmiştir ($F_{\text{grup*ölçüm}(2-28)}=8.22$; $p=0.00$; $p<0.05$). Farkın kaynağını ortaya çıkarmak için yapılan post hoc testi sonucuna göre farkın kaynağının kalıcılık ile öntest ve kalıcılık ile sontest puanları arasında olduğu, kalıcılık ve sontest puanlarının ise benzer olduğu sonucuna ulaşılmıştır. Bir başka ifadeyle katılımcılara uygulanan deneysel işlem, deneysel işlem süreci bittikten sonra da etkisini devam ettirmiştir.

Dijital tükenmişlik toplam puanına ait bulgular

Araştırma kapsamında uygulanan Dijital Okuryazarlık Eğitiminin deneysel işlemin dijital tükenmişlik toplam puanları üzerindeki etkisini incelemek amacıyla uygulanan karışık ölçümler için ANOVA sonuçları Tablo 4.8’de yer almaktadır.

Tablo 4.8. Deney ve kontrol gruplarının dijital tükenmişlik toplam puanlarına ait öntest ve sontestlerine ilişkin ANOVA analizi sonuçları.

Katılımcı	Varyans Kaynağı	KT	Sd	KO	F	p
Duygusal tükenme toplam puan	Gruplararası					
	Grup (Deney -Kontrol)	34.34	1	23.52	0.11	0.75
	Hata	12126.55	38	319.12		
	Gruplarıçi					
	Ölçüm (Öntest-Sontest)	1494.10	1	1494.10	25.59	0.00*
	Grup*Ölçüm	1803.20	1	1803.20	30.88	0.00*
	Hata	2218.79	38	58.40		

Tablo 4.8’de katılımcıların dijital tükenmişlik toplam puanları üzerinde uygulanan eğitim programının etkisini belirlemek amacıyla yapılan analizler incelendiğinde, deney ve kontrol gruplarında öntest ve sontest faktörlerinin, çalışmaya katılan ebeveynlerin toplam puanları üzerindeki grup*ölçüm ortak etkisinin istatistiksel yorumlamada anlamlı sayılabileceği görülmektedir ($F_{\text{grup*ölçüm}(1-38)}=30.88$; $p=0.00$; $p<0.05$). Bu sonuçtan yola çıkarak, uygulanan eğitim programının etkili olduğu, Dijital okuryazarlık eğitimine dair etkinlik uygulamanın ve herhangi bir etkinlik uygulamamanın, katılımcıların dijital tükenmişlik toplam puanları üzerinde farklı etkilere sahip olduğunu göstermiştir. Dijital tükenmişlik toplam puanlarının ortalama puanlardaki değişimine bakıldığında ($\text{Deney}_{\text{sontest-öntest}}=-18.73$; $\text{Kontrol}_{\text{sontest-öntest}}=-0.88$), deney grubu katılımcıların dijital tükenmişlik toplam puanlarındaki azalışının kontrol grubundaki katılımcılara oranla daha fazla olduğu görülmüştür. Dolayısıyla, Dijital Okuryazarlık Eğitim Programı etkinliğinin, katılımcıların dijital tükenmişlik toplam puanları üzerinde olumlu yönde etkiye sahip olduğu söylenebilir.

Deney grubuna uygulanan eğitim programının kalıcılığını test etmek için, katılımcıların dijital yoksunluk boyutunda öntest, sontest ve kalıcılık puanlarına ANOVA uygulanmıştır ve sonuçlar Tablo 4.9’da verilmiştir.

Tablo 4.9. Uygulanan deneysel işlemin dijital tükenmişlik toplam puanları üzerindeki etkisinin kalıcılığına ilişkin sonuçlar.

Katılımcı	Varyans Kaynağı	KT	Sd	KO	F	p	Fark
-----------	-----------------	----	----	----	---	---	------

Duygusal tükenme	Ölçüm Hata	3834.71 1601.96	2 28	1917.36 57.21	33.51 0.00*	Kalıcılık, Sontest > Öntest
-------------------------	-------------------	--------------------	---------	------------------	----------------	--------------------------------

Tablo 4.9’da yer alan tekrarlı ölçümler için ANOVA sonuçları incelendiğinde deney grubunda yer alan katılımcıların dijital tükenmişlik toplam öntest, sontest ve kalıcılık puanlarının istatistiksel olarak anlamlı farklılık gösterdiği tespit edilmiştir ($F_{\text{grup} \times \text{ölçüm}(2-28)}=33.51$; $p=0.00$; $p<0.05$). Farkın kaynağını belirlemek amacıyla yapılan post hoc testi sonucuna göre farkın kaynağının kalıcılık ile öntest ve kalıcılık ile sontest puanları arasında olduğu, kalıcılık ve sontest puanlarının ise benzer olduğu sonucuna ulaşılmıştır. Bir başka ifadeyle katılımcılara uygulanan deneysel işlem, deneysel işlem süreci bittikten sonra da etkisini devam ettirmiştir.

Dijital bağımlılık eğilimi toplam puanına ait bulgular

Araştırma kapsamında uygulanan Dijital Okuryazarlık Programı deneysel işlemin dijital bağımlılık eğilimi toplam puanları üzerindeki etkisini incelemek amacıyla uygulanan karışık ölçümler için ANOVA sonuçları Tablo 4.10’da yer almaktadır.

Tablo 4.10. Deney ve kontrol gruplarının dijital bağımlılık eğilimi toplam puanlarına ait öntest ve sontestlerine ilişkin ANOVA analizi sonuçları.

Katılımcı	Varyans Kaynağı	KT	Sd	KO	F	p
Duygusal tükenme	Gruplararası					
	Grup (Deney -Kontrol)	148.40	1	148.40	0.34	0.57
	Hata	16738.55	38	440.49		
	Gruplarıçi					
	Ölçüm (Öntest-Sontest)	1045.33	1	1045.33	33.03	0.00*
	Grup*Ölçüm	1045.33	1	1045.33	33.03	0.00*
	Hata	1202.47	38	31.64		

Tablo 4.10’da katılımcıların dijital bağımlılık eğilimi toplam puanları üzerinde, uygulanan eğitim programının etkisini değerlendirmek amacıyla yapılan analizlere bakıldığında, deney ve kontrol gruplarında öntest ve sontest faktörlerinin, uygulamada yer alan ebeveynlerin dijital bağımlılık eğilimi toplam puanlarında grup*ölçüm ortak etkisinin istatistiksel olarak anlamlı olduğu saptanmıştır ($F_{\text{grup} \times \text{ölçüm}(1-38)}=33.03$; $p=0.00$; $p<0.05$). Bu sonuca göre deneysel işlemin etkili olduğu, Dijital okuryazarlık Programı etkinliğini uygulamanın ve herhangi bir etkinlik uygulamamanın, katılımcıların dijital bağımlılık eğilimi toplam puanları üzerinde farklı etkilere sahip olduğunu göstermiştir. Dijital bağımlılık eğilimi toplam puanlarındaki değişim incelendiğinde ($\text{Deney}_{\text{sontest-öntest}}=-14.93$; $\text{Kontrol}_{\text{sontest-öntest}}=0.00$), deney grubu katılımcıların dijital bağımlılık

eğilimi toplam puanlarındaki azalışının kontrol grubundaki katılımcılara oranla daha fazla olduğu görülmüştür. Bu sonuca göre, Dijital Okuryazarlık Programı etkinliğinin, katılımcıların dijital bağımlılık eğilimi toplam puanları üzerinde olumlu yönde etkiye sahip olduğu söylenebilir.

Deney grubuna uygulanan eğitim programının kalıcılığını test etmek için, katılımcıların dijital yoksunluk boyutunda öntest, sontest ve kalıcılık puanlarına ANOVA uygulanmıştır ve sonuçlar Tablo 4.11’de verilmiştir.

Tablo 4.11. Uygulanan deneysel işlemin dijital bağımlılık eğilimi toplam puanları üzerindeki etkisinin kalıcılığına ilişkin sonuçlar.

Katılımcı	Varyans Kaynağı	KT	Sd	KO	F	p	Fark
Duygusal tükenme	Ölçüm	2506.71	2	1253.36	40.68	0.00*	Kalıcılık>Sontest >
	Hata	862.62	28	30.81			Öntest

Tablo 4.11’de yer alan tekrarlı ölçümler için ANOVA sonuçları incelendiğinde deney grubunda yer alan katılımcıların dijital bağımlılık eğilimi toplam öntest, sontest ve kalıcılık puanlarının istatistiksel olarak anlamlı farklılık gösterdiği tespit edilmiştir ($F_{\text{grup} \times \text{ölçüm}(2-28)}=33.51$; $p=0.00$; $p<0.05$). Farkın kaynağını belirlemek amacıyla yapılan post hoc testi sonucuna göre farkın kaynağının kalıcılık ile öntest, kalıcılık ile sontest ve kalıcılık ile sontest puanlarının arasında olduğu ve puanların öntestten kalıcılığa doğru azaldığı sonucuna ulaşılmıştır. Bir başka ifadeyle katılımcılara uygulanan deneysel işlem, deneysel işlem süreci bittikten sonra da etkisini devam ettirmiştir.

4.2.Nitel verilere ait bulgular

Deney grubunda yer alan ebeveynlere son test formları uygulandıktan sonra, yarı yapılandırılmış görüşme formu aracılığıyla nitel veriler toplanmıştır. Nitel veriler araştırmacı tarafından betimsel istatistikle incelenmiş, temalar ve alt temalar oluşturularak veriler değerlendirilmiştir. Yarı yapılandırılmış görüşme formlarından elde edilen verilere yönelik bilgiler ve örnek cümleler aşağıda verilmiştir.

Tablo 4.12. Yarı yapılandırılmış görüşme formundan elde edilen veriler

Sorular	Evet	Biraz	Hayır
Dijital okuryazarlık programının size katkısı oldu mu?	15	-	-
Dijital okuryazarlık programının bebeğinizin gelişim sürecine katkısı oldu mu?	12	3	-
Dijital okuryazarlık eğitim programından sonra dijital araçları kullanım biçiminiz değişiklik gösterdi mi?	12	3	-
Dijital okuryazarlık eğitim programından sonra bebeğinizin dijital araçlarla etkileşiminde bir değişiklik oldu mu?	12	3	-

Deney grubunda yer alan ebeveynlere dijital okuryazarlık programının katkısı sorulmuş ve çalışmada yer alan tüm ebeveynler programın katkı sağladığını belirtmiştir. Buna ek olarak çalışmaya katılan ebeveynlerin büyük çoğunluğu dijital araç kullanımında değişiklikler olduğunu, dijital okuryazarlık programının bebeklerinin gelişim sürecine katkı sağladığını ve dijital okuryazarlık programından sonra bebeklerinin dijital araçlarla etkileşiminde değişiklikler olduğunu belirtmişlerdir.

Dijital okuryazarlık programının değerlendirilmesinde katılımcılardan örnek cümleler şu şekildedir:

“K1: Program dijital araçların hangi durumlarda ne sıklıkla kullanılacağına dair katkı sağladı bebeğime çoğu zaman yemek yedirirken ya da kişisel bakımını yaptırırken veya sakinleştiremediğim durumlarda ekran vermek yerine daha farklı alternatifler ve oyunlarla desteklememi öğretti. Çocukların ekranla kaç yaşında tanışacağını ve ne sıklıkla kullanacağına dair çok şey öğrendim ve uyguluyorum”

“K8: Dijital araçlarla sıkıntı yaşayan her ebeveynin katılması gereken programdı . Eğlenerek öğrendik hep birlikte.”

“K9: Dijital okuryazarlığın tanımını öğrendim. Dijital okuryazarlığın faydalı yönlerini kendimde ve çocuklarımda uygulamaya başladım.”

Dijital okuryazarlık eğitim programı içeriğinde yer alan etkinlikler hakkında katılımcı görüşü için örnek cümle aşağıda yer almaktadır.

“K5: Etkinlikler öncelikle çocukların çok eğlenmesine neden oldu ve birçok şey öğrendiler mesela kızım kitap okuma alışkanlığı kazandı parmak kuklalarla oyunlar oynamayı öğrendi gibi birçok anlamda çocukları iyi yönde destekledi”

“K12: Etkinlikler oldukça anlaşılır ve etkiliydi. Katılmaktan büyük keyif aldım.”

5. TARTIŞMA

Dijital Okuryazarlık Programının bebeklerde dijital bağımlılık eğilimine ve ebeveynlerde dijital tükenmişliğe etkisini belirlemek amacıyla gerçekleştirilen araştırma sonucunda, ebeveynlerin dijital yıpranma, duygusal tükenme, dijital tükenmişlik ve bebeklerin dijital bağımlılık eğilimi ön test puanlarının anlamlı bir şekilde farklılık göstermediği saptanmıştır. Dolayısıyla bu sonuçtan yola çıkarak, deney ve kontrol gruplarının deneysel işlemde önce benzer özellikler taşıdığı yorumu yapılabilmektedir. Ancak, dijital tükenmişliğin alt boyutlarından biri olan dijital yoksunluk alt boyutunda öntest puanlarının deney ve kontrol gruplarına göre istatistiksel olarak anlamlı bir farklılık gösterdiği tespit edilmiştir. Başka bir ifadeyle dijital yoksunluk öntest puanları deney ve kontrol gruplarına göre benzer değildir.

Dijital tükenmişlik alt boyutlarından biri olan Dijital yıpranma puanlarına ait ortalama puanlardaki değişim dikkate alındığında deney grubu katılımcıların dijital yıpranma puanlarındaki azalışının kontrol grubundaki katılımcılara göre daha fazla olduğu görülmüştür. Bu sonuca göre, Dijital okuryazarlık eğitim programının etkinliğinin, katılımcıların dijital yıpranma puanları üzerinde olumlu yönde etkiye sahip olduğu söylenebilir. Ebeveynlere yönelik hazırlanan dijital okuryazarlık programında, dijital araçların bilinçli kullanımı ve farkındalık oluşturma gibi hedeflerin olması bu sonucue etkilemiş olabilir. Nitekim eğitim programı uygulandığında, uygulama grubunda yer alan bireylerde anlamlı ve beklenen yönde değişikliklerin saptanması beklenmektedir (247). Dijital okuryazarlık programının etkili olması ve ebeveynlerin dijital okuryazarlık konusunda bilinçlenmesi ile birlikte dijital yıpranma düzeylerinin azalması beklenen bir sonuç olarak yorumlanabilir. Kontrol grubunda azalma görülmemesi sonucu, dijital araç kullanımının yoğunluğuna ve dijital okuryazarlık konusunda farkındalığın geliştirilmesi gerektiğini de düşündürebilir. Nitekim her geçen gün, dijital araçların erişimi ve kullanımı artmakta, her geçen gün daha fazla insan dijital yaşama karışmaktadır. TÜİK (248) verilerine göre Türkiye’de her on haneden sekizinde internet erişiminin bulunduğu, cep telefonu ve bilgisayar gibi dijital araçların kullanım oranlarının geçmişe göre önemli ölçüde arttığı ve artmaya devam ettiği sonucuna ulaşılmıştır. Dijital araçların aşırı kullanımı ise dijital tükenmişlik için önemli bir risk faktörü sayılmaktadır ve dijital tükenmişliğin oluşmasına zemin hazırlamaktadır (202).

