



**T.C.
YALOVA ÜNİVERSİTESİ
LİSANSÜSTÜ EĞİTİM ENSTİTÜSÜ**

**SOSYAL HİZMET ANABİLİM DALI
SOSYAL HİZMET BİLİM DALI**

**ÜNİVERSİTE ÖĞRENCİLERİNDE TEKNOLOJİ BAĞIMLILIĞI İLE AİLE YAŞAM
DOYUMUNUN SOSYAL HİZMET PERSPEKTİFİNDEN İNCELENMESİ**

YÜKSEK LİSANS TEZİ

KÜBRA NUR DURĞUN

DANIŞMAN: PROF. DR. ALİ RIZA ABAY

**YALOVA
ARALIK 2025**



T.C.
YALOVA ÜNİVERSİTESİ
LİSANSÜSTÜ EĞİTİM ENSTİTÜSÜ

SOSYAL HİZMET ANABİLİM DALI
SOSYAL HİZMET BİLİM DALI

ÜNİVERSİTE ÖĞRENCİLERİNDE TEKNOLOJİ BAĞIMLILIĞI İLE AİLE YAŞAM
DOYUMUNUN SOSYAL HİZMET PERSPEKTİFİNDEN İNCELENMESİ

YÜKSEK LİSANS TEZİ

KÜBRA NUR DURĞUN
238212021

DANIŞMAN: PROF. DR. ALİ RIZA ABAY

YALOVA
ARALIK 2025

Yalova Üniversitesi Lisansüstü Eğitim Enstitüsü'nün 238212021 numaralı Yüksek Lisans öğrencisi **KÜBRA NUR DURĞUN**, ilgili yönetmeliklerin belirlediği gerekli tüm şartları yerine getirdikten sonra hazırladığı “**ÜNİVERSİTE ÖĞRENCİLERİNDE TEKNOLOJİ BAĞIMLILIĞI İLE AİLE YAŞAM DOYUMUNUN SOSYAL HİZMET PERSPEKTİFİNDEN İNCELENMESİ**” başlıklı tezini aşağıda imzaları olan jüri önünde sunmuş ve başarılı bulunmuştur.

	İmza	/	Kanaati (Kabul/Red)
Prof. Dr. Ali Rıza ABAY Danışman, Yalova Üniversitesi		/	Kabul
Doç. Dr. Yasemin ÇÖLGEÇEN Jüri Üyesi, Yalova Üniversitesi		/	Kabul
Prof. Dr. Hasan Hüseyin TAYLAN Jüri Üyesi, Sakarya Üniversitesi		/	Kabul

Tez Savunma Tarihi: 30.12.2025

ETİK BEYAN

Yalova Üniversitesi Lisansüstü Eğitim Enstitüsü Tez Yazım Kuralları'na uygun olarak hazırladığım “Üniversite Öğrencilerinde Teknoloji Bağımlılığı ile Aile Yaşam Doyumunun Sosyal Hizmet Perspektifinden İncelenmesi” başlıklı bu tez çalışmada; tez içinde sunduğum verileri, bilgileri ve dokümanları akademik ve etik kurallar çerçevesinde elde ettiğimi, tüm bilgi, belge, değerlendirme ve sonuçları bilimsel etik ve ahlak kurallarına uygun olarak sunduğumu, tez çalışmada yararlandığım eserlerin tümüne uygun atıfta bulunarak kaynak gösterdiğimi, kullanılan verilerde herhangi bir değişiklik yapmadığımı, bu tezde sunduğum çalışmanın özgün olduğunu bildirir, aksinin tespiti halinde doğabilecek her türlü hukuki sorumluluğu kabul ettiğimi taahhüt ve beyan ederim.

İmza

Kübra Nur DURĞUN

ÖNSÖZ

Yüksek lisans eğitimim boyunca benden yardımlarını esirgemeyen, akademik anlamda bana her zaman destek olan ve doğru yolu gösteren sayın danışman hocam Prof. Dr. Ali Rıza ABAY'a şükranlarımı sunarım. Ayrıca tez savunma jüri üyeleri sayın Doç. Dr. Yasemin ÇÖLGEÇEN ve Prof. Dr. Hasan Hüseyin TAYLAN hocalarıma tezimi titizlikle değerlendirip inceledikleri ve önerileriyle ufkumu genişlettikleri için teşekkür ederim.

Araştırmaya katılım sağlayan bütün üniversite öğrencilerine tek tek teşekkür ederim. Yüksek lisans sürecinde her zaman yanımda olan, beni yüreklendiren ve benden desteklerini hiçbir zaman esirgemeyen kıymetli eşim Arif DURĞUN ve hayatıma anlam katan yaşama sevinçlerim, biricik yavrularım Hayrunnisa Nur DURĞUN ve Muhammed Eymen DURĞUN'a sosnsuz teşekkür ederim.

Son olarak, vesileyi hayatım olan ve bu günlere gelmemde emeklerini her daim hatırımda tutacağım kıymetli annem Atike KESKİNSOY ve kıymetli babam Celal KESKİNSOY'a şükranlarımı sunarım.