Dijital tükenmişliğin alt boyutlarından olan dijital yoksunluk puanlarına bakıldığında, dijital okuryazarlık programının dijital yoksunluk puanlarını olumlu yönde etkilediği yani azalttığı görülmektedir. Dijital okuryazarlık becerilerinin gelişmesi ile beraber farkındalığın artması bu sonuç üzerinde etkili olabilir. Dijital okuryazarlık becerisi, dijital hayata tutunabilmek ve ayakta kalabilmek için önemli bir beceridir. Dijital okuryazarlık becerisi geliştirilmediğinde ve dijital araçlar bireylerin hayatını kontrol etmeye başladığında stres ve kaygı gibi olumsuz durumlar ortaya çıkmaktadır (205, 206). Bu durum, beraberinde tükenmişliği de tetiklemektedir. Dolayısıyla dijital okuryazarlığın geliştirilmesi, dijital araçların olumsuz etkilerini minimize etmede büyük bir role sahiptir. Dijital okuryazarlık ile ilgili yapılan çalışmalarda da; dijital okuryazarlık becerisine sahip olmanın öneminin günden güne arttığı ve artık bir gereklilik olarak görüldüğü ifade edilmiştir (249).

Duygusal tükenme puanlarına ait ortalama puanlardaki değişim dikkate alındığında, deney grubu katılımcıların duygusal tükenme puanlarındaki azalışının kontrol grubundaki katılımcılara göre daha fazla olduğu tespit edilmiştir. Diğer bir ifade ile Dijital Okuryazarlık Programı etkinliğinin, katılımcıların duygusal tükenme puanları üzerinde olumlu yönde etkiye sahip olduğu söylenebilir. Duygusal tükenme, genellikle kişilerin zaman ve güç gibi kaynaklarını dijital araçlara harcaması sonucu oluşmaktadır (250). Sosyal medya gibi dijital araçlarda uzun zaman geçiren bireyler, dijital ortamlarda karşılaştıkları içeriklerden etkilenecek ebeveynlik becerilerini, kendi fiziksel durumlarını sorgulamakta ve bu durum stres yaratarak tükenmişliğe yol açmaktadır (251). Dolayısıyla dijital araçlarla uzun vakit geçirme sonucu bireylerin dijital tükenmişliği artmaktadır. Dijital okuryazarlıkta ise bireylerin dijital araçların olumsuz etkilerinden kaçınabilmesi söz konusu olduğundan, dijital okuryazarlık programına katılan ebeveynlerin duygusal tükenme düzeyinde azalma görülmesi beklenen bir sonuçtur. Nitekim konuyla ilgili bir araştırmada da, bireyler dijital okuryazarlık aracılığı ile dijital medyanın olumlu etkilerinden faydalanırken, aynı zamanda dijital araçların olumsuz etkilerinin azaltılması da amaçlanmaktadır (252).

Araştırmada elde edilen bir diğer sonuç, Dijital Okuryazarlık eğitimine dair etkinlik uygulamanın ve herhangi bir etkinlik uygulamamanın, katılımcıların dijital tükenmişlik toplam puanları üzerinde farklı etkilere sahip olduğunu göstermiştir. Diğer bir ifade ile bu sonuç Dijital Okuryazarlık Eğitim Programı etkinliğinin, katılımcıların dijital tükenmişlik toplam puanları üzerinde olumlu yönde etkiye sahip olduğu söylenebilir. Bu sonuç, dijital araçlarla donatılmış bir çağda, bireylerin dijital

okuryazarlık becerilerine ihtiyaç duyduğunun önemli bir göstergesi olarak yorumlanabilir. Dijital araçlara yoğun maruz kalma sonucu psikolojik anlamda yıpranma etkisinin oluşması (253), buna ek olarak bir dijital yorgunluğun meydana gelmesi (254) dijital çağda yaşamının kaçınılmaz bir sonucu olarak görülmektedir. Bu durum, dijital okuryazarlık becerilerinin geliştirilmesi gerekliliğini desteklemektedir. Dijital okuryazarlığın da kapsadığı medya okuryazarlığı konusunda gerçekleştirilen bir çalışmada da; dijital araç kullanımında medya okuryazarlığı konusunda ebeveynlerin sınırlı bilgiye sahip olduğu (255, 256), medya okuryazarlığı konusunda eğitim programına katılan bireylerde programın olumlu etkilerinin gözlemlendiği (257) ve medya araçlarından gelen mesajları daha iyi anlayabildikleri sonucuna ulaşılmıştır (258). Dolayısıyla dijital okuryazarlığın olumlu etkisinin yanı sıra, dijital okuryazarlık becerisi geliştirilmediğinde olumsuz etkilerin olabileceği ve dijital tükenmişliğin de bu olumsuz sonuçlardan biri olarak ele alınması gerektiği söylenebilir.

Araştırmada elde edilen bir diğer sonuçta, deney grubunda yer alan katılımcıların dijital bağımlılık eğilimi toplam puanlarındaki azalışının kontrol grubundaki katılımcılara göre daha fazla olduğu tespit edilmiştir. Diğer bir ifade ile bu sonuca göre Dijital Okuryazarlık Programı etkinliğinin, katılımcıların çocuklarında dijital bağımlılık eğilimi toplam puanları üzerinde olumlu yönde etkiye sahip olduğu söylenebilir. Bu sonuca göre ebeveynlerin dijital okuryazarlık düzeyinin artmasıyla beraber, bebeklerde dijital bağımlılık eğiliminde azalma görüldüğü yorumu yapılabilir. Ebeveynlerin çocuklarının dijital araç kullanımına yönelik tutumları, dijital okuryazarlık ile ilişkili görülmektedir (259). Dijital okuryazarlık konusunda farkındalık kazanmış ebeveynler, çocukların dijital araç kullanım şeklini düzenleyerek dijital bağımlılık gelişmesinin önüne geçebilmektedir. Buna ek olarak, dijital araçların aile içi ilişkilerini etkilemesi, beraberinde ebeveynlerin dijital okuryazarlık becerisine sahip olma zorunluluğunu da gündeme getirmektedir (259). Dijital okuryazarlık programı ile farkındalık kazanan ebeveynler, kendi dijital araç kullanımlarını düzenleyerek çocukları için olumlu model olduğunda, dijital bağımlılık oluşma riskinin azalması söz konusu olabilir. Nitekim dijital ebeveynlik ile ilgili yürütülen bir çalışmada, ebeveynler çocukların model aldıklarını ve gözlem yoluyla ebeveyn davranışlarını taklit ettiklerini belirtmiştir (260). Dolayısıyla, ebeveynlerde dijital okuryazarlık düzeyinin artırılması, çocuklarda dijital bağımlılık oluşması riskini azaltmada önemli bir etken olarak değerlendirilmektedir.

Deney grubunda yer alan ebeveynlerin kalıcılık testi sonuçları incelendiğinde, katılımcılara uygulanan deneysel işlemin, deneysel işlem süreci bittikten sonra da

etkisini devam ettirdiği sonucuna ulaşılmıştır. Deney grubunda yer alan katılımcıların, yarı yapılandırılmış görüşme formu aracılığıyla program hakkındaki değerlendirmeleri göz önüne alındığında; programın katılımcıların ihtiyaçlarına yönelik olması, farkındalık kazanımını desteklemesi, ilgi çekici yeni bilgiler sunması Dijital okuryazarlık programının kalıcılığı üzerinde etkiye sahip olabilir. Buna ek olarak, ebeveynlerin bebeklerini gelişimsel açıdan desteklemek istemesi ve özellikle dijital araç kullanımının çok fazla olmaya başladığı dijital çağda çocuklarını dijital araçların olumsuz etkilerinden koruma isteği ile programa katılması da programın kalıcılığı üzerinde önemli bir etken olarak değerlendirilebilir.



6. SONUÇ VE ÖNERİLER

Dijital okuryazarlık programının bebeklerde dijital bağımlılık eğilimine ve ebeveynlerde dijital tükenmişliğe etkisini incelemek amacıyla gerçekleştirilen bu araştırmada elde edilen sonuçlara aşağıda yer verilmiştir.

Araştırmaya katılan ebeveynlerin dijital yıpranma, duygusal tükenme, dijital tükenmişlik ve dijital bağımlılık öntest puanlarının istatistiksel olarak anlamlı bir farka sahip olmadığı görülmüştür ($p>0.05$). Dolayısıyla dijital yıpranma, duygusal tükenme, dijital tükenmişlik ve dijital bağımlılık öntest puanlarının, deney ve kontrol gruplarına göre benzer olduğu sonucuna ulaşılmıştır.

Katılımcıların dijital yıpranma alt boyutuna ait puanları üzerinde uygulanan deneysel işlemin etkililiğinin incelenmesi amacıyla gerçekleştirilen analizler incelendiğinde, deney ve kontrol gruplarında öntest ve sontest faktörlerinin, dijital grup*ölçüm ortak etkisinin istatistiksel olarak anlamlı olduğu tespit edilmiştir. istatistiksel olarak anlamlı olduğu sonucuna ulaşılmıştır ($F_{\text{grup*ölçüm}(1-38)}=19.60$; $p=0.00$; $p<0.05$). Bu sonuçtan yola çıkarak uygulama sürecinde deneysel işlemin etkili olduğu, Dijital Okuryazarlık Eğitim Programı uygulamanın ve herhangi bir etkinlik uygulamamanın, katılımcıların dijital yıpranma puanları üzerinde farklı etkilere sahip olduğu görülmüştür. Dijital yıpranma puanlarına ait ortalama puanlardaki değişim dikkate alındığında ($\text{Deney}_{\text{sontest-öntest}}=-10$; $\text{Kontrol}_{\text{sontest-öntest}}=-0.84$), deney grubu katılımcıların dijital yıpranma puanlarındaki azalışının kontrol grubundaki katılımcılara göre daha fazla olduğu tespit edilmiştir.

Deney grubunda yer alan katılımcıların dijital yıpranma öntest, sontest ve kalıcılık puanlarının istatistiksel olarak anlamlı farklılık gösterdiği tespit edilmiştir ($F_{\text{grup*ölçüm}(2-28)}=29.71$; $p=0.00$; $p<0.05$).

Deney ve kontrol gruplarının dijital yoksunluk boyutunda öntest puanları ile düzeltilmiş sontest puanları arasında anlamlı bir fark olduğu görülmektedir ($F(2;37)=5.22$; $p=0.03$; $p<0.05$). Söz konusu farkın kaynağını saptamak için post hoc testi yapılmıştır. Elde edilen sonuçlara göre ikili karşılaştırmalar incelendiğinde, anlamlı farkın deney grubun lehine olduğu belirlenmiştir.

Deney grubunda yer alan katılımcıların dijital yoksunluk öntest, sontest ve kalıcılık puanlarının istatistiksel olarak anlamlı farklılık gösterdiği sonucuna

ulaşılmıştır. ($F_{\text{grup} \times \text{ölçüm}(2-28)}=14.14$; $p=0.00$; $p<0.05$). Farkın kaynağını belirlemek amacıyla yapılan post hoc testi sonucuna göre farkın kaynağının kalıcılık ile öntest ve kalıcılık ile sontest puanları arasında olduğu, kalıcılık ve sontest puanlarının ise benzer olduğu sonucuna ulaşılmıştır.

Katılımcıların duygusal tükenme alt boyutuna ait puanları üzerinde uygulanan eğitim programının etkililiğinin incelenmesi için yapılan analizler incelendiğinde, deney ve kontrol gruplarında öntest ve sontestlerin puanlarında katılımcıların duygusal tükenme boyutunda grup*ölçüm etkisinin anlamlı bir fark gösterdiği görülmüştür ($F_{\text{grup} \times \text{ölçüm}(1-38)}=19.68$; $p=0.00$; $p<0,05$). Bu sonuç doğrultusunda, deneysel işlemin etkili olduğu, Dijital Okuryazarlık Programının etkinliği, uygulamanın ve herhangi bir etkinlik uygulamamanın, katılımcıların duygusal tükenme puanları üzerinde farklı etkilere sahip olduğu ortaya çıkmıştır.

Deney grubunda yer alan katılımcıların duygusal tükenme öntest, sontest ve kalıcılık puanlarının istatistiksel olarak anlamlı farklılık gösterdiği tespit edilmiştir ($F_{\text{grup} \times \text{ölçüm}(2-28)}=8.22$; $p=0.00$; $p<0.05$). Farkın kaynağını belirlemek amacıyla yapılan analizlerin sonucuna göre farkın kaynağının kalıcılık ile öntest ve kalıcılık ile sontest puanları arasında olduğu, kalıcılık ve sontest puanlarının ise benzer olduğu sonucuna ulaşılmıştır. Bir başka ifadeyle katılımcılara uygulanan deneysel işlem, deneysel işlem süreci bittikten sonra da etkisini devam ettirmiştir.

Katılımcıların dijital tükenmişlik toplam puanları üzerinde uygulanan eğitim programının etkisini belirlemek amacıyla yapılan analizler incelendiğinde, deney ve kontrol gruplarında öntest ve sontest faktörlerinin, çalışmaya katılan ebeveynlerin toplam puanları üzerindeki grup*ölçüm ortak etkisinin istatistiksel yorumlamada anlamlı sayılabileceği görülmektedir ($F_{\text{grup} \times \text{ölçüm}(1-38)}=30.88$; $p=0.00$; $p<0.05$). Bu sonuçtan yola çıkarak, uygulanan eğitim programının etkili olduğu, Dijital okuryazarlık eğitimine dair etkinlik uygulamanın ve herhangi bir etkinlik uygulamamanın, katılımcıların dijital tükenmişlik toplam puanları üzerinde farklı etkilere sahip olduğunu göstermiştir.

Deney grubunda yer alan katılımcıların dijital tükenmişlik toplam öntest, sontest ve kalıcılık puanlarının istatistiksel olarak anlamlı farklılık gösterdiği tespit edilmiştir ($F_{\text{grup} \times \text{ölçüm}(2-28)}=33.51$; $p=0.00$; $p<0.05$). Farkın kaynağını belirlemek amacıyla yapılan analizlerin sonucuna göre farkın kaynağının kalıcılık ile öntest ve kalıcılık ile sontest puanları arasında olduğu, kalıcılık ve sontest puanlarının ise benzer olduğu sonucuna

ulaşılmıştır. Bir başka ifadeyle katılımcılara uygulanan deneysel işlem, deneysel işlem süreci bittikten sonra da etkisini devam ettirmiştir.

Katılımcıların dijital bağımlılık eğilimi toplam puanları üzerinde, uygulanan eğitim programının etkisini değerlendirmek amacıyla yapılan analizlere bakıldığında, deney ve kontrol gruplarında öntest ve sontest faktörlerinin, uygulamada yer alan ebeveynlerin dijital bağımlılık eğilimi toplam puanlarında grup*ölçüm ortak etkisinin istatistiksel olarak anlamlı olduğu saptanmıştır ($F_{\text{grup}*\text{ölçüm}(1-38)}=33.03$; $p=0.00$; $p<0.05$). Bu sonuca göre deneysel işlemin etkili olduğu, Dijital okuryazarlık Programı etkinliğini uygulamanın ve herhangi bir etkinlik uygulamamanın, katılımcıların dijital bağımlılık eğilimi toplam puanları üzerinde farklı etkilere sahip olduğunu göstermiştir.

Deney grubunda yer alan katılımcıların dijital bağımlılık eğilimi toplam öntest, sontest ve kalıcılık puanlarının istatistiksel olarak anlamlı farklılık gösterdiği tespit edilmiştir ($F_{\text{grup}*\text{ölçüm}(2-28)}=33.51$; $p=0.00$; $p<0.05$). Farkın kaynağını belirlemek amacıyla yapılan analiz sonuçlarına göre farkın kaynağının kalıcılık ile öntest, kalıcılık ile sontest ve kalıcılık ile sontest puanlarının arasında olduğu ve puanların öntestten kalıcılığa doğru azaldığı sonucuna ulaşılmıştır. Bir başka ifadeyle katılımcılara uygulanan deneysel işlem, deneysel işlem süreci bittikten sonra da etkisini devam ettirmiştir.

Deney grubunda yer alan ebeveynlere dijital okuryazarlık programının katkısı sorulmuş ve çalışmada yer alan tüm ebeveynler programın katkı sağladığını belirtmiştir. Buna ek olarak çalışmaya katılan ebeveynlerin büyük çoğunluğu dijital araç kullanımında değişiklikler olduğunu, dijital okuryazarlık programının bebeklerinin gelişim sürecine katkı sağladığını ve dijital okuryazarlık programından sonra bebeklerinin dijital araçlarla etkileşiminde değişiklikler olduğunu belirtmişlerdir.

Katılımcılardan her oturumdan sonra istenen etkinlik sonu değerlendirme formlarından bazı örnek cümlelere yer verilmiştir. Ebeveynlerden oturuma katılmadan önceki bilgi düzeyi ile oturuma katıldıktan sonraki bilgi düzeyi arasında değerlendirme yapmaları istenmiştir. Dijital okuryazarlık oturumuna katılmadan önce ebeveynler Dijital okuryazarlık kavramını ilk kez duyduğunu, bebeklik döneminde dijital araç kullanımı konusunda kısıtlı bilgiye sahip olduklarını, yemek yedirirken veya bebeğin sakinleşip vakit geçirmesini sağlamak amacıyla dijital araç kullandıklarını ifade etmişlerdir. Oturum sonrasında değerlendirmeler incelendiğinde ise; dijital araçlar aracılığıyla doğru bilgiye erişim konusunda farkındalık geliştirdiklerini, dijital araçların bebeklerin gelişim sürecindeki etkisine dair farkındalık kazandıklarını, bebekler için dijital araçlar yerine alternatif etkinlik ve oyun içerikleri öğrendiklerini belirtmişlerdir.

Araştırmadan elde edilen sonuçlar doğrultusunda araştırmacılara, eğitimciler ve ailelere şu öneriler verilebilir;

- Araştırma sonucunda Dijital okuryazarlık programının bebeklerde dijital bağımlılık eğilimine ve ebeveynlerde dijital tükenmişliğe etkisi dikkate alınarak, daha çok aileye dijital okuryazarlık konusunda uzmanlar tarafından aile eğitimleri verilebilir ve seminerler düzenlenebilir.
- Dijital okuryazarlık programı ebeveynlere yönelik hazırlanmıştır ancak katılımcıların büyük çoğunluğu annelerden oluşmuştur. Babaların da katılımcı olarak yer aldığı yeni çalışmalar yürütülebilir.
- Bu çalışma Diyarbakır il merkezinde yaşayan ve 6-36 aylık bebeği olan ebeveynlerle yürütülmüştür. Farklı bölgelerde yaşayan ve sosyoekonomik düzey, eğitim düzeyi gibi farklı değişkenlere sahip olan ebeveynlerle çalışma tekrarlanabilir.
- Dijital okuryazarlık programının bebeklerde dijital bağımlılık eğilimine ve ebeveynlerde dijital tükenmişliğe olumlu katkısı göz önünde bulundurularak daha fazla sayıda ebeveyne dijital okuryazarlık programı verilebilir.
- Dijital okuryazarlık eğitim programına katılan ebeveynler, çocuklarına alternatif etkinlikler sunma konusunda farkındalık kazandıkça dijital araç kullanım ihtiyacının azaldığını belirtmiştir. Dolayısıyla ebeveynlere çocuklarına gelişimsel destek sunma konusunda uzmanlar tarafından eğitimler ve seminerler düzenlenebilir.
- Ebeveynlerin çocuk gelişimi konusunda farkındalık geliştirmesi ve çocuklarının gelişimsel sürecini takip edebilmesi amacıyla projeler ve eğitimler yürütülebilir.
- Bebeklerin erken yıllarda dijital araç kullanımının yaygınlaşması ile beraber ebeveynlere daha çok destek sunulması amacıyla farkındalık kazandırmaya yönelik çalışmalar yapılabilir.
- Dijitalleşmenin hız kesmeden devam ettiği dijital çağ döneminde, dijital okuryazarlık konusunda daha fazla çalışma yürütülmesi gerektiği önerilir.

KAYNAKLAR

1. Bayrakçı S. Dijital Yetkinlikler Bütünü Olarak Dijital Okuryazarlık: Ölçek Geliştirme Çalışması. Sosyal Bilimler Enstitüsü, Gazetecilik Anabilim Dalı. Doktora Tezi, İstanbul: Marmara Üniversitesi, 2020.
2. Spante M, Hashemi SS, Lundin M, Algers A. Digital competence and digital literacy in higher education research: Systematic review of concept use. *Cogent Education* 2018, 5: 1-21.
3. Hall M, Nix I, Baker K. Student experiences and perceptions of digital literacy skills development: engaging learners by design? *EJEL* 2013, 11: 207-25.
4. Gourlay L, Hamilton M, Lea MR. (Textual practices in the new media digital landscape: Messing with digital literacies. *RLT* 2014, 21: 1-13.
5. McDougall J, Readman M, Wilkinson P. The uses of (digital) literacy. *Learn Media Technol* 2018, 43(3): 263-79.
6. Onursoy S. Üniversite gençliğinin dijital okuryazarlık düzeyleri: Anadolu üniversitesi öğrencileri üzerine bir araştırma. *e-Gifder* 2018, 6: 989-1013.
7. Young KS. Understanding online gaming addiction and treatment issues for adolescents. *Am J Fam Ther* 2009, 37: 355-72.
8. Arslan A. Ortaöğretim öğrencilerinin dijital bağımlılık düzeylerinin çeşitli değişkenler açısından incelenmesi: Sivas ili örneği. *GEBD* 2019, 5: 63-80.
9. Savcı M, Aysan F. Teknolojik bağımlılıklar ve sosyal bağıllık: İnternet bağımlılığı, sosyal medya bağımlılığı, dijital oyun bağımlılığı ve akıllı telefon bağımlılığının sosyal bağıllığı yordayıcı etkisi. *Düşünen Adam Derg* 2017, 30: 202-16.
10. TÜİK. Hane Halkı Bilişim Teknolojileri Kullanım Araştırması. [https://data.tuik.gov.tr/Bulten/Index?p=Hanehalki-Bilisim-Teknolojileri-\(BT\)-Kullanim-Arastirmasi-2021-37437](https://data.tuik.gov.tr/Bulten/Index?p=Hanehalki-Bilisim-Teknolojileri-(BT)-Kullanim-Arastirmasi-2021-37437) Son Erişim Tarihi 5 Eylül 2021.
11. Aral N, Baran G. *Çocuk Gelişimi*, 11. Baskı. İstanbul, Ya-Pa Yayınları, 2011: 18.
12. Danby S, Evaldsson AC, Melander H, Aarsand P. Situated collaboration and problem solving in young children's digital gameplay. *Br J Educ Technol* 2018, 49: 959-72.

13. Günüş S, Atlı S. 18-24 aylık bebeklerde teknolojinin etkisine yönelik ebeveyn görüşleri. *Addicta* 2018, 5: 1-22.
14. List A. Defining digital literacy development: An examination of pre-service teachers' beliefs. *Computers & Education* 2019, 138: 146-58.
15. Atlı S, Gunuc S, Kuss D, Baran G. Impact of parents' technology use on 18-to 24-month-old infants' adaptive behaviors. *Adaptive Behavior* 2019, 27: 197-219.
16. Erten P, Özdemir O. The digital burnout scale. *INUEFD* 2020, 21(2): 668-83.
17. Chang D. Digital burnout: The new, invisible threat to businesses. <http://www.fluxtrends.com/digital-burnout-the-new-invisible-threat-to-businesses/> Son Erişim Tarihi 14 Eylül 2016.
18. Sinan K. Dijital okuryazarlık ve diğer değişkenlerle internet bağımlılığı ilişkisinin incelenmesi. *UYBİSBBD* 2020, 4: 28-41.
19. Göldağ B. Üniversite öğrencilerinin dijital okuryazarlık düzeyleri ile dijital veri güvenliği farkındalık düzeyleri arasındaki ilişkinin incelenmesi. *E-UEAD* 2021, 12: 82-100.
20. Aksoy NC, Karabay E, Aksoy E. Sınıf öğretmenlerinin dijital okuryazarlık düzeylerinin incelenmesi. *Selçuk İletişim* 2021, 14: 859-94.
21. Arslan S. İlkokullarda Ve Ortaokullarda Görev Yapan Öğretmenlerin Dijital Okuryazarlık Düzeylerinin Çeşitli Değişkenler Açısından İncelenmesi. Eğitim Bilimleri Enstitüsü, Bilgisayar ve Öğretim Teknolojileri Eğitimi Anabilim Dalı. Yüksek Lisans Tezi, Sakarya: Sakarya Üniversitesi, 2019.
22. Erdem EG, Başar FB, Toktay G, Yayğaz İH, Küçüksüleymanoğlu R. E-Twinning projelerinin öğretmenlerin dijital okuryazarlık becerilerine katkısı. *IJSSER* 2021, 7: 204-19.
23. Üstündağ MT, Güneş E, Bahçıvan E. Dijital okuryazarlık ölçeğinin türkçeye uyarlanması ve fen bilgisi öğretmen adaylarının dijital okuryazarlık durumları. *Jef* 2017, (12): 19-29.
24. Kozan M, Özek MB. Böte bölümü öğretmen adaylarının dijital okuryazarlık düzeyleri ve siber zorbalığa ilişkin duyarlılıklarının incelenmesi. *Fırat Üniversitesi Sosyal Bilimler Dergisi* 2019, 29: 107-20.

25. Yazıcıoğlu A, Yaylak E, Genç G. Okulöncesi ve sınıf öğretmen adaylarının dijital okuryazarlık düzeyleri. *SBAD* 2020, 10: 274-86.
26. Karakuş G, Gürbüz O. Öğretmen adaylarının dijital okuryazarlık öz-yeterlilik becerilerinin farklı değişkenler açısından incelenmesi. *Afyon Kocatepe Üniversitesi Sosyal Bilimler Dergisi* 2019, 21: 129-47.
27. Budak KS. Okul Öncesi Dönem Çocukları İçin Dijital Oyun Bağımlılık Eğilimi Ölçeğinin Ve Dijital Oyun Ebeveyn Rehberlik Stratejileri Ölçeğinin Geliştirilmesi, Problem Davranışlarla İlişkisinin İncelenmesi. Eğitim Bilimleri Enstitüsü, Temel Eğitim Anabilim Dalı. Yüksek Lisans Tezi, Denizli: Pamukkale Üniversitesi, 2020.
28. Ünsal A, Ulutaş İ. Bilgisayar oyun bağımlılığı ölçeğinin okul öncesi dönem çocuklarına uyarlanması. *Aksaray Üniversitesi Sosyal Bilimler Enstitüsü Dergisi* 2019, 3: 324-42.
29. Güvendi B, Demir GT, Keskin B. Ortaokul öğrencilerinde dijital oyun bağımlılığı ve saldırganlık. *JSR* 2019, 11: 1194-217.
30. Hazar Z, Demir GT, Namlı S, Türkeli A. Ortaokul öğrencilerinin dijital oyun bağımlılığı ve fiziksel aktivite düzeyleri arasındaki ilişkinin incelenmesi. *Beden Eğitimi ve Spor Bilimleri Dergisi* 2017, 11: 320-32.
31. Göldağ B. Lise öğrencilerinin dijital oyun bağımlılık düzeylerinin demografik özelliklerine göre incelenmesi. *YYUEFD* 2018, 15: 1287-315.
32. Eryılmaz S, Çukurluöz Ö. Lise öğrencilerinin dijital bağımlılıklarının incelenmesi: Ankara ili, Çankaya ilçesi örneği. *Elektronik Sosyal Bilimler Dergisi* 2018, 17: 889-12.
33. Soyöz Semerci ÖU, Balcı EV. Lise öğrencilerinde dijital oyun bağımlılığı üzerine bir alan araştırması: Uşak örneği. *JoHUT* 2020, 10: 538-67.
34. Bredekamp S. *Erken Çocukluk Eğitiminde Etkili Uygulamalar*, Ankara, Nobel Akademik, 2015: 80.
35. Sağlam M, Aral N. Bebeklik Döneminde Gelişim. İçinde Yıldırım-Doğru S, Şükran-Öz A (editörler). *Aileler ve Öğretmenler İçin El Kitabı. Tüm Yönleriyle Özel Bebekler, Çocukların Gelişimi Ve Etkinlik Örnekleri*, Ankara, Eğiten, 2013: 109-25.