Aralık – 2025

Kübra Nur DURĞUN

İÇİNDEKİLER

ETİK BEYAN	i
ÖNSÖZ.....	ii
İÇİNDEKİLER.....	iii
SİMGELER ve KISALTMALAR LİSTESİ	v
TABLolar LİSTESİ	vi
ÖZET	viii
ABSTRACT	ix
1. GİRİŞ	1
1.1. Araştırmanın Problemi	2
1.2. Araştırmanın Amacı	3
1.3. Araştırmanın Önemi	3
1.4. Araştırmanın Kapsamı ve Sınırlılıkları	4
1.5. Araştırmanın Yöntemi	4
2. KURAMSAL VE KAVRAMSAL ÇERÇEVE.....	6
2.1. Aile Kurumu	6
2.1.1. Ailenin işlevleri.....	7
2.1.2. Ailenin türleri.....	10
2.1.3. Aileye yönelik kuram ve yaklaşımlar	12
2.1.4. Aile yaşam döngüsü.....	15
2.1.5. Aile yaşam doyumu	19
2.1.6. Ailelerle sosyal hizmet.....	21
2.2. Bağımlılık ve Teknoloji Bağımlılığı	25
2.2.1. Bağımlılık kavramı	25
2.2.2. Bağımlılık türleri ve nedenleri.....	27
2.2.3. Teknoloji bağımlılığı ve türleri.....	29
2.2.4. Teknoloji bağımlılığı ve sosyal hizmet.....	37
3. ARAŞTIRMANIN YÖNTEM VE TEKNİĞİ.....	40
3.1. Araştırmanın Modeli	40
3.2. Araştırmanın Evren ve Örneklemi.....	40
3.2. Araştırmanın Soru ve Hipotezleri.....	40
3.4. Araştırmanın Veri Toplama Araçları.....	42
3.4.1. Kişisel bilgi formu	43
3.4.2. Aile yaşam doyumu ölçeği	43
3.4.3. Teknoloji bağımlılığı ölçeği.....	43

3.5. Verilerin Toplanması ve Analizi	44
4. BULGULAR VE YORUMLAR.....	46
4.1. Katılımcıların Sosyodemografik Özellikleri	46
4.2. Katılımcıların Teknoloji Kullanımına Yönelik Özellikleri	47
4.3. Katılımcıların Aile Yaşam Doyumu Ölçeği (AYDÖ) Verileri	48
4.4. Katılımcıların Teknoloji Bağımlılığı Ölçeği (TBÖ) Verileri	50
4.5. Sosyodemografik ve Teknoloji Kullanımına Yönelik Özelliklerinin Aile Yaşam Doyumu Ölçeği (AYDÖ) ile Karşılaştırılması.....	54
4.6. Katılımcıların Sosyodemografik ve Teknoloji Kullanımına Yönelik Özelliklerinin Teknoloji Bağımlılığı Ölçeği (TBÖ) ile Karşılaştırılması.....	59
4.7. Katılımcıların Teknoloji Bağımlılığı Ölçeği (TBÖ) ile Aile Yaşam Doyumu Ölçeği (AYDÖ) Arasındaki İlişkinin İncelenmesi.....	68
5. TARTIŞMA	71
6. SONUÇLAR VE ÖNERİLER	76
KAYNAKLAR.....	81
EKLER	91

SİMGELER ve KISALTMALAR LİSTESİ

SİMGELER

α	: Güvenilirlik katsayısı
N	: Frekans (sayı)
p	: Anlamlılık düzeyi
r	: Korelasyon katsayısı
sd.	: Serbest dağılım
$\bar{X}$	: Ortalama
X^2	: Ki-Kare (Kruskal-Wallis H Testi)
U	: Mann-Whitney testinin temel istatistiği
z	: Standartlaştırılmış test istatistiği (Mann-Whitney U Testi)

KISALTMALAR

ASHB	: Aile ve Sosyal Hizmetler Bakanlığı
AYD	: Aile Yaşam Doyumu
AYDÖ	: Aile Yaşam Doyumu Ölçeği
BT	: Bilişim Teknolojileri
DSM-5	: Ruhsal Bozuklukların Tanısal ve İstatistiksel El Kitabı
ICD	: Uluslararası Hastalık Sınıflaması
IFSW	: Uluslararası Sosyal Hizmet Uzmanları Federasyonu
KW	: Kruskal-Wallis
SHU	: Sosyal Hizmet Uzmanı
TBÖ	: Teknoloji Bağımlılığı Ölçeği
TDK	: Türk Dil Kurumu
TÜİK	: Türkiye İstatistik Kurumu