36. Berk LE. *Çocuk Gelişimi*, 1. Baskı. Ankara, İmge, 2009: 285.
37. Solter AJ. *Bilinçli Bebek*, 1. Baskı. İstanbul, Doğan, 2013: 94.
38. Eti İ, Yurtal F. *Yaşam Boyu Gelişim*, 1. Baskı. Ankara, Nobel, 2019: 89.
39. Trawick-Smith J. *Erken Çocukluk Döneminde Gelişim*, 5. Baskı. Ankara, Nobel, 2013: 105.
40. Aslan D. Gelişim ile İlgili Temel Konular. İçinde: Akyol AK. (Editör). *Erken Çocukluk Döneminde Gelişim-I*, Ankara, Anı, 2017: 85-105.
41. Gür Ç. *Bebeklik Döneminde Gelişim ve Eğitim*, 1. Baskı. Ankara, Pegem, 2018: 154.
42. Bee H, Boyd D. *Çocuk Gelişim Psikolojisi*, 1. Baskı. İstanbul, Kaknüs, 2009: 205.
43. San Bayhan P, Artan İ. *Çocuk Gelişimi ve Eğitimi*, 1. Baskı. İstanbul, Morpa Kültür Yayınları, 2009: 67.
44. Arı FA. Bilişsel şemalar ve bağlanma. *Nevşehir Hacı Bektaş Veli Üniversitesi SBE Dergisi* 2021, 11: 1823-34.
45. Senemoğlu N. *Gelişim, Öğrenme ve Öğretim: Kuramdan Uygulamaya*, 1. Baskı. Ankara, Anı, 2020: 35.
46. Özyürek A, Özdemir ES, Yavuz, EC. Erken çocuklukla bilişsel gelişimin değerlendirmesinde kullanılan araçlar. *ÇG-D* 2022, 5: 78-96.
47. Santrock JW. *Life-span developmental Psychology*, New York, McGraw Hill Companies, 2014: 260.
48. Otto B. *Erken Çocukluk Eğitiminde Dil Gelişimi*, 1. Baskı. Ankara, Nobel, 2021: 96.
49. Temel F. (1999). 0–6 Yaş Çocuklarında Dilin Kazanılması. *TUTED* 1999, 57: 715-21.
50. McDevitt MT, Ormrod EJ. *Child Development and Education*, Pearson, New Jersey, 2013:86.
51. Marsh D. *Content and Language Integrated Learning (CLIL): A Development Trajectory*, Córdoba, University of Córdoba, 2012:160.

52. Tepeli Y, Karadeniz HK. Otizmlı ve normal gelişim gösteren çocukların alıcı dil becerilerinin farklı değişkenler açısından incelenmesi. *Dil ve Edebiyat Eğitimi Dergisi* 2013, 1: 73-89.
53. Lovaas IO. *Gelişimsel Yetersizliği Olan Çocuklara Öğretme Rehberi Ben Kitabı*, İstanbul, Sistem Yayıncılık, 2005: 43.
54. Muslugüme E. Dil Gelişimini Destekleyici Ebeveyn Eğitim Programının Sosyo Ekonomik Düzeyi Düşük Ailelerin Çocuklarının Dil Gelişimine Etkisi. Eğitim Bilimleri Enstitüsü, İlköğretim Ana Bilim Dalı. Yüksek Lisans Tezi, Pamukkale Üniversitesi, 2016.
55. Ambridge B, Lieven EVM. *Child language acquisition: Contrasting theoretical approaches. Cambridge University Press Anaokulları Kılavuzu*, İstanbul, Millî Eğitim Basımevi, 2011: 104.
56. Topbaş S. *Dil ve Kavram Gelişimi*, 1. Baskı. Ankara, Kök, 2005: 61- 89.
57. Deniz E. *Eğitim Psikolojisi*, 1. Baskı. Ankara, Maya Yayın Dağıtım Eğitim Danışmanlık, 2015: 120.
58. Keenan T, Evans S. *An Introduction To Child Development*, London, SAGE Publications Ltd, 2009: 204.
59. Doğan Ö, Acar Şengül E. Büyüme ve Gelişme. İçinde: Baysal Metin N. (editör). *Doğum Öncesinden Ergenliğe Çocuk Gelişimi*, Ankara, Pegem Akademi Yayıncılık, 2017: 1-22.
60. Gallahue DL, Ozmun JC, Goodway JD. *Motor Gelişimi Anlamak*, Özer DS, Aktop A. (Çeviri Editörleri). *Understanding Motor Development*. 2. Baskı, Ankara, Nobel, 2020: 75.
61. Orhan R, Sinan A. Psiko-motor ve gelişim kuramları açısından spor pedagojisi. *KÜSBD* 2018, 8: 523-40.
62. Çöllü NB. *Oynasın Da Büyüsün*, 1. Baskı. Ankara, Nito kitap, 2021: 24.
63. Adolph KE, Hoch JE. Motor development: Embodied, embedded, enculturated, and enabling. *Annu Rev Dev Psychol* 2019, 70: 141-64.
64. Santrock JW. *Yaşam Boyu Gelişim*, 13. Baskı. Yüksel G. (Çeviri editörü). Ankara, Nobel, 2015: 348.

65. Thelen E, Smith LB. *Dynamic Development Of Action And Thought*, New York, Wiley, 2006:55.
66. Özer DS, Özer K. *Çocuklarda Motor Gelişim*, Ankara, Nobel Yayıncılık, 2016: 63.
67. Christie JF, Roskos KA. Standards, Science and The Role of Play in Early Literacy Education. In: D.G. Singer, R.M. Golinkoff And K. Hirsh-Pasek (Eds) *Play Learning*. Oxford, Oxford University Press, 2006: 241.
68. Arı FA. *Bilişsel şemalar ve bağlanma*. Nevşehir Hacı Bektaş Veli Üniversitesi SBE Dergisi 2021, 11(4): 1823-1834.
69. Lindon J. *Understanding Child Development. 0-8 Years: Linking Theory And Practice*, London, Hodder Education, 2012:160.
70. Sultanoğlu SÇ, Aral N. Duyuların Gelişimi. İçinde: Bıçakçı MY. (editör). *Duyuların Gelişimi ve Desteklenmesi*, Ankara, Eğiten, 2015: 207.
71. Özyazıcı K, Boğa E, Alagöz N, Varlıklöz K, Arslan Z, Akto S, Sağlam M. Duyuların gelişimi ve duyu bütünleme. *GPD* 2021, 2: 209-26.
72. Armstrong DC, Redman-Bentley D, Wardell M. Differences in function among children with sensory processing disorders, physical disabilities, and typical development. *Pediatr Phys Ther* 2013, 25: 315–21.
73. Aral N, Sağlam M. *Sensory development in infants*. Sofia, Kliment Ohridski University Press, 2016: 264.
74. Niutanen U, Harra T, Lano A, Metsäranta M. Systematic review of sensory processing in preterm children reveals abnormal sensory modulation, somatosensory processing and sensory-based motor processing. *Acta Paediatrica* 2020, 109: 45-55.
75. Ayres AJ. *Sensory Integration and Praxis Test (SIPT) Manual*. Los Angeles, CA: Western Psychology Services, 1989: 76.
76. Lane SJ, Mailloux Z, Schoen S, Bundy A, May-Benson TA, Parham LD, Schaaf RC. Neural foundations of ayres sensory integration. *Brain sciences* 2019 9: 153-62.
77. Pekçetin S. Prematüre Bebeklerde Duyu Bütünleme Müdahale Programının Duyusal İşleme, Emosyonel Ve Adaptif Cevaplar Üzerine Etkisi. Sağlık

Bilimleri Enstitüsü, Ergoterapi Anabilim Dalı. Doktora Tezi, Ankara: Hacettepe Üniversitesi, 2015.

78. Cangi AF. Ayres Duyu Bütünleme Terapisinin Otizm Spektrum Bozukluğu Olan Çocuklarda Adaptif Davranış, Mizaç, Duyusal Reaktivite, Bağlanma ve Oyun Becerileri Üzerine Etkisi: Bir Ay Takipli Randomize Kontrollü Çalışma. Sağlık Bilimleri Enstitüsü, Ergoterapi Anabilim Dalı. Yüksek Lisans Tezi, Ankara: Hacettepe Üniversitesi, 2022.
79. Barkuş F, Mustafa K. Dijital mahremiyet kavramı ve ilgili çalışmalar üzerine bir derleme. *BEST Dergi* 2019, 3: 35-44.
80. Uysal MT. Yaşlı bireylerin sosyalleşmesinde dijital teknolojinin rolü: dijital yaşlılar üzerine bir çalışma. *Süleyman Demirel Üniversitesi Fen-Edebiyat Fakültesi Sosyal Bilimler Dergisi* 2020, 50: 43-59.
81. Polat H. Geleneksel medyada temsil sorunu: Alternatif bir mecra olarak yeni medya. *Karadeniz Uluslararası Bilimsel Dergisi* 2018, 38: 45-60.
82. Nakayama TK. What's next for whiteness and the internet. *Crit Stud Media Commun* 2017, 34: 68-72
83. Chao-Chen L. Convergence of new and old media: new media representation in traditional news. *Chinese Jounl of Commun* 2013, 6: 183-201.
84. Avcı Ö. Dijital yaşamın dijital özne (l) leri: Herkes ya da hiç kimse. *UUSBD* 2015, 8: 249-66.
85. Küçükvardar M. *Teknoloji Bağımlılığı ve Dijital İstila*, 1. Baskı. Ankara, Nobel, 2020: 9.
86. Heidegger M. *Teknoloji ve İnsanın Geleceği*, 1. Baskı. İstanbul, Say Yayınları, 2017: 79.
87. Ummanel A, Dilek A. *Gelişim ve Öğrenme*, 3. Baskı. Ankara, Anı, 2016: 35-52.
88. Özduvak S, Rabia H. Oyun, Oyunlaştırma ve Fiziksel Egzersiz. İçinde: Yamaner F, Çalbıyık M. (editör). *Çocuklarda Motor Gelişim ve Oyun*. Ankara, Nobel Yayınları, 2021: 145-64.

89. Ateş M, Durmuşoğlu-Saltalı N. KKTC’de Yaşayan 5-6 yaş çocukların tablet ve cep telefonu kullanımına ilişkin ebeveyn görüşlerinin incelenmesi. *GEBD* 2019, 5: 62-90.
90. Lissak G. Adverse physiological and psychological effects of screen time on children and adolescents: Literature review and case study. *Environ Res* 2018; 164: 149-57.
91. Mustafaoğlu R, Yasacı Z. Dijital oyun oynamanın çocukların ruhsal ve fiziksel sağlığı üzerine olumsuz etkileri. *Bağımlılık Dergisi* 2018, 19: 51-8.
92. Brooke A, Anderson M, Perrin A, Turner E. Parents’ attitudes – and experiences – related to digital technology. Pew Research Center: Internet, Science & Technology. <https://www.pewresearch.org/internet/2020/07/28/parents-attitudes-and-experiences-related-to-digital-technology/> Son Erişim Tarihi: 18 Mayıs 2023.
93. Emiroğlu İlvan T. Okul Öncesi Dönem Çocukların Dijital Oyun Bağımlılık Eğilimi İle Anneçocuk İlişkisinin İncelenmesi. Sosyal Bilimler Enstitüsü, Temel Eğitim AnaBilim Dalı. Yüksek Lisans Tezi, İstanbul: Yıldız Teknik Üniversitesi, 2022.
94. Madigan S, Browne D, Racine N, Mori C, Tough S. Association between screen time and children’s performance on a developmental screening test. *JAMA Pediatr* 2019, 173: 244-50.
95. King ALS, Valença AM, Silva AC, Sancassiani F, Machado S, Nardi AE. “Nomophobia”: Impact of cell phone use interfering with symptoms and emotions of individuals with panic disorder compared with a control group. *Clinical Practice and Epidemiology in Mental Health* 2014, 10(1): 28–35.
96. Kazan H, Sarısoy S. Anne-çocuk ilişkisi bağlamında okul öncesi dönemde iletişim becerileri üzerine bir araştırma. *İAUD* 2021, 13: 441-72.
97. Chonchaiya W, Pruksananonda C. Television viewing associates with delayed language development. *Acta Paediatr* 2008, 97: 977–82.
98. Hutton JS, Dudley J, Horowitz-Kraus T, DeWitt T, Holland SK. Associations between screen-based media use and brain white matter integrity in preschoolaged children. *JAMA Pediatr* 2020, 174:193-210.
99. Hardell L. Effects of mobile phones on children's and adolescents’ health: A commentary. *Child Dev* 2018, 89: 137-40.

100. Zimmerman FJ, Christakis DA. Associations between content types of early media exposure and subsequent attentional problems. *Pediatrics* 2007, 120: 986–92.
101. Durmuş K, Ayten Ö. Medya etkileri bağlamında okul öncesi dönem çocuklarının yeni medya kullanımının analizi. *E-JNM* 2021, 5: 136-55.
102. Nathanson AI, Sharp ML, Aladé F, Rasmussen EE, Christy K. The relation between television exposure and theory of mind among preschoolers. *J Commun* 2013, 63: 1001–8.
103. Yılmaz D, Güney R. Medyanın çocuklar üzerindeki etkileri ve kullanımına ilişkin öneriler. *DEUHFED* 2021, 14: 486- 94.
104. Ishii K, Aoyagi K, Shibata A, Koohsari MJ, Carver A, Oka K. Joint associations of leisure screen time and physical activity with academic performance in a sample of Japanese children. *Int J Environ Res Public Health* 2020, 17: 757- 65.
105. Harrison E, McTavish M. ‘i’ Babies: Infants’ and toddlers’ emergent language and literacy in a digital culture of iDevices. *J Early Child Lit* 2018, 18: 163-88.
106. Kuran E. *Z Bir Kuşağı Anlamak*, 1. Baskı. İstanbul, Mundi yayınları, 2020:23.
107. Adıgüzel O, Ekşili N, Batur HZ. Kuşakların değişen yüzü ve y kuşağı ile ortaya çıkan yeni çalışma tarzı: mobil yakalılar. *Süleyman Demirel Üniversitesi Sosyal Bilimler Enstitüsü Dergisi* 2014, 1: 165-82.
108. Topaktaş S. Dijitalleşme Sürecinde Bilgi Ve Bilgiyi Kullanma Biçimleri: Kuşaklar Arası Bir Kıyaslama. Lisansüstü Eğitim Enstitüsü, Sosyoloji Anabilim Dalı. Yüksek Lisans Tezi, Karabük: Karabük Üniversitesi, 2021.
109. TDK, Türk Dil Kurmu. <https://sozluk.gov.tr/> Son Erişim tarihi 2 Mayıs 2023.
110. Reeves TC, Oh E. Generational differences. İçinde: Spector JM, Merrill M, Merriënboer J, Driscoll M. (editör) *Handbook of Research on Educational Communications and Technology*. Switzerland, Springer Nature, 2008: 295-303.
111. Zur O, Zur O. On digital immigrants and digital natives: How the digital divide affects families, educational institutions, and the workplace. 5. Zur Institute– Online Publication. Retrieved on February. http://bb.plsweb.com/ENG_2012/m1/OnDigitalImmigrantsandDigitalNatives.pdf Son Erişim Tarihi 5 Mayıs 2023.

112. Prensky M. Digital natives, digital immigrants. *On the Horizon* 2001, 9: 1-6.
113. Bayhan V. Milenyum veya (Y) kuşağı gençliğinin sosyolojik bağlamı. *GAD* 2014, 2: 8-25.
114. Wang Q, Myers M, Sundaram D. Digital natives and digital immigrants. *BISE* 2013, 5: 409-19.
115. Karabulut B. Bilgi toplumu çağında dijital yerliler, göçmenler ve melezler. *PAUSBED* 2015, 21: 11-23.
116. Kakırman Yıldız A. Dijital yerliler gerçekten yerli mi yoksa dijital melez mi. *International Journal of Social Science* 2012, 5: 819-33.
117. Leaver T. Researching the ends of identity: Birth and death on social media. *Social Media+ Society* 2015, 1: 1–25.
118. Boğa E, Sağlam M. Dijital ortamda çocuk: Bir çocuk Youtuber kanalının içeriksel analizi. *EİD* 2021, 8: 643-64.
119. Eskidemir-Meral S. Tezel-Şahin F. Teknoloji ile büyüyen çocuklar. İçinde: Aygül HH, Eke E. (editör). *Dijital Nesillerin Teknoloji Bağımlılığı*, Ankara, Nobel, 2019: 89.
120. Ergüney M. İnternetin okul öncesi dönemdeki çocuklar üzerindeki etkileri hakkında bir araştırma. *Ulakbilge Sosyal Bilimler Dergisi* 2017, 5: 1917-38.
121. American Academy of Pediatrics [AAP] Council of communications and media. *Media and young minds Pediatrics* 2016, 138: 1-6.
122. Rideout V, Robb MB. *The Common Sense census: Media use by kids age zero to eight*. San Francisco, CA: Common Sense Media, 2020: 186.
123. Rhodes A. *Screen time and kids: what's happening in our homes*. Melbourne, The Royal Children's Hospital Melbourne, 2017: 32.
124. Kabali HK, Irigoyen MM, Nunez- Davis R, Budacki JG, Mohanty SH, Liester KP, Bonner RL. Exposure and use of mobile media devices by young children. *Pediatrics* 2017, 136: 1044–55.
125. Cingel DP, Krcmar M. Predicting media use in very young children: the role of demographics and parent attitudes. *Communication Studies* 2013, 64: 374–94.

126. Kılıç AO, Sari E, Yucel H, Oğuz MM, Polat E, Acoglu EA, Senel S. Exposure to and use of mobile devices in children aged 1–60 months. *J Pediatr* 2019, 178: 221-7.
127. Vandewater EA, Rideout VJ, Wartella EA, Huang X, Lee JH. Shim MS. Digital childhood: Electronic media and technology use among infants, toddlers, and preschoolers. *J Pediatr* 2007, 119: 1006–15.
128. Rideout V, Saphir M, Tsang V, Bozdech B. *Zero to eight children's media use in America*. San Francisco, CA: Common Sense Media, 2011: 26.
129. Aral N. Doğan Keskin A. 0-6 yaş çocuklarının teknolojik cihaz kullanımlarının anne-baba bakış açısıyla incelenmesi. *Addicta* 2018, 5: 177-208.
130. Omrak C. Okul öncesi dönem çocuklarının bağlanma örüntüleri ve duygu düzenleme becerilerinin teknoloji kullanımıyla ilişkisi. Sosyal Bilimler Enstitüsü, Psikoloji Anabilim Dalı. Yüksek Lisans Tezi, İstanbul: Maltepe Üniversitesi, 2019.
131. Baran EB, Sağlam M. Dış mekan oyunları ile dijital oyun bağımlılığı arasındaki ilişki. *Bağımlılık Dergisi* 2023, 24: 146-63.
132. Aral N. Dijital dünyada çocuk olmak. *TRT Akademi*, 2022, 7: 1134-53.
133. Bülbül H, Tunç T, Aydil F. Üniversite öğrencilerinde oyun bağımlılığı: kişisel özellikler ve başarı ile ilişkisi. *OHUİİBFD* 2018, 11: 97-111.
134. Kucirkova N, Littleton K, Kyparissiadis A. The influence of children's gender and age on children's use of at home. *Br J Educ Technol* 2018, 49: 545-59.
135. Courage ML. Cognitive development in digital contexts. In F. C. Blumberg and P. J. Brooks (Eds.), *Screen Media And Youngest Viewers: Implications For Attention And Learning*, Cambridge, Academic Press. 2017: 3-28.
136. Radesky JS, Silverstein M, Zuckerman B, Christakis DA. Infant self-regulation and early childhood media exposure. *Pediatrics* 2014, 133: 1172-8.
137. Işıkoğlu-Erdoğan N. Digital play for children under three: A Turkish example. 43rd Annual International Conference The Association for the Study of Play. The Strong National Museum of Play. Rochester, NY, 2017.
138. Haake M, Axelsson A, Clausen-Bruun M, Gulz A. Scaffolding mentalizing via a play-&-learn game for preschoolers. *Computers & Education* 2015, 90: 13-23.

139. Işıkoğlu N, Ergenekon E. Bebeklerin Teknolojik Araçları Kullanmalarıyla İlgili Anne Görüşleri. *AÜEBFD* 2021, 54: 117-40.
140. Hipp D, Gerhardstein P, Zimmermann L, Moser A, Taylor G. Barr R. The Dimensional Divide: Learning From T.V. And Touchscreens During Early Childhood. In R. Barr, and D. Linebarger (Eds.), *Media Exposure During Infancy And Early Childhood*, London: Springer, 2017: 33-54.
141. Yiğit E, Günüş S. Çocukların dijital oyun bağımlılığına göre aile profillerinin belirlenmesi. *Van Yüzüncü Yıl Üniversitesi Eğitim Fakültesi Dergisi* 2020, 17: 144-74.
142. Çelebi M, Uslu R. Bağımlılık ve aile ilişkisi. *Anadolu Psikiyatri Derg* 2019, 20: 98-100.
143. Ólafsson K, Green L, Staksrud E. Is big brother more at risk than little sister? The sibling factor in online risk and opportunity. *New Media & Society* 2018, 20: 1360-79.
144. Yiğit, E. Çocukların Dijital Oyun Bağımlılığında Ailelerin Bazı Değişkenler Açısından İncelenmesi. Eğitim Bilimleri Enstitüsü, Bilgisayar ve Öğretim Teknolojileri Eğitimi Ana Bilim Dalı. Yüksek Lisans Tezi, Van: Yüzüncü Yıl Üniversitesi, 2017.
145. Aydoğdu F. 4-6 Yaş çocukların dijital oyun bağımlılıklarında kardeş etkisi: Nomofobi, akıllı telefon kullanma, dijital oyun oynama. *ÇG-D* 2021, 4: 34-49.
146. Çakır M, Kocagöz E, Karakuş FN. Çocuklarda Dijital Bağımlılık: Ebeveynlerle Nicel Bir Araştırma. Presentation Type, 71. Online International Conference on Empirical Economics and Social Sciences (e-ICEESS'21)- July 3-4, 2021 / Bandırma – Turkey.
147. Şahin C. Günüş Y. *Davranışsal Bağımlılığa Ve Teknoloji Bağımlılığına Genel Bir Bakış*, 1. Baskı. Ankara, Nobel. 2020: 2.
148. Olle DA, Westcott JR. *Video game addiction*. Dulles, Stylus Publishing 2018: 1-116.
149. Morisano D, Babor TF, Robaina KA. Co-occurrence of substance use disorders with other psychiatric disorders: Implications for treatment services. *Int J Drug Policy* 2014, 31: 5-25.

150. Karaman K. Kurtoğlu M. Öğretmen adaylarının internet bağımlılığı hakkındaki görüşleri. Akademik Bilişim'09 - XI. Akademik Bilişim Konferansı Bildirileri, Şanlıurfa, 11-13 Şubat, 2009, 641-50.
151. Eyal N. *Indistractable: How to Control Your Attention and Choose Your Life*. London, Bloomsbury Publishing, 2020: 26.
152. Alter A. *Irresistible: the Rise of Addictive Technology and the Business of Keeping Us Hooked*. New York, Penguin Press. 2018: 58.
153. Allcott H, Braghieri L, Eichmeyer S, Gentzkow M. "The Welfare Effects of Social Media." *Am Econ Rev* 2020, 110: 629–76.
154. Zou Z, Wang H, d'Oleire UF, Wang X, Ding J, Chen H. Definition of substance and non-substance addiction. *Substance And Non-Substance Addiction*, 2017, 8: 21-41.
155. Demetrovics Z. Griffiths MD. Behavioral addictions: past, present and future. *J Behav Addict* 2012, 1: 1-9.
156. Kaçmaz C. Dijital Bağımlılık Eğilimi Olan Ortaokul Öğrencilerinin Profiline Çıkarılması. Sağlık Bilimleri Enstitüsü, Çocuk Gelişimi Anabilim Dalı. Doktora Tezi, Malatya: İnönü Üniversitesi, 2022.
157. Mosquera R, Mofioluwasademi O, McNamara T, Xiongfei G, Petrie R. "The Economic Effects of Facebook." *Exp Econ* 2019, 1:1–28.
158. Ha JH, Yoo HJ, Cho IH, Chin B, Shin D, Kim JH. Psychiatric comorbidity assessed in Korean children and adolescents who screen positive for Internet addiction. *J Psychiatry* 2006, 67: 821-8.
159. Horzum M.B. İlköğretim öğrencilerinin bilgisayar oyunu bağımlılık düzeylerinin çeşitli değişkenlere göre incelenmesi. *TED* 2011, 36: 56-68.
160. Yıldırım Y. 21. Yüzyıl Anne Babalarının Başucu Kitabı: Dijital Kültürde Çocuk Yetiştirmek, 1. Baskı. Ekişehir, Nisan kitabevi, 2018: 93.
161. Hawi NS, Samaha M, Griffiths MD. The digital addiction scale for children: Development and validation. *Cyberpsychol Behav Soc Netw* 2019, 22: 771-8.
162. Kuçlu E. Sosyal Medya: Paravanın Arkasındakiler. *Hece Dergisi* 2016, 1: 389-94.

163. WHO, International Classification of Diseases (ICD-11) Gaming Disorder <https://www.who.int/news/item/13-09-2018-public-health-implications-of-excessive-use-of-the-internet-and-other-communication-and-gaming-platforms> Son Erişim Tarihi 20 Mayıs 2023.
164. American Psychiatric Association. *Diagnostic and Statistical Manual of Mental Disorders (DSM-5)*. Arlington, Apa publishing, 2013: 654.
165. Küçükvardar M, Tıngöy Ö. Teknoloji bağımlılığının semptomlar temelinde incelenmesi. *AJIT-e* 2018, 9(35): 111-23.
166. Griffiths M. A ‘components’ model of addiction within a biopsychosocial framework. *J Subst Use* 2005, 10(4): 191-7.
167. Yay M. *Dijital Ebeveynlik* 1. Baskı. İstanbul, Yeşilay Yayınları, 2017: 11.
168. Modecki KL, Goldberg RE, Wisniewski P, Orben A. What is digital parenting? A systematic review of past measurement and blueprint for the future. *Perspectives on Psychological Science* 2022, 17: 1673-91.
169. Parmar N. Digital parenting. United Learning Schools, Ashford, Kent. https://issuu.com/loughboroughdowedschools/docs/digital_parenting_29-06-2017 Son Erişim Tarihi 15 Mayıs 2023.
170. Huang G, Li X, Chen W, Straubhaar JD. Fall-behind parents? The influential factors on digital parenting self-efficacy in disadvantaged communities. *Am Behav Sci* 2018, 62: 1186- 206.
171. Manap A, Durmuş E. Dijital Ebeveynlik Farkındalık Ölçeğinin Geliştirilmesi. *INUEFD* 2020, 21: 978-93.
172. Livingstone S, Blum-Ross A, Pavlick J, Ólafsson K. In the digital home, how do parents support their children and who supports them? (Survey report 1). Parenting for a Digital Future. http://eprints.lse.ac.uk/87952/1/Livingstone_Parenting%20Digital%20Survey%20Report%201_Published.pdf Son Erişim Tarihi 25 mayıs 2023.
173. Moreno MA, Uhls YT. Applying an affordances approach and a developmental lens to approach adolescent social media use. *Digital Health* 2019, 5: 165-74.

174. Rode JA. Digital parenting: designing children's safety. In Proceedings of the 23rd British HCI Group Annual Conference on People and Computers: Celebrating People and Technology, London, British Computer Society, 2009: 244-51.
175. Yurdakul IK, Dönmez O, Yaman F, Odabaşı HF. Dijital Ebeveynlik ve Değişen Roller1. *GAUN-JSS* 2013, 1: 883-96.
176. Ding K, Li H. Digital addiction intervention for children and adolescents: a scoping review. *Int J Environ Res Public Health* 2023, 20: 47-77.
177. Pornnoppadol C, Ratta-Apha W, Chanpen S, Wattananond S, Dumrongrungruang N, Thongchoi K, Panchasilawut S, Wongyuen B, Chotivichit, A, Laothavorn J. A comparative study of psychosocial interventions for internet gaming disorder among adolescents aged 13–17 years. *Int. J. Ment. Health Addict* 2020, 18: 932–48.
178. Sugaya N, Shirasaka T, Takahashi K, Kanda H. Bio-psychosocial factors of children and adolescent with internet gaming disorder: a systematic review. *Biopsychosoc Med* 2019, 13: 5-16.
179. Paulus FW, Ohmann S, Gontard AV, Popow C. Internet gaming disorder in children and adolescent: a systematic review. *J Child Neurol* 2018, 60: 645-59.
180. Yıldırım İ. Sosyal medya, dijital bağımlılık ve siber zorbalık ekseninde değişen aile ilişkileri üzerine bir değerlendirme. *Anemon Muş Alparslan Üniversitesi Sosyal Bilimler Dergisi* 2021, 9: 1237-58.
181. Kurudayıoğlu M, Tüzel S. 21. Yüzyıl okuryazarlık türleri, değişen metin algısı ve türkçe eğitimi. *Türklük Bilimi Araştırmaları Dergisi* 2010, 15: 284-302.
182. Yamaç A. İlkokul Üçüncü Sınıf Öğrencilerinin Yazma Becerilerinin Gelişiminde Dijital Hikâyelerin Etkisi. Eğitim Bilimleri Enstitüsü, İlköğretim Anabilim Dalı. Doktora Tezi, Ankara: Gazi Üniversitesi, 2015.
183. Bennet I. Learning From The Early Adopters: Developing The Digital Practitioner. *Educ Learn Technol* 2014, 22: 93-9.
184. Özoğlu C. Öğretmen Adaylarının Yaşam Boyu Öğrenme Eğilimlerinin Dijital Okuryazarlıkları ile İlişkisi. Eğitim Bilimleri Enstitüsü Eğitim Bilimleri Anabilim Dalı. Yüksek Lisans Tezi, Eskişehir: Anadolu Üniversitesi, 2019.