TABLolar LİSTESİ

Tablo 4. 1. Katılımcıların Sosyodemografik Özellikleri.....	46
Tablo 4. 2. Katılımcıların Teknoloji Kullanımına Yönelik Özellikleri.....	47
Tablo 4. 3. Aile Yaşam Doyumu Ölçek Madde İstatistikleri ve Güvenirliği.....	48
Tablo 4. 4. (Devam) Aile Yaşam Doyumu Ölçek Madde İstatistikleri ve Güvenirliği	49
Tablo 4. 5. Aile Yaşam Doyumu Ölçeği (AYDÖ) Puanları	49
Tablo 4. 6. Aile Yaşam Doyumu Ölçeğinin Normallik Testi (Kolmogorov-Smirnov)	50
Tablo 4. 7. Teknoloji Bağımlılığı (Sosyal Ağ Kullanımı) Alt Boyutu Madde İstatistikleri ve Güvenirliği.....	50
Tablo 4. 8. Teknoloji Bağımlılığı (Anlık Mesajlaşma) Alt Boyutu Madde İstatistikleri ve Güvenirliği.....	51
Tablo 4. 9. Teknoloji Bağımlılığı (Çevrimiçi Oyun Oynama) Alt Boyutu Madde İstatistikleri ve Güvenirliği.....	51
Tablo 4. 10. Teknoloji Bağımlılığı (Web Siteleri Kullanma) Alt Boyutu Madde İstatistikleri ve Güvenirliği.....	51
Tablo 4. 10. (Devam) Teknoloji Bağımlılığı (Web Siteleri Kullanma) Alt Boyutu Madde İstatistikleri ve Güvenirliği.....	52
Tablo 4. 11. Teknoloji Bağımlılığı Ölçeği'nin Madde İstatistikleri ve Güvenirliği	52
Tablo 4. 12. Teknoloji Bağımlılığı Ölçeği (TBÖ) ve Alt Boyutlarının Puanları	53
Tablo 4. 13. Teknoloji Bağımlılığı Ölçeği (TBÖ) Düzeyleri.....	53
Tablo 4. 13. (Devam) Teknoloji Bağımlılığı Ölçeği (TBÖ) Düzeyleri	54
Tablo 4. 14. Teknoloji Bağımlılığı Ölçeği'nin Normallik Testi (Kolmogorov-Smirnov)	54
Tablo 4. 15. Aile Yaşam Doyumu (AYDÖ) ile Cinsiyet Karşılaştırılması.....	54
Tablo 4. 16. Aile Yaşam Doyumu (AYDÖ) ile Sınıf Düzeyi Karşılaştırılması.....	55
Tablo 4. 17. Aile Yaşam Doyumu (AYDÖ) ile Aile Yapısı Karşılaştırılması.....	55
Tablo 4. 18. Aile Yaşam Doyumu (AYDÖ) ile Aile Gelir Düzeyi Karşılaştırılması	55
Tablo 4. 19. Aile Yaşam Doyumu (AYDÖ) ile Aile ile Görüşme Sıklığı Karşılaştırılması.....	56
Tablo 4. 20. Aile Yaşam Doyumu (AYDÖ) ve Aile ile Teknoloji Kullanımı Karşılaştırılması.....	56
Tablo 4. 21. Aile Yaşam Doyumu (AYDÖ) ile Teknoloji Kullanımına Ayrılan Süre Karşılaştırılması.....	57
Tablo 4. 22. Aile Yaşam Doyumu (AYDÖ) ile Teknoloji Kullanım Amacı Karşılaştırması.....	57
Tablo 4. 23. Aile Yaşam Doyumu (AYDÖ) ile En Sık Kullanılan Sosyal Medya Karşılaştırması.....	58
Tablo 4. 24. Aile Yaşam Doyumu (AYDÖ) ile Günlük Teknoloji Kullanımının Aile İçi İlişkilere Etkisinin Karşılaştırması	58

Tablo 4. 25. Katılımcıların Yaşları ile Aile Yaşam Doyumu (AYDÖ) Arasındaki İlişki.....	58
Tablo 4. 26. Teknoloji Bağımlılığı Ölçeği (TBÖ) İle Cinsiyet Karşılaştırması.....	59
Tablo 4. 27. Teknoloji Bağımlılığı Ölçeği (TBÖ) İle Sınıf Düzeyi Karşılaştırması.....	59
Tablo 4. 27. (Devam) Teknoloji Bağımlılığı Ölçeği (TBÖ) İle Sınıf Düzeyi Karşılaştırması.....	60
Tablo 4. 28. Teknoloji Bağımlılığı Ölçeği (TBÖ) İle Aile Yapısı Karşılaştırması.....	60
Tablo 4. 28. (Devam) Teknoloji Bağımlılığı Ölçeği (TBÖ) İle Aile Yapısı Karşılaştırması.....	61
Tablo 4. 29. Teknoloji Bağımlılığı Ölçeği (TBÖ) İle Aile Gelir Düzeyi Karşılaştırması	61
Tablo 4. 30. Teknoloji Bağımlılığı Ölçeği (TBÖ) İle Aile Görüşme Sıklığı Karşılaştırması.....	62
Tablo 4. 31. Teknoloji Bağımlılığı Ölçeği (TBÖ) İle Aile İle Birlikte Teknoloji Kullanımı Karşılaştırması.....	63
Tablo 4. 32. Teknoloji Bağımlılığı Ölçeği (TBÖ) İle Teknolojik Araçlara Ayrılan Süre Karşılaştırması.....	63
Tablo 4. 32. (Devam) Teknoloji Bağımlılığı Ölçeği (TBÖ) İle Teknolojik Araçlara Ayrılan Süre Karşılaştırması	64
Tablo 4. 33. Teknoloji Bağımlılığı Ölçeği (TBÖ) İle Teknoloji Kullanımı Amacı Karşılaştırması.....	64
Tablo 4. 33. (Devam) Teknoloji Bağımlılığı Ölçeği (TBÖ) İle Teknoloji Kullanımı Amacı Karşılaştırması	65
Tablo 4. 34. Teknoloji Bağımlılığı Ölçeği (TBÖ) İle En Sık Kullanılan Sosyal Medya Karşılaştırması.....	65
Tablo 4. 34. (Devam) Teknoloji Bağımlılığı Ölçeği (TBÖ) İle En Sık Kullanılan Sosyal Medya Karşılaştırması.....	66
Tablo 4. 35. Teknoloji Bağımlılığı Ölçeği (TBÖ) İle Teknoloji Kullanımının Aile İçi İlişkilere Etkisine Yönelik Düşüncelerinin Karşılaştırması	66
Tablo 4. 35. (Devam) Teknoloji Bağımlılığı Ölçeği (TBÖ) İle Teknoloji Kullanımının Aile İçi İlişkilere Etkisine Yönelik Düşüncelerinin Karşılaştırması	67
Tablo 4. 36. Katılımcıların Yaşları ile TBÖ ve Alt Boyutları Arasındaki İlişki.....	68
Tablo 4. 37. AYDÖ İle Kategorik Bağımlılık Düzeyleri Karşılaştırması.....	68
Tablo 4. 38. Katılımcıların Yaşları ile TBÖ ve Alt Boyutları Arasındaki İlişki.....	69