185. Martin A. DigEuLit – a European framework for digital literacy: A progress report. *Journal of e-Literacy* 2005, 2: 130-6.
186. Özerbaş MA, Kuralbayeva A. Türkiye ve kazakistan öğretmen adaylarının dijital okuryazarlık düzeylerinin incelenmesi. *Muğla Sıtkı Koçman Üniversitesi Eğitim Fakültesi Dergisi* 2018, 1: 16-25.
187. Karabacak Zİ, Sezgin AA. Türkiye'de dijital dönüşüm ve dijital okuryazarlık. *TİD* 2019, 1: 319-43.
188. Pala ŞM, Başbüyük A. Ortaokul beşinci sınıf öğrencilerinin dijital okuryazarlık düzeylerinin incelenmesi. *CİJE* 2020, 9: 897-921.
189. Churchill N. Digital storytelling as a means of supporting digital literacy learning in an upper-primaryschool English language classroom. (Unpublished Doctoral dissertation, Edith Cowan University). <https://ro.ecu.edu.au/theses/1774> Son Erişim Tarihi 20 Mayıs 2023.
190. Tyger RL. Teacher candidates' digital literacy and their technology integration efficacy. (Unpublished Doctoral dissertation, Georgia Southern University). <http://digitalcommons.georgiasouthern.edu/cgi/viewcontent.cgi?article=1557&context=etd>. Son Erişim Tarihi 21 Mayıs 2023.
191. Buckingham D. Defining digital literacy—what do young people need to know about digital media? *Digital literacies: Concepts, policies and practices* 2008, 30: 73-91.
192. Kane S. *Literacy and Learning In The Content Areas*. New York: Routledge, 2017: 64.
193. Duran E, Özen NE. Türkçe derslerinde dijital okuryazarlık. *TED* 2018, 3: 31-46.
194. Churchill N, Lim CP, Oakley G, Churchill D. Digital Storytelling and Digital Literacy Learning. *ICICTE* 2008, 1: 418-30.
195. Yıldırım Ö, Kurşun E. İnternet beceriileri ve türleri. İçinde: Yıldırım Ö, Kurşun E, Sağıroğlu Ş, Bülbül Hİ, Kılıç A, Küçükali M. *Dijital Okuryazarlık Araçlar, Metodolojiler, Uygulamalar ve Öneriler*, Ankara, Nobel, 2020: 98.
196. Hague C, Payton S. *Digital Literacy Across The Curriculum*. London: Futurelab, 2010: 36.

197. Kim KT. The Structural Relationship Among Digital Literacy, Learning Strategies, And Core Competencies Among South Korean College Students. *Educ Theory Pract* 2019, 19: 3-21.
198. Ng W. Can we teach digital natives digital literacy? *Comp & Edu* 2012, 59: 1065–78.
199. Freudenberger HJ. The staff burn-out syndrome in alternative institutions. *Psych The R Pract* 1975, 12: 73-86.
200. Maslach C, Jackson SE. The measurement of experienced burnout. *J Organ Behav* 1981, 2: 99-113.
201. Fraga J. A Guide to Burnout. Healthline. <https://www.healthline.com/health/tips-for-identifying-and-preventing-burnout#whats-burnout> Son Erişim Tarihi: 17 Mayıs 2023.
202. Sharma MK, Anand N, Ahuja S, Thakur PC, Mondal I, Singh P, Venkateshan S. Digital burnout: COVID-19 lockdown mediates excessive technology use stress. *World Soc Psychiatry* 2020, 2: 171- 9.
203. Nimrod G. Technostress: Measuring a new threat to well-being in later life. *Aging Ment Health* 2018, 22: 1080-7.
204. Akbaş A, Çarıkçı O. Muhasebe Meslek Mensuplarında Dijital Tükenmişlik Etkisi. *IJBEMPS* 2022, 6: 235- 53.
205. Göldağ B. An Investigation of the Relationship between University Students' Digital Burnout Levels and Perceived Stress Levels. *JOLTIDA* 2022, 7: 90-8.
206. Altıntaş M. Teknostres ile değişime direnç arasındaki ilişki: havacılık sektöründe bir araştırma. *ISPEC* 2020, 4: 1-27.
207. McCarthy E. The growing problem with digital burnout, <https://www.istimetologoff.com/2021/03/26/the-growing-problem-with-digital-burnout/> Son Erişim Tarihi 17 Mayıs 2023.
208. Yiğit AG, Topçu T, Bayar HT. Teknostresin Dijital Tükenmişliğe Etkisinde Bilişsel Ön Yargıların Rolü. *MAKU IIBFD* 2021, 9: 1857-83.
209. Geçgel H, Taşgın Y. Türkçe öğretmeni adaylarının dijital tükenmişlik düzeyleri. <https://www.researchgate.net/profile/Fatih-Kana/publication/361420>

503_TURKCE_OGRETmeni_ADAYLARININ_Dijital_TUKENMISLIK_DUZEYLERI/links/62b08a1dd49f803365ab8c51/TUeRKCE-OeGRETmeni-ADAYLARININ-Dijital-TUeKENMISLIK-DUeZEYLERI.pdf Son Erişim Tarihi 19 Mayıs 2023.

210. Marius M. Digital Burnout: What Are the Signs and How You Can Fight It. <https://www.ict-pulse.com/2021/02/digital-burnout-what-are-the-signs-and-how-you-can-fight-it/> Son Erişim Tarihi 19 Mayıs 2023.
211. Johs AC. Preventing Digital Burnout. *Law Practice*. <https://heinonline.org/HOL/LandingPage?handle=hein.journals/lwpra49&div=8&id=&page> Son Erişim Tarihi 20 Mayıs 2023.
212. Creswell JW, Clark VL. *Karma yöntem araştırmaları, tasarımı ve yürütülmesi*. Dede Y, Demir SB (Çeviri editörü). Ankara, Anı, 2014: 124.
213. Johnson B, Christensen L. *Eğitim araştırmaları*. Demir SB. (Çeviri editörü). Ankara, Eğiten Kitap, 2014: 26.
214. Creswell J. *Araştırma Deseni*. Demir SB. (Çeviri editörü). Ankara, Eğiten Kitap, 2013: 46.
215. Johnson B, Christensen L. *Eğitim Araştırmaları*. Demir SB. (Çeviri editörü). Ankara, Eğiten, 2014: 26.
216. Küçükinal SI. Okuma Yazma Problemi Olan Çocuklarda Gazi Okuma Yazma Eğitim Programının Etkililiğinin İşitsel İşleme Açısından İncelenmesi. Eğitim Bilimleri Enstitüsü, Çocuk Gelişimi ve Eğitimi Anabilim Dalı. Ankara: Gazi Üniversitesi, 2019.
217. Kaytez N. Beş Yaş Çocuklarının Yaratıcılıklarına "Scamper Eğitim Programı'nın" Etkisinin İncelenmesi. Eğitim Bilimleri Enstitüsü, Çocuk Gelişimi ve Eğitimi Anabilim Dalı. Ankara: Gazi Üniversitesi, 2015.
218. McQuail D, Windahl S. *İletişim Modelleri*. Yumlu K. (Çeviri editörü). Ankara, İmge Kitabevi, 2005: 85.
219. Küçükkurt M, Hazar ÇM, Çetin M, Topbaş H. Kullanımlar ve doyumlar yaklaşımı perspektifinden üniversite öğrencilerinin medyaya bakışı. *Selçuk Üniversitesi İletişim Fakültesi Dergisi*. 2009, 6: 37-50.

220. Akçay D, Emiroğlu ON. The effect of motivational interviewing with mothers on media interaction and aggression behaviors of preschool aged children. *Comp Child Adoles Nurs* 2019, 43: 217-32.
221. Aydın AF. Sosyal Medya ve Kurumsal Markalaşma İlişkisi: Ana Akım İletişim Kuramları Perspektifinden Genel Bakış. *İletişim Kuram ve Araştırma Dergisi* 2017, 44: 297- 311.
222. Büyüköztürk Ş. *Sosyal bilimler için veri analizi el kitabı*, 13. Baskı. Ankara, Pegem Akademi, 2012: 105.
223. Erkuş A. *Psikometri üzerine yazılar*, 1. Baskı. Ankara, Türk Psikoloji Derneği Yayınları, 2003: 44.
224. Field A. *Discovering Statistics Using SPSS*. London, Sage Publications Ltd, 2009: 120.
225. Hattie J. Methodology review: Assessing unidimensionality of tests and items. *Appl Psychol Meas* 1985, 9: 139- 64.
226. Lord FM. *Applications of item response theory to practical testing problems*. Lawrence Erlbaum Associates Hillsdale, NJ, 1980: 52.
227. Hu LT, Bentler PM. Cut off criteria for fit indexes in covariance structure analysis: Conventional criteria versus new alternatives. *Struct Equ Modeling* 199, 6: 1-55.
228. Tabachnick BG, Fidell LS Ullman JB. *Using Multivariate Statistics*. Boston, Pearson 2013: 497-516.
229. Hooper D, Coughlan J, Mullen M. Evaluating model fit: a synthesis of the structural equation modelling literature. In 7th European Conference on research methodology for business and management studies 2008, 1(1): 195-200.
230. Browne MW, Cudeck R. Alternative ways of assessing model fit. *Sociol Met Res* 1992, 21: 230-58.
231. Hu LT, Bentler PM. Fit indices in covariance structure modeling: Sensitivity to underparameterized model misspecification. *Psychol Met* 1998, 3: 424-9.
232. Ornstein AC, Hunkins FP. *Eğitim programı*. Arı A. (Çeviri editörü). Konya, Eğitim Yayınevi, 2014: 114.

233. Tucker T. What they want and how they want it: Students expectations of ESL curriculum at the classroom level. *J College Teach Learn* 2011, 8: 11-9.
234. Korkmaz İ. Eğitim programı: Tasarımı ve geliştirilmesi. İçinde: Doğanay A. (Editör). *Öğretim ilke ve yöntemleri*, Ankara, Pegem Yayıncılık, 2007: 160.
235. Ellis AK. *Eğitim programı modelleri*. Konya, Eğitim Yayınevi, 2015: 180.
236. Mulengeki F, Lukinda J, Ogandiek M, Mgogo A. *Curriculum development and evaluation*. Darüsselam, The Open University Tanzania, 2013: 28.
237. Alcı B. Eğitimde program geliştirme kavramlar ve yaklaşımlar. İçinde: Geker E. (Editör). *Eğitim program tasarımı ve modeller*, 1. Baskı Ankara, Anı Yayıncılık, 2014: 72-8.
238. Demirel Ö. *Eğitimde program geliştirme*, 1. Baskı. Ankara, Pegem Yayınları, 2011: 205.
239. Sönmez V. *Eğitim felsefesi*, 1. Baskı. Ankara, Anı Yayıncılık, 2009: 33.
240. Yusuf M, Witro D, Diana R, Santosa TA, Alfikri A, Jalwis A. Digital parenting to children using the internet. *Pedagogik Journal of Islamic Elementary School* 2020, 3: 1-14.
241. Clark L. *Te Parent App: Understanding Families in the Digital Age*. Oxford, Oxford University Press, 2013: 256.
242. Mascheroni G, Ponte C, Jorge A. Dijital Ebeveynlik: Dijital Çağda Aileler İçin Zorluklar, Yıllığı 2018. Nordicom. <https://www.diva-portal.org/smash/get/diva2:1265024/FULLTEXT02> Son Erişim 1 Temmuz 2023.
243. Doğan MC. Ekolojik kurama dayalı İşlevsel Okuryazarlık Yaşantısı Ölçeği'nin (EKDİÖYÖ) geliştirilmesi ve geçerlik güvenirlik çalışması. *Kuram ve Uygulamada Eğitim Bilimleri* 2014, 14: 2239-58.
244. Cook JR, Kilmer RP. Defining the scope of systems of care: An ecological perspective. *Eval Program Plann* 2010, 13: 18-25.
245. Büyüköztürk Ş, Çakmak EK, Akgün ÖE, Karadeniz Ş, Demirel F. *Bilimsel Araştırma Yöntemleri*, 23. Baskı. Ankara, Pegem Akademi, 2014: 194.
246. Büyüköztürk Ş. *Deneyisel desenler: Öntest sontest kontrol gruplu desen ve veri analizi*, 8. Baskı. Ankara, Pegem Akademi Yayıncılık, 2011: 73.

247. Demirel Ö. *Eğitimde Program Geliştirme: Kuramdan Uygulamaya*, 2. Baskı. Ankara, Pegem Akademi, 2017: 106.
248. TÜİK, Türkiye İstatistik Kurumu. Hanehalkı Bilişim Teknolojileri (BT) Kullanım Araştırması, <https://goo.gl/toCwrJ> Son Erişim Tarihi 20 Temmuz 2023.
249. Karabacak Zİ, Sezgin AA. Türkiye'de dijital dönüşüm ve dijital okuryazarlık. *TİD* 2019 4: 319-43.
250. Omay U, Omay EGG. Tükenmişlik ve sosyal medya bağımlılığı burnout and social media addiction. *Is, Güc: Endüstri İlişkileri ve İnsan Kaynakları Dergisi* 2022, 24: 5-19.
251. Harren N, Walburg V. Chabrol H. “Studying Social Media Burnout and Problematic Social Media use: The implication of perfectionism and metacognitions”. *Comput Hum Behav Rep.* 2021, 4: 1- 13.
252. İrvan AA. Dijital medya okuryazarlığı nedir? neden gereklidir? <https://dijitalmedyavecocuk.bilgi.edu.tr/dijital-medya-okuryazarligi-nedir-neden-gereklidir/> Son Erişim Tarihi 20 Temmuz 2023.
253. Liu C, Ma J. “Social media addiction and burnout: The mediating roles of envy and social media use anxiety”, *Current Psychology* 2020, 39: 1883-91.
254. Zhang S, Shen Y, Xin T, Sun H, Wang Y, Zhang X, Ren S. “The development and validation of a social media fatigue scale: From a cognitivebehavioral-emotional perspective”. *PLOS ONE* 2021, 16: 1-16.
255. Kalan ÖG. Medya okuryazarlığı ve okul öncesi çocuk: ebeveynlerin medya okuryazarlığı bilinci üzerine bir araştırma. *İstanbul Üniversitesi İletişim Fakültesi Dergisi* 2010, 1: 59-73.
256. İnan T. Medya okuryazarlığı: ortaokul öğrencilerinin ebeveynlerinin televizyon ve internete lkn tutum ve davranışlarının incelenmesi. *J Inter Soc Research* 2014, 1: 1-20.
257. Scull TM, Kupersmidt JB, Weatherholt TN. The effectiveness of online, family-based media literacy education for substance abuse prevention in elementary school children: Study of the Media Detective family program. *J Community Psychol* 2017, 45: 796-809.