ÜNİVERSİTE ÖĞRENCİLERİNDE TEKNOLOJİ BAĞIMLILIĞI İLE AİLE YAŞAM DOYUMUNUN SOSYAL HİZMET PERSPEKTİFİNDEN İNCELENMESİ

ÖZET

Teknoloji, bireysel ve toplumsal yaşamımızın temel unsurlarından biri haline gelmiştir. Öyle ki günlük yaşamın hemen hemen her yerinde ve her anında teknolojik araçlarla birlikteyiz. Alışveriş alışkanlıklarımızdan sosyal etkileşimlerimize; eğitimden serbest zaman etkinliklerine kadar geniş yelpazede teknolojinin imkânlarından yararlanmaktayız. Fakat teknolojinin sunduğu bu imkânlar zaman zaman kontrolsüz ve aşırı kullanımı da beraberinde getirmektedir. Çünkü teknolojiyle sürekli etkileşim halinde olduğumuz ve bu etkileşimin giderek teknolojik bağımlılığa dönüştüğü bir çağda yaşamaktayız. Dolayısıyla teknoloji bağımlılığı günümüzün önde gelen davranışsal bağımlılıkları arasında yer almaktadır.

Aile kurumu insanlık tarihi kadar eski ve her an değişim ve dönüşüm içinde olan temel sosyolojik kurumların başında gelmektedir. Aile, toplumu oluşturan en küçük birimdir. Aile yaşam doyumunu ise aile üyelerinin aile içindeki rol ve ilişkilerine yönelik beklentileri ile bu beklentilerin ne ölçüde karşılandığına dair öznel değerlendirmeleri sonucu elde edilen doyumdur.

Bu araştırmanın amacı üniversite öğrencilerinde teknoloji bağımlılığının aile yaşam doyumuna olan etkisini sosyal hizmet perspektifinden incelemektir. Bu bağlamda araştırmada üniversite öğrencilerinin teknoloji bağımlılık düzeyleri, aile yaşam doyumunu düzeyleri karşılaştırılmış; demografik özellikleri ile aile yaşam doyumları ve teknoloji bağımlılık düzeyleri arasındaki farklılıklar incelenmiştir.

Araştırma, Bolu Abant İzzet Baysal Üniversitesi'nde öğrenim gören 382 üniversite öğrencisi ile gerçekleştirilmiştir. Araştırmada nicel araştırma modeli benimsenmiş ve veri toplama aracı olarak kişisel bilgi formu, Teknoloji Bağımlılığı Ölçeği (TBÖ) ve Aile Yaşam Doyumu (AYDÖ) kullanılmıştır. Veriler SPSS 27. Programı aracılığı ile analiz edilmiştir. Araştırmada kullanılan ölçeklerin normal dağılım gösterip göstermediğini tespit etmek için Kolmogorov-Smirnov testi yapılmış ve elde edilen puanlar normal dağılım göstermediği için iki grup arasındaki fark Mann Whitney U testi ile incelenmiş; ikiden fazla grup arasındaki fark ise Kruskal Wallis H testi ile incelenmiştir. Teknoloji Bağımlılığı Ölçeği ile Aile Yaşam Doyumu Ölçeği arasındaki ilişki ise Spearman Korelasyon yapılarak incelenmiştir. Ayrıca öğrencilerin demografik değişkenleri ile teknoloji bağımlılığı ve aile yaşam doyumunu yordamış ve hipotezler test edilmiştir. Araştırmada üniversite öğrencilerinin orta düzeyde teknoloji bağımlılığı gösterdikleri, aile yaşam doyumlarının ise yüksek olduğu bulunmuştur. Üniversite öğrencilerinin teknoloji bağımlılığı düzeyleri ile aile yaşam doyumunu düzeyleri arasında $r=-,308$ ($p=,000$) düzeyinde negatif korelasyon bulunmuştur. Yani Bolu Abant İzzet Baysal Üniversitesi öğrencilerinde teknoloji bağımlılığı yükseldikçe aile yaşam doyumunu düşmektedir.

Bu çalışmada elde edilen bulgular, teknoloji bağımlılığının aile yaşam doyumunu üzerindeki etkilerini ortaya koymaktadır. Ayrıca, sosyal hizmet disiplininin bağımlılık ve aile refahı alanındaki bilgi temeline önemli katkılar sağlayacağı ve geliştirilecek sosyal hizmet politikalarına kaynak teşkil edecektir.

Anahtar Kelimeler: Sosyal hizmet, Teknoloji, Teknoloji bağımlılığı, Aile, Aile yaşam doyumunu

INVESTIGATION OF TECHNOLOGY ADDICTION AND FAMILY LIFE SATISFACTION IN UNIVERSITY STUDENTS FROM SOCIAL WORK PERSPECTIVE

ABSTRACT

Technology has become one of the fundamental components of both individual and social life. Indeed, technological tools accompany us almost everywhere and at every moment of daily life. From our shopping habits to social interactions, and from education to leisure activities, we benefit from the opportunities provided by technology across a wide spectrum. However, these opportunities occasionally lead to uncontrolled and excessive use. As we live in an era characterized by constant interaction with technology, this interaction increasingly transforms into technological addiction. Consequently, technological addiction has emerged as one of the leading behavioral addictions of our time.

The family institution, as old as human history itself, stands as one of the fundamental sociological structures that continuously undergoes change and transformation. The family constitutes the smallest unit of society. Family life satisfaction refers to the subjective evaluation derived from the expectations of family members regarding their roles and relationships within the family, and the extent to which these expectations are fulfilled.

The aim of this study is to examine the impact of technological addiction on family life satisfaction among university students from a social work perspective. In this context, the study compared students' levels of technological addiction and family life satisfaction, while also investigating differences between demographic characteristics and both family life satisfaction and technological addiction levels.

The research was conducted with 382 university students enrolled at Bolu Abant İzzet Baysal University. A quantitative research design was adopted, and data were collected using a personal information form, the Technology Addiction Scale (TAS), and the Family Life Satisfaction Scale (FLSS). Data were analyzed using SPSS 27. To determine whether the scales used in the study exhibited normal distribution, the Kolmogorov-Smirnov test was applied. Since the scores did not show normal distribution, differences between two groups were examined using the Mann-Whitney U test, while differences among more than two groups were analyzed using the Kruskal-Wallis H test. The relationship between the Technology Addiction Scale and the Family Life Satisfaction Scale was examined through Spearman's correlation analysis. In addition, demographic variables of students were used to predict technology addiction and family life satisfaction, and hypotheses were tested.

The findings revealed that university students demonstrated moderate levels of technological addiction, while their family life satisfaction was high. A negative correlation was found between students' levels of technological addiction and family life satisfaction ($r = -0.308$, $p = 0.000$). In other words, among students at Bolu Abant İzzet Baysal University, as technological addiction increased, family life satisfaction decreased.

The findings obtained in this study reveal the effects of technology addiction on family life satisfaction. Furthermore, it will provide significant contributions to the knowledge base of the social work discipline in the areas of addiction and family well-being and will serve as a resource for developing social work policies.

Keywords: Social work, Technology, Technology addiction, Family, Family life satisfaction, Social work

1. GİRİŞ

Teknoloji kavramı, etimolojik olarak Yunanca kökenli “techne” ve “logos” terimlerinden türemiş olup, bilimsel bilginin günlük yaşamda karşılaşılan ihtiyaçları karşılamak ve sorunları çözmek amacıyla uygulamaya konulması sürecini ifade eder. Bilimsel birikimin yöntemler, süreçler ve sistemler aracılığıyla yaşama aktarılmasını kapsayan bu alan, insanlık tarihinin gelişiminde temel bir unsur olarak değerlendirilmektedir (Yörükoğulları vd., 2013).

Modern çağımızın vazgeçilmezi haline gelen teknoloji kavramı, günlük yaşamda sıklıkla kullanılsa da, bu kavramın içeriği, tarihsel gelişimi ve işleyiş dinamikleri konusunda geniş kitlelerin yeterli bilgiye sahip olmadığı söylenebilir. Teknolojik sistemler, bireylerin hayatlarına farkında olmaksızın entegre edilmiş, çoğu zaman sorgulanmadan doğal yaşamın bir unsuru olarak içselleştirilmiştir. Ancak teknolojinin bireysel algılar ve davranışlar üzerindeki etkisi, toplumsal yönelimi ne denli şekillendirdiği ve bilişsel süreçlerimize hangi ölçüde nüfuz ettiği gibi temel sorunsallar zaman zaman göz ardı edilmektedir. Bu durum, teknolojinin bir lüks değil, bireysel ve toplumsal hayatın önemli bir uzvu haline geldiğini göstermektedir (Babacan, 2016).

Küresel düzeyde etkisini artıran teknolojik gelişmeler, özellikle internet temelli uygulamalar aracılığıyla yaşamın pek çok alanında dönüşüm yaratmıştır. İnternet, yalnızca bireysel ihtiyaçları karşılamayı kolaylaştırmakla kalmayıp; sosyal ilişkilerin yapısını, iletişim biçimlerini, eğlence anlayışlarını ve bireylerin davranış kalıplarını da yeniden şekillendirmiştir. Bu dönüşüm aynı zamanda bağımlılık olgusuna farklı bir boyut kazandırarak yeni bağımlılık türlerinin ortaya çıkmasına zemin hazırlamıştır (Pehlivan, 2024). Bu yeni bağımlılık türünün adı ise “teknoloji bağımlılığı”dır.

Bağımlılık, bireyin bir nesneye ya da davranışa yönelik kontrolünü yitirmesi ve söz konusu unsur olmaksızın yaşamını sürdürememesi biçiminde tanımlanabilir. Bu durum, kişinin iradesini devre dışı bırakmakta; kişi istemese dahi bağımlı davranışı sürdürmektedir. Aynı zamanda bağımlılık, bireyin günlük yaşamının önemli bir bölümünü kaplayarak fiziksel enerjisini ve zamanını zorunlu sorumlulukları dışındaki tüm alanlarda bağımlı olduğu nesne ya da davranışa yönlendirmesine neden olmaktadır (Dinç, 2015).

Teknolojik araçlar içine doğan çocuklar, erken dönemde başta akıllı telefon olmak üzere diğer teknolojik araçlarla karşılaşmaktadırlar. Ergenlik dönemine gelindiğinde daha sık görülen internet bağımlılığı ve devamında diğer teknolojik aygıtlara yönelik gelişen bağımlılık, bireyin öz düzenleme becerilerini, bilişsel süreçlerini olumsuz etkileyerek öğrenme ve bellek gelişimini

sekteye uğratabilmektedir. Bu durum, akademik performansta düşüşe yol açarken aynı zamanda bireysel yaşam doyumu yanında aile yaşam doyumunu da zedeleyerek hem bireysel hem ilişkisel düzeyde olumsuz sonuçlar doğurmaktadır (Pehlivan, 2024).