258. Austin EW, Austin BW, Kaiser CK. Effects of family-centered media literacy training on family nutrition outcomes. *Prev Sci* 2020, 21: 308-18.
259. Karaboğa MT. Dijital medya okuryazarlığında anne ve baba eğitimi. *OPUS JSR* 2019, 14: 2040-73.
260. Manap A. Anne Babalarda Dijital Ebeveynlik Farkındalığının İncelenmesi. Eğitim Bilimleri Enstitüsü, Eğitim Bilimleri Ana Bilim Dalı. Doktora Tezi, Malatya: İnönü Üniversitesi, 2020.



EKLER

EK -1. Özgeçmiş



EK-2. Etik Kurul Onayı





EK-3. Uygulama İzin Belgesi



EK-4. Aydınlatılmış Onam Formu



EK-5. Kişisel Bilgi Formu

KİŞİSEL BİLGİ FORMU

1) Anketi Dolduran Ebeveyn: Anne () Baba ()

2) Anne – Baba Yaşı:

Anne	Baba
20 – 25 ()	20 – 25 ()
26 – 30 ()	26 – 30 ()
31 – 35 ()	31 – 35 ()
36 – 40 ()	36 – 40 ()
41 – 45 ()	41 – 45 ()
46 ve üstü ()	46 ve üstü ()

3) Anne – Baba Öğrenim Düzeyi:

Anne Öğrenim Düzeyi	Okur-Yazar değil ()	İlköğretim ()	Lise ()	Ön lisans ()	Lisans ()	Lisansüstü ()
Baba Öğrenim Düzeyi	Okur-Yazar değil ()	İlköğretim ()	Lise ()	Ön lisans ()	Lisans ()	Lisansüstü ()

4) Çocuk Sayısı: Tek Çocuk () 2 çocuk () 3 çocuk () 4 çocuk ve üstü ()

5) Anne – Baba Çalışma Durumu :

Anne	Baba
Çalışıyor () – Meslek:	Çalışıyor () – Meslek:
Çalışmıyor ()	Çalışmıyor ()

6) Gelir Düzeyi :

Gelirim giderimden az () Gelirim giderime denk () Gelirim giderimden fazla ()

7) Bebeğinizin Yaşı:

6-12 ay ()

13-18 ay ()

19-24 ay ()

25-30 ay ()

31-36 ay ()

-

8) Bebeğinizin cinsiyeti:

Kız ()

Erkek ()

EK-6. Bebekler İçin Dijital Bağımlılık Eğilimi Ölçeği

BEBEKLER İÇİN DİJİTAL BAĞIMLILIK EĞİLİMİ ÖLÇEĞİ

Bu ölçek, 6-36 aylık bebekler için dijital bağımlılık eğilimi düzeyini belirlemek amacıyla hazırlanmaktadır. Ölçekte toplam 24 madde yer almaktadır. Maddelerde geçen "dijital araç" ifadesi televizyon, tablet, telefon gibi dijital araçları ifade etmektedir. Cümleleri okuduktan sonra o ifadenin size ne kadar uyduğunu 5 seçenekten birinin yanındaki kutucuğa işaret koyarak belirtiniz. Bu ifadelerde doğru veya yanlış yoktur, sadece size uyan seçeneği işaretlemeniz gerekmektedir. Bütün soruların cevaplandırılması çok önemlidir. Bu nedenle, bazı ifadeler size benzer gelse de lütfen hepsini mutlaka cevaplandırınız.

	CÜMLELER	Hiçbir zaman(1)	Nadiren (2)	Bazen (3)	Çoğunlukla (4)	Her zaman(5)
1	Bebeğim, müdahalede bulunmadığım zaman dijital araçlarla uzun süre vakit geçirir.					
2	Bebeğim dijital araç kullanmadığım zaman yemek yemeyi istemez.					
3	Bebeğim günlük bakımı (banyo, alt temizleme vb.) sırasında dijital araçlarla sakinleşir.					
4	Bebeğim dijital araçlarla vakit geçirmekten keyif alır.					
5	Bebeğim dijital araçlarla oynamasına izin verilmediğinde bağırır/öfkelenir.					
6	Bebeğim elindeki dijital aracı kapattığımda ağlar.					
7	Bebeğim elindeki dijital aracı kapattığımda zor sakinleşir.					
8	Bebeğim dijital araçlar ile vakit geçirirken elinden aldığımda veya kapattığımda bağırır/öfkelenir.					
9	Bebeğim dijital araçlar ile vakit geçirirken acıktığının farkına varmaz.					
10	Bebeğim dijital araçlar ile vakit geçirirken bizimle olan etkileşimi azalır.					
11	Bebeğim bizimle vakit geçirmek yerine dijital araçlarla vakit geçirmeyi tercih eder.					
12	Bebeğim çevresindeki çocuklarla oynamak yerine dijital araçlarla vakit geçirmeyi tercih eder.					
13	Bebeğim çevresindeki oyuncaklarla oynamak yerine dijital araçlarla ilgilenmeyi tercih eder.					
14	Bebeğim gerçek yaşam etkinliklerine göre, dijital araçlarla vakit geçirmekten daha fazla mutlu olur.					
15	Bebeğim dijital araçlarla vakit geçirirken seslendiğimde dönüp bakmaz.					
16	Bebeğim dijital araçlarla vakit geçirmediği					

	zaman sıkılır.					
17	Bebeğim her geçen gün, daha uzun süre dijital araçlarla vakit geçirmek ister.					
18	Bebeğim dijital araçlarla vakit geçirmek istediğinde herhangi bir engellemeye maruz kalırsa öfkeli tepkiler verir.					
19	Bebeğim dijital araçlar olmadan araçta veya otobüste yolculuk yaptığında sıkılır/ağlar.					
20	Evdeki dijital araçlar kapalı olduğunda bebeğim sürekli açmak ister ve dikkati sürekli dijital araçlardadır.					
21	Bebeğim dışarı çıkmak veya parka gitmek yerine evde dijital araçlarla vakit geçirmek ister.					



EK-7. Dijital Tükenmişlik Ölçeği

DİJİTAL TÜKENMİŞLİK ÖLÇEĞİ

Ortalamaların değerlendirilmesinde, “kesinlikle katılıyorum: 4.21–5.00”; “katılıyorum: 3.41–4.20”; “kararsızım: 2.61–3.40”; “katılmıyorum: 1.81–2.60”; “hiç katılmıyorum: 1.00–1.80” dikkate alınmıştır.

Aşağıdaki ifadelere katılma derecenizi işaretleyiniz. 5-Tamamen katılıyorum 4-Katılıyorum 3-Kısmen katılıyorum 2-Katılmıyorum 1-Hiç katılmıyorum	1	2	3	4	5
Dijital Yıpranma					
1. Dikkat sorunu çekiyorum.					
2. Bir gün aklımı kaçıracığımı düşünüyorum.					
3. Bazen zihnimim bulanıklaştığını hissediyorum.					
4. Kendimi stres altında hissediyorum.					
5. Devamlı mesaj yazmaktan ve kontrol etmekten elim ya da vücudum ağrıyor.					
6. Depresyon belirtileri gösterdiğimi düşünmeye başladım.					
7. Yalnızlık duygusu hakim.					
8. Statü karmaşası yaşamaktayım.					
9. Kendimi kısıtlanmış hissediyorum.					
10. Gerçek dünya ile sanal dünya/yaşam arasında dengeyi kuramıyorum.					
11. Sanal alemde ve dijital araçlarla çok uzun süre vakit geçiriyorum.					
12. Daha az konuşup, daha az bakıyorum etrafıma.					
Dijital Yoksunluk					
13. Bağlantım olmadığında/çevrimdışı olduğumda kendimi huzursuz hissediyorum.					
14. Ne mesaj geldi ne oldu diye bir an aklımdan çıkmıyor.					
15. Yanımda dijital araçlarım (telefon, tablet, bilgisayar...) olmadığında kendimi çıplak gibi düşünüyorum.					
16. Her an tweetlerimi, facebook adresimi, e-maillerimi, mesajlarımı kontrol ederim, etmezsem kendimi garip/huzursuz hissedirim.					
17. Bağlantım olmadığında/çevrimdışı olduğumda gücümü yitirmiş hissediyorum.					
18. En çok cep telefonumu kaybetmekten, unutmaktan korkuyor ve rahatsız oluyorum.					
Duygusal Tükenme					
19. Sanal ve dijital ortamlardan dolayı tükendığimi hissediyorum.					
20. Etraftaki olaylara ve durumlara karşı olabildiğince ilgim/isteğim azaldı.					
21. Etrafımdaki kişilere karşı tahammülüm azaldı/duyarsızlaştım.					
22. Sabırsızlaştım.					
23. Çabuk öfkelenir oldum.					
24. Kişilerarası ilişkilerimin/iletişiminin zayıfladığını düşünüyorum.					

EK-8. Yarı Yapılandırılmış Görüşme Formu

Sayın katılımcı;

Aşağıda yer alan soruları “Dijital okuryazarlık eğitim programı” uygulama sürecini göz önünde bulundurarak cevaplandırınız. Soruların doğru veya yanlış cevabı bulunmamaktadır. İhtenlikle vereceğiniz cevaplar için teşekkürler.

8) Dijital okuryazarlık programının size katkısı oldu mu?

*Evet, katkısı oldu ()

*Biraz katkısı oldu ()

*Katkısı olmadı ()

Diğer görüşler:

9) Dijital okuryazarlık programının bebeğinizin gelişim sürecine katkısı oldu mu?

*Evet, katkısı oldu ()

*Biraz katkısı oldu ()

*Katkısı olmadı ()

Diğer görüşler:

10) Dijital okuryazarlık eğitim programından sonra dijital araçları kullanım biçiminiz değişiklik gösterdi mi?

*Evet, değişiklik oldu ()

*Biraz değişiklik oldu ()

*Hayır bir değişiklik olmadı ()

Diğer görüşler:

11) Dijital okuryazarlık eğitimi programından sonra bebeğinizin dijital araçlarla etkileşiminde bir değişiklik oldu mu?

*Evet, değişiklik oldu ()

*Biraz değişiklik oldu ()

*Hayır bir değişiklik olmadı ()

Diğer görüşler:

12) Eğitim programı hakkındaki görüşlerinizi yazınız.

13) Eğitim programında yer alan etkinlikler hakkındaki görüşlerinizi yazınız.

14) Eğitim programını uygulayan eğitimci hakkındaki görüşlerinizi yazınız.

EK-9. Dijital Tükenmişlik Ölçeği Kullanım İzni

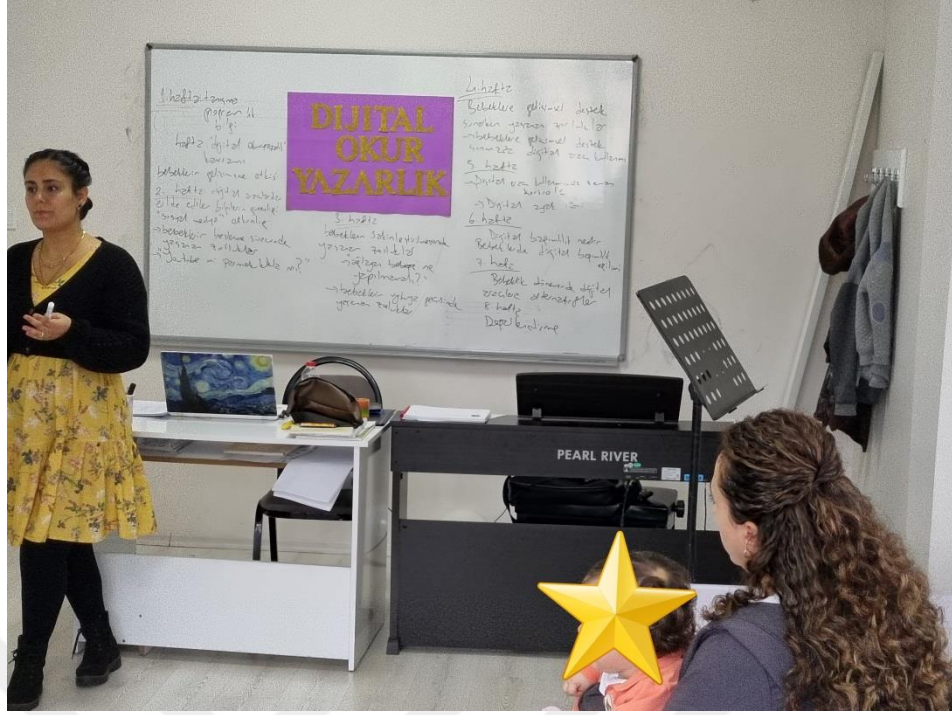


EK-10. Dijital Okuryazarlık Keğitim Programı Uygulama Fotoğrafları









EK-11. Uygulama Güvenirlik Formu

UYGULAMA GÜVENİRLİĞİ VERİ FORMU

Gözlemci:

Tarih:

Eğitimci davranışları/Oturumlar	Evet	Hayır
Uygulama ortamını düzenler		
Uygulama materyalini hazırlar		
Ebeveynlerin dikkatini çeker		
Eğitimin amacına uygun olarak konuyu anlatır.		
Etkinlikleri göstererek ve uygulayarak anlatır		
Katılımcılardan gelen soruları yanıtlar		
Oturumu sonlandırır.		
Toplam		
Yüzde		

EK-12. İHTİYAÇ ANALİZİ FORMU

DEMOGRAFİK BİLGİ FORMU

Değerli katılımcı,

Bu araştırmada Dijital Okuryazarlık Programının Bebeklerde Dijital Bağımlılık Eğilimine ve Ebeveynlerde Dijital Tükenmişliğe Etkisinin incelenmesi amaçlanmaktadır. Bu anket bir bilgi sınavı değildir. Hiçbir ifadenin doğru veya yanlış cevabı yoktur. Verilen forma kimlik bilgilerinizi lütfen yazmayınız. Verdiğiniz cevaplar sadece araştırma amaçlı kullanılacak ve üçüncü şahıslarla paylaşılmayacaktır. Vakit ayırdığınız için teşekkürler.

1) Anketi Dolduran Ebeveyn: Anne () Baba ()

2) Yaşınız :

Eşinizin Yaşı:

3) Anne – Baba Öğrenim Düzeyi:

Anne Öğrenim Düzeyi	Okur-Yazar değil ()	Okuryazar ()	İlkokul ()	Ortaokul ()	Lise ()	Ön Lisans ()	Lisans ()	Lisansüstü ()
Baba Öğrenim Düzeyi	Okur-Yazar değil ()	Okuryazar ()	İlkokul ()	Ortaokul ()	Lise ()	Ön Lisans ()	Lisans ()	Lisansüstü ()

4) Kaç çocuğunuz var?