Bu araştırma ile üniversite öğrencilerinde teknoloji bağımlılığı incelenmiş, teknoloji bağımlılığı ile aile yaşam doyumu arasındaki ilişki sosyal hizmet perspektifinden ele alınmıştır. Ayrıca, teknoloji bağımlılığı ile aile yaşam doyumunun çeşitli demografik değişkenler bağlamında nasıl farklılık gösterdiği saptanmıştır. Bu doğrultuda, çalışmanın ilk bölümünde araştırmanın problemi, amacı, önemi, kapsamı ve sınırlılıklarına ilişkin bilgilere yer verilmiş; ikinci bölüm olan kuramsal ve kavramsal çerçevede ise aile kurumu, ailenin işlevleri, aile türleri, aile kuramları, sosyal hizmette önemli yaklaşımlardan biri olan aile yaşam döngüsü, aile yaşam doyumu ve ailelerle sosyal hizmet, bağımlılık ve teknoloji bağımlılığı, bağımlılık kavramı, bağımlılık nedenleri ve türleri, teknoloji bağımlılığı ile bağımlılık ve sosyal hizmet başlıkları ele alınarak kuramsal temel oluşturulmuştur. Çalışmanın üçüncü bölümünde araştırmanın yöntem ve tekniğine; dördüncü bölümünde araştırma bulgularına ve yorumlarına; beşinci bölümünde tartışma ve son bölümünde ise sonuç ve önerilere yer verilmiştir.

1.1. Araştırmanın Problemi

Sosyal hizmet, bireylerin, ailelerin, grupların ve toplumun sorunlarının çözümünde onlara yardımcı olan, dezavantajlı konumda bulunan nüfus gruplarını güçlendirerek psiko-sosyal işlevselliklerini geliştiren ve toplumsal refahın sağlanmasında öncü rol oynayan mesleki faaliyet ve akademik bir disiplindir (IFSW, 2025). Aile kurumu ise sosyal hizmetin temel çalışma alanlarının başında gelmektedir. Aile kurumu tarihsel süreçte değişim ve dönüşümlerin merkezinde konumlanmış ve bundan çeşitli derecelerde etkilenmiştir. Teknolojinin son 20 yılda baş döndürücü şekilde gelişmesi bir taraftan fırsatlar sunarken diğer yandan birtakım problemlerin de görülmesine zemin hazırlamıştır. Bu problemlerin başında literatüre 1990 yılında giren “teknoloji bağımlılığı” gelmektedir (Erzincanlı ve Taş, 2023: 69). Teknoloji bağımlılığı, teknolojik aletlerin aşırı ve kontrolsüz kullanımı sonrası ortaya çıkan davranışsal bir sapmadır (Bulut ve Gül Bilen, 2021). Dijital ve teknoloji bağımlılığı birçok farklı davranışsal bağımlılık türünü içermektedir. Bunlar arasında Facebook bağımlılığı (Balcı ve Gölcü, 2016), internet bağımlılığı (Alyanak, 2016), dijital oyun bağımlılığı (Tonga, 2024), akıllı telefon bağımlılığı (Ting ve Chen, 2020) gibi davranışsal bağımlılıklar sıralanabilir.

Aile Yaşam doyumu, aile bireylerinin birlikte geçirdikleri yaşamlarından memnuniyet düzeyi olarak tanımlanabilir. Bireyler aile yaşam doyumlarını belirlerken kişisel duyguları, arzuları,

hayal kırıklıkları, çevresel faktörleri ve erişilen hedefleri ile isteklerinin dengede olmasını arzular (Ward, et. al., 2009). Bu nedenle, yaşam memnuniyetine benzer şekilde, aile yaşam doyumu, bireyin aile yaşamına dair bilinçli bir bilişsel yargısı olarak tanımlanabilir ve bu yargının kriterleri bireyin kendisinde saklıdır. Kısaca aile yaşam doyumu, bireyin genel aile yaşamına yönelik öznel değerlendirmesinin bilişsel bir sürecini yansıtır (Zabriskie and Ward, 2013).

Bu araştırma, üniversite öğrencilerinde teknoloji bağımlılığı ile aile yaşam doyumu arasındaki ilişki ve teknoloji bağımlılığının aile yaşam doyumu üzerindeki etkisini konu edinmektedir. Ayrıca teknoloji bağımlılığının aile yaşam doyumuna olan etkilerini sosyal hizmet perspektifinden incelemeyi de konu edinmektedir. Bu araştırmanın temel problem cümlesi, “Üniversite öğrencilerinin teknoloji bağımlılıklarının aile yaşam doyumları üzerindeki etkisi nedir?” şeklinde oluşturulmuştur. Bu bağlamda araştırmanın alt problemleri şöyledir:

- Üniversite öğrencilerinin teknoloji bağımlılığı düzeyleri nedir?
- Üniversite öğrencilerinin aile yaşam doyumları ne seviyededir?
- Üniversite öğrencilerinin teknoloji bağımlılığı ve aile yaşam doyumu düzeylerinin çeşitli demografik (yaş, sınıf, ekonomik düzey vb.) değişkenlere göre farklılık göstermekte midir?

1.2. Araştırmanın Amacı

Bilimsel araştırmalarda amaç, araştırma probleminin en somutlaştırıldığı yerdir (Karasar, 2024, s. 96). Bu çalışmanın amacı, üniversite öğrencilerinde teknoloji bağımlılığının aile yaşam doyumuna olan etkilerini sosyal hizmet perspektifinden incelemektir. Ayrıca çalışmada üniversite öğrencilerinde teknoloji kullanımı alışkanlıkları, teknoloji bağımlılığı düzeyleri ve aile yaşam doyumları çeşitli değişkenler bağlamında araştırılması amaçlanmaktadır. Elde edilen bulguların sosyal hizmet perspektifinden değerlendirilerek, teknoloji bağımlılığının aile yaşam doyumu üzerindeki olumsuz etkilerinin belirlenmesi de hedeflenmektedir. Ayrıca bu araştırmayla genelde sosyal bilimlere özelde ise sosyal hizmet biliminin bilgi, beceri ve değer temeli başta olmak üzere sosyal hizmet literatürüne veri kazandırmak amaçlanmaktadır.

1.3. Araştırmanın Önemi

Bir araştırmanın "önemi" doğrudan araştırmanın amacı ile ilişkilidir. Başka bir ifadeyle, amaç ve önem birbirini tamamlayan unsurlar olarak iç içe geçmiştir. Karasar (2024, ss. 101-102), bir çalışmanın önemini; araştırma amacının net biçimde belirlenmesiyle birlikte, elde edilen

verilerin hangi kuramsal ya da uygulamalı sorunun çözümüne katkı sağlayacağını açıklanması şeklinde tanımlamaktadır.

Günümüz dijital dünyasında, toplumun önemli bir kesimini oluşturan üniversite gençliğinin teknoloji bağımlılığı riskiyle karşı karşıya kalması oldukça muhtemeldir. Bu bağımlılığın özellikle aile ilişkileri başta olmak üzere çeşitli sosyal etkileşim alanlarını farklı düzeylerde etkileyebileceği göz önünde bulundurulduğunda; teknoloji bağımlılığı olgusunun, aile yaşam doyumu ile birlikte sosyal hizmet perspektifinden ele alınması, araştırmanın bilimsel önemini ortaya koymaktadır. Bu araştırma, teknoloji bağımlılığı ile aile yaşam doyumu konusunu sosyal hizmet bağlamında ele alan ilk tez çalışması olma özelliği taşımaktadır. Aynı zamanda bu çalışma, birey-aile ilişkilerinin teknolojiyle kurduğu girift yapıyı ortaya koyarak, literatüre anlamlı ve özgün katkılar sunma potansiyeliyle çalışmanın önemini daha da artırmaktadır.

1.4. Araştırmanın Kapsamı ve Sınırlılıkları

Bu çalışma, üniversite öğrencilerinde teknoloji bağımlılığı ile aile yaşam doyumlarının ortaya konmasını ve sosyal hizmet perspektifinden değerlendirilmesini kapsamaktadır. Bu bağlamda üniversite öğrencilerinde teknoloji bağımlılığı, çeşitli değişkenlerle ilişkisi, muhtemel nedenleri ve yaygınlığı, teknoloji kullanım alışkanlıkları ve bağımlılık düzeyleri değerlendirilmiştir. Teknoloji bağımlılığı ile aile yaşam doyumu arasındaki ilişkiyi ortaya koyacak olan araştırma soruları ve hipotezler test edilerek analizler ile bilimsel sonuçlara ulaşılmıştır. Çalışmanın evrenini Bolu Abant İzzet Baysal Üniversitesi'nde (BAİBÜ) öğrenim gören ön lisans ve lisans öğrencileri oluşturmaktadır. Bu çalışmaya 382 üniversite öğrencisi katılmıştır.

1.5. Araştırmanın Yöntemi

Bilimsel araştırmalarda yöntem, araştırma probleminin çözümü için izlenmesi gereken en ideal yolun ne olduğunun belirlenmesidir (Karasar, 2024: 107). Bilimsel bir çalışma yapılırken öncelikle problem tespit edilir. Probleme ilişkin gözlemler yapılır, veriler toplanır, veriler işlenerek bilgi haline getirilir (Baydemir, 2021). Araştırmada nicel yöntem benimsenmiştir. Nicel araştırma, sosyal olguları sayısal verilerle inceleyip, istatistiksel analizlerle neden-sonuç ilişkilerini ortaya koymayı amaçlar (Karasar, 2024). Bu veriler, deneyler, gözlemler, anketler veya yapılandırılmış görüşmelerle elde edilir. Bu araştırma, deneysel olmayan nicel araştırmalar kategorisinde yer alan ve tarama modelini esas alan tanımlayıcı bir araştırmadır. Aynı zamanda araştırmada çeşitli değişkenler arasındaki ilişkiyi ortaya koyacak veriler de elde edileceğinden bir yönüyle de aynı zamanda araştırma ilişki arayıcı araştırmalar kategorisine de temas etmektedir.

Araştırmada veri toplama aracı olarak üniversite öğrencilerinin kişisel demografik özelliklerini içeren kişisel bilgi formu, teknoloji bağımlılığını ölçmek amacıyla yönelik Aydın (2017) tarafından geliştirilen Teknoloji Bağımlılığı Ölçeği (TBÖ) ve Çalışkan, Toker ve Özbay (2017) tarafından geliştirilen Aile Yaşam Doyumu Ölçeği (AYDÖ) kullanılmıştır. Ölçeklere ilişkin bilgiler yöntem ve gereç başlığında detaylandırılmıştır. Söz konusu bilgi formu ve ölçekler, dijital ortama aktararak “Google Formlar” üzerinden örneklem grubuna link üzerinden çevrimiçi olarak mail ve sosyal medya kanallarıyla ulaştırılmıştır. Veri toplama sürecinde tesadüfi örneklem yöntemi benimsenmiştir.