Tek Çocuk () 2 çocuk () 3 çocuk () 4 çocuk ve üstü ()

5) Anne – Baba Çalışma Durumu :

Anne	Baba
Çalışıyor () – Meslek: Çalışmıyor ()	Çalışıyor () – Meslek: Çalışmıyor ()

6) Gelir Düzeyi :

Gelirim giderimden az ()	Gelirim giderime denk ()	Gelirim giderimden fazla ()
---------------------------	---------------------------	------------------------------

7) Bebeğinizin yaşı (Ay olarak belirtiniz):

8) Bebeğinizin cinsiyeti : Kız () Erkek ()

9) İlk internet kullanım yaşıınız?

10) Günde kaç saat dijital araçlarla vakit geçirilmektedir?.....

11) En sık hangi dijital aracı kullanıyorsunuz? (Bilgisayar, Tablet, Cep Telefonu vb.)

12) Dijital araçları kullanım amaçlarınız nelerdir ? (Araştırma, eğlence, eğitim, sosyal medya vb.)

EBEVEYN GÖRÜŞME FORMU

DİJİTAL ARAÇ KULLANIMINA İLİŞKİN GÖRÜŞLER

Dijital araçları hangi süreçlerde kullanırsınız?	Hiçbir zaman	Nadiren	Orta Sıklık	Oldukça sık	Her zaman
Uyuturken					
Banyo yaptırırken					
Yemek yedirirken					
Sakinleştirirken					
Eğitirken					
İşlerimi yaparken					

1) Sayın anne/baba bebeğinizin bakım sürecinde en çok zorlandığınız durumlar nelerdir? Birden fazla seçeneği işaretleyebilirsiniz.

Uyutmakta çok zorlanırım ()

Yemek yedirirken çok zorlanırım ()

Banyo yaptırırken çok zorlanırım ()

Altını temizlerken çok zorlanırım ()

Ağlama krizleri olduğunda sakinleştirmek için çok zorlanırım ()

Diğer :

2) Bebeğinizin bakım sürecinde zorlanıyor musunuz?

Evet () Hayır ()

Cevabınız evet ise lütfen açıklayınız:

3) Bebeğinizin bakım sürecinde zorlandığınızda destek aldınız mı?

Evet () Hayır ()

Cevabınız evet ise kimden, hangi konuda destek aldığınızı lütfen açıklayınız:

.....

4) Sizce bakım sürecinde ebeveynlerin ihtiyaç duyduğu destekler nelerdir? Birden fazla seçeneği işaretleyebilirsiniz.

Ebeveynlerin desteğe ihtiyacı yok ()

Eşler arası yardımlaşma ve destek gerekir ()

Aileden (anne, baba ve kardeşlerden) destek alınması gerekir ()

Tıbbi konularla ilgili olarak doktor desteği gerekir ()

Uzman desteği (psikolojik danışma, çocuk gelişimi uzmanı, vb.) gerekir ()

5) Bebeğinizin bakım sürecinde (yemek yedirirken, altını değiştirirken, banyo yaptırırken vb. durumlarda) dijital araç(TV, tablet, Akıllı telefon) kullanır mısınız? Birden fazla seçeneği işaretleyebilirsiniz.

Bebeğimin bakım sürecinde dijital araç kullanmıyorum ()

Zorlandığım zamanlarda dijital araç kullanıyorum ()

Çocuğumu oyalamak için zaman zaman kullanıyorum ()

Farklı kişilerin bebek bakım sürecini takip etmek ve bebek bakımında tecrübe edinmek için kullanıyorum ()

Farklı insanlarla bakım süreci ile ilgili deneyimlerimi paylaşmak için kullanıyorum ()

6) Bebeğinize yemek yedirirken dijital araç kullanır mısınız? Birden fazla seçeneği işaretleyebilirsiniz.

Bebeğime yemek yedirirken dijital araç kullanmıyorum ()

Bebeğime televizyon karşısında yemek yediririm ()

Yemek yesin diye bebeğimin eline tablet veririm ()

Yemek yesin diye telefonumdan videolar açıp izletirim ()

Diğer:

7) Bebeğinizi sakinleştirmek için (ağladığında, sinirlendiğinde veya canı sıkıldığında) dijital araç kullanır mısınız?

Evet () Hayır ()

Cevabınız evet ise lütfen açıklayınız:

8) Bebeğinizi uyutmak için (uykuya rahat geçmesi için, ağlamadan uyuması için vb. durumlarda) dijital araç kullanır mısınız?

Evet () Hayır ()

Cevabınız evet ise lütfen açıklayınız:

- 9) **Bebeklik döneminde dijital araç kullanımını doğru buluyor musunuz? Sizce bebeklik döneminde dijital araç kullanımının olumlu ve olumsuz yönleri nelerdir?**

DİJİTAL OKURYAZARLIĞA İLİŞKİN GÖRÜŞLER

- 1) **Dijital araç gereçleri kullanım şekliniz (gün içerisinde akıllı telefon, tablet, bilgisayar ve sosyal medya kullanımı) nasıldır? Açıklayınız. Birden fazla seçeneği işaretleyebilirsiniz.**

Tablet ve bilgisayar ile çok vakit geçiririm ()

Telefonumu yanımdan asla ayırmam ve sık sık kontrol ederim ()

Sosyal medyada (instagram, twitter, whatsapp vb.) içerik (fotoğraf, video vb.)

paylaşıyorum ()

Dijital araç gereçleri sadece ihtiyacım olduğu zamanlarda kullanırım ()

Diğer:

- 2) **Dijital araç gereçleri kullanma yetkinliğinizi belirtiniz.**

Tamamen Yeterli () Yeterli () Kısmen Yeterli () Yetersiz ()

Tamamen Yetersiz ()

- 3) **Dijital araçları kullanım amacınız nedir? (Birden fazla seçeneği işaretleyebilirsiniz)**

Dijital araçları bilgi edinmek için kullanırım ()

Dijital araçları paylaşımları ve haberleri takip etmek için kullanırım ()

Dijital araçları eğlenmek ve hoş vakit geçirmek amacıyla kullanırım ()

Dijital araçları alışveriş yapmak amacıyla kullanırım ()

Diğer:

.....

- 4) **Lütfen tabloda yer alan maddelerden size uygun olanlar için “Evet”, uygun olmayan bölümler için “Hayır” kutucuğunu işaretleyiniz.**

Davranış	Hayır	Evet	Kısmen
Dijital ortamda geçerli olan kurallar ve kanunlar hakkında bilinçliyim.			
Dijital ortamda geçerli olan kurallar ve kanunlar hakkında bilgi sahibiyim.			
Dijital araçların ne zaman ve nasıl kullanılacağı			

konusunda farkındalık sahibiyim.			
Dijital ortamların psikolojik sağlık üzerindeki etkisi hakkında bilinçliyim			
Dijital ortamların fizyolojik sağlık (obezite, kas problemleri, göz hastalıkları vb.) üzerindeki etkisi hakkında bilinçliyim.			
Dijital ortamlarda güvenilir ve doğru bilgiye ulaşabilirim.			
Güvenli bir şekilde alışveriş yapabilirim ve internette gezinebilirim.			
Dijital araç kullanırken kişisel verilerimin korunmasını sağlayabilirim.			
Dijital ortamda haklarım ihlal edildiğinde nasıl davranmam gerektiği hakkında bilgi sahibiyim.			
Bebeğimin gelişimini destekleme sürecinde dijital araçları kullanabilirim.			
Dijital ortamlarda doğru bilgiye ulaşma ve paylaşma konusunda bilinçliyim.			
Dijital ortamlarda işlenen suç ve yapılan haksızlıklar konusunda şikayet hakkımı kullanabilirim.			
Dijital araç kullanımı ile ilgili zorbalık davranışlarını, olası riskleri ve bu risklerin etkilerini bilirim.			
Dijital ortamlarda etik davranma konusunda bilgi sahibiyim.			
Dijital ortamlarda fotoğraf, kişisel bilgiler ve özel durumları paylaşma konusunda bilgi sahibiyim.			
Dijital ortamlarda çocuğumun kişisel bilgilerini (isim, kimlik, okul ve kreş bilgileri vb.), yaşadığı olayları ve sıkıntıları, ağlama nöbetlerini, eğlence içerikli videolarını paylaşma konusunda dikkatliyim ve duyarlıyım.			

EK-13. Dijital Okuryazarlık Programı Oturum Örneği

Ebeveynlere yönelik Dijital Okuryazarlık Programı

7.Oturum

1.Etkinlik

Kazanımlar: Bebeklik döneminde gelişimsel desteğin önemini bilir.

Etkinlik adı: “Bebeklere gelişimsel destek sunma”

Etkinliğin amacı: Bebeklik döneminde gelişimsel açıdan destek sunmanın önemini kavramak.

Materyal: Oynasın da Büyüsün etkinlik kitabı.

Süre: 20 dakika

Yöntem: Anlatım, soru-cevap.

Uygulama süreci

Eğitimci, katılımcıları selamlayarak karşılar ve etkinliklerin içeriği hakkında bilgilendirme yapar. Eğitimci, ebeveynlere bebeklerinin gelişim sürecini desteklemek için ne tür etkinlikler yaptıklarını sorar. Gelen cevapları dinler ve diğer katılımcılarla birlikte görüşler değerlendirilir. Ardından eğitimci detaylı sorulara geçiş yapar?

- Bebeğinizin bilişsel gelişimini desteklemek için neler yaparsınız?
- Bebeğinizin dil gelişimini desteklemek için neler yaparsınız?
- Bebeğinizin sosyal-duygusal gelişimini desteklemek için neler yaparsınız?
- Bebeğinizin duygusal gelişimini desteklemek için neler yaparsınız?
- Bebeğinizin öz bakım becerilerini desteklemek için neler yaparsınız?

Ebeveynlerden gelen cevaplar tek tek dinlenir ve birlikte değerlendirilir. Ardından görselde yer alan etkinlik kitabı incelenir.



Etkinlik kitabı incelendikten sonra, her katılımcıdan kitapta yer alan bir etkinliği seçmeleri ve bir sonraki haftaya kadar evde bebekleriyle uygulamaları istenir. Bir sonraki hafta katılımcılardan deneyimlerini paylaşmaları istenir. Değerlendirme aşaması tamamlandıktan sonra ikinci etkinliğe geçiş yapılır.

Değerlendirme

Neler biliyordum?

Neler öğrendim?

2.Etkinlik

Kazanımlar: Bebeklere gelişimsel destek sunmada dijital araç kullanımının etkilerini açıklar.

Etkinlik adı: Bebeklere gelişimsel destek sunmada dijital araçlar

Etkinliğin amacı: Bebekleri gelişimsel açıdan desteklemede dijital araçlardan nasıl yararlanılması gerektiğine dair farkındalık kazanmak.

Materyal: Projeksiyon cihazı.

Süre: 25 dakika

Yöntem: Anlatım, soru-cevap, tartışma.

Uygulama süreci

Eğitimci, ilk etkinlikte gelişimsel destek sunmanın önemine değinildiğine vurgu yapar. İkinci etkinlikte ise gelişimsel destek sunmada dijital araçların yerine ve önemine değinileceğine dikkat çeker. İlk olarak katılımcılara bazı sorular yöneltilir:

- Bebeğinizin gelişimini desteklemek için telefon, tablet veya televizyon gibi dijital araçlardan faydalanır mısınız?
- Cevabınız evet ise, bu dijital araçları doğrudan bebeğinize mi sunarsınız? Yoksa bebeğinizi gelişimsel açıdan desteklemek için siz mi faydalanırsınız?

Eğitimci, gelen cevapları ve görüşleri katılımcılarla birlikte değerlendirir. Ardından önceki haftalarda değinilen dijital okuryazarlık kavramını hatırlatır. Doğru bilgiye ulaşmada ve dijital araçları doğru kullanmada dijital okuryazar olmanın önemi tekrar vurgulanır. Gelişim sürecinde yaşamın ilk yıllarında (2-3) yaş dijital araç kullanımı önerilmediği için, ebeveynlerin çocuklara dijital araçları doğrudan sunmamaları gerektiği açıklanır. Bunun yerine, ebeveynlerin dijital araçlardan gerekli bilgiyi aldıktan sonra çocuklarına gelişimsel destek sunabilecekleri, dijital araçları bilgi kaynağı olarak kullanabilecekleri vurgulanır. Ardından ebeveynlerle birlikte projeksiyon cihazı ile yansıtılan ekranda, gelişimsel destek sunmada yararlanılabilecek dijital kaynaklar incelenir.

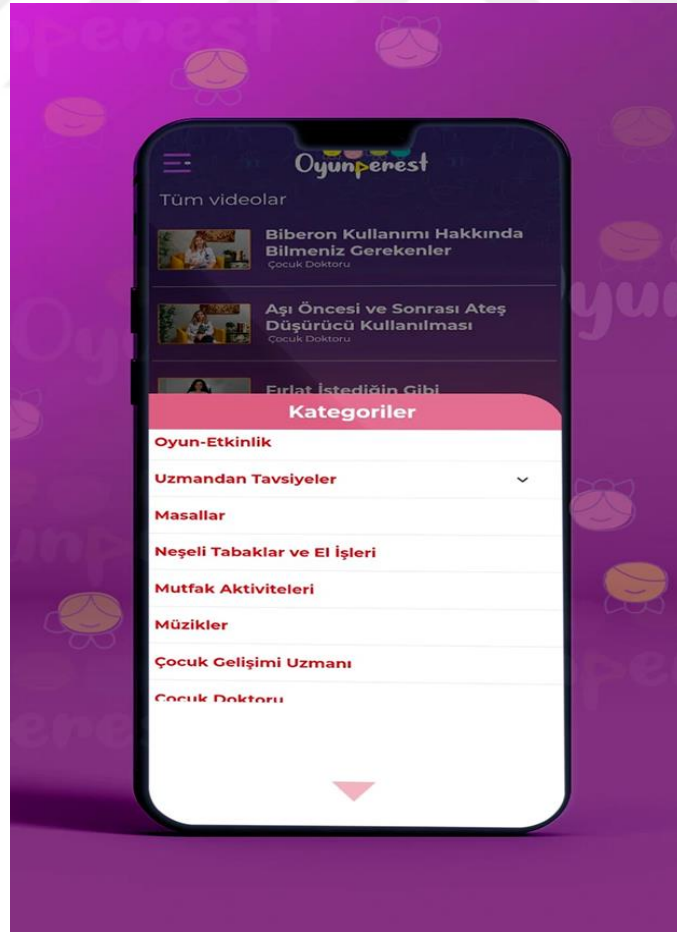
Örnek uygulamalar ve kaynaklar:

“AÇEV İlk 6 yıl” mobil uygulama





“OyunPerest” Mobil Uygulama





Değerlendirme

Neler biliyordum?	Neler öğrendim?