2. KURAMSAL VE KAVRAMSAL ÇERÇEVE

Bu bölümde, araştırmamızın konusuna teorik temel oluşturan kavramlar ve kuramlar ele alınmıştır. İlk olarak aile kurumuna değinilmiş; ailenin toplumsal yaşamın temelini oluşturan işlevleri, aile türleri, aile kuramları ve sosyal hizmet alanında sıkça başvurulanan aile yaşam döngüsü ile aile yaşam doyumu gibi temel değişkenlere yer verilerek, sosyal hizmet bağlamında konunun teorik zemini oluşturulmuştur. Ardından, araştırmanın diğer temel değişkeni olan bağımlılık ve teknoloji bağımlılığı kapsamında; bağımlılık kavramı, bağımlılığın nedenleri ve türleri ile teknoloji bağımlılığı açıklanmış; ayrıca “bağımlılık ve sosyal hizmet” başlığı altında bağımlılık olgusu sosyal hizmet perspektifinden teorik olarak ele alınmıştır.

2.1. Aile Kurumu

Toplumun temel yapı taşı olan aile kurumu, insanlık tarihi boyunca çeşitli etkileşimler sonucunda değişimlere uğramış olmakla birlikte, varlığını günümüze kadar sürdürebilmiştir (Durğun, 2016, s. 83). Toplamların en eski örgütlü biçimi ailedir ve ilk ailenin de Hz. Âdem ile Havva anamıza kadar uzandığı bilinmektedir (Abay, 2025, s. 125). Aile, bireyin yaşamını idame ettireceği ilk sosyal çevre olmasının yanı sıra, toplumsallaşma sürecinin başlangıç noktası ve bireyin topluma entegrasyonunda köprü işlevi gören bir yapıdır. Bu denli merkezi bir rol üstlenen aile, sosyal bilimlerin uzun süredir odağında yer almakta; içerdığı dinamikler, sorunsallar ve değişkenler, bilimsel araştırmaların yönünü belirleyen temel unsurlar arasında değerlendirilmektedir (Turğut, 2017, s. 94).

Sosyolojik açıdan aile; kan bağı, evlilik veya evlat edinme yoluyla birbirine bağılı bireylerden oluşan, ortak ekonomik ve duygusal yapıyı temsil eden bir sosyal kurumdur. Sosyalleşmenin temel ortamlarından biri olan aile, bireylere bakım sağlama, duygusal destek sunma ve kültürel değerlerin nesiller boyunca aktarımını üstlenme gibi işlevleriyle sosyal organizasyonun en temel bileşenlerindendir (Aksan, 2025). Aile, fertlerin ve toplumun yaşam merkezinde konumlanan, üyeleri arasında akrabalık bağı bulunan, en az anne, baba ve çocuklardan oluşan en küçük sosyal yapı birimidir (Giddens, 2012).

Tüm bu tanımlamalardan hareketle aile; hayatı birlikte sürdürme ve paylaşma amacıyla kadın ve erkeğin evlenmesiyle oluşan, hukuki güvenceye sahip nikâh akdiyle kurulan, bireylerinin biyolojik, psikolojik, sosyal, ekonomik ve kültürel ihtiyaçlarını karşılayan ve bu değerleri gelecek kuşaklara aktaran, en küçük fakat en temel toplumsal kurum olarak tanımlanabilir (Durğun, 2016).

Aykaç (2018), aileyi “akrabalık bağı bulunan bireylerin oluşturduğu, çeşitli ekonomik, sosyal ve psikolojik ihtiyaçlarının karşılandığı, aynı zamanda topluma uyum sağlama ve topluma katılma işlevini yerine getiren temel toplumsal kurum” olarak tanımlamaktadır (s. 79). Ailenin varlığı evrensel olmakla birlikte, yapısal özellikleri ve algılanış biçimi toplumdan topluma farklılık göstermektedir. Başka bir ifadeyle, aile varlık olarak evrensel bir kurumdur ancak sahip olduğu değerler ve işlevler bakımından her topluma özgüdür (Hatipler, 2023, s. 579).

Toplunun işleyişi ve yapısı açısından temel bir unsur olan aile kurumu, bireyler arasında samimi, yüz yüze ve süreklilik taşıyan ilişkilerin yaşandığı bir sosyal ortam sunar. Bu etkileşim, ailenin sosyal psikolojik ve manevi boyutundan kaynaklanmaktadır. Tarihsel süreçte aile; birlikte yaşam, sevgi, eşitlik, özgürlük, otorite, ilişkiler ve sorumluluklar gibi değerlerin sembolü haline gelmiş ve üyelerinin etkileşim içerisinde farklı roller üstlenerek sosyal ilişkilerin sürekliliğini sağlamıştır (Akın, 2019).

Satır (1991: 20–28), dünya üzerinde kurulmuş her ailenin kendine özgü olduğunu vurgulamakta ve ailelere ilişkin bazı temel özellikleri sıralamaktadır. Bu özelliklere göre; aile evrensel bir olgu olup insanlık tarihiyle birlikte başlamış, duygusal ve sosyal bir temele dayanmakta, ekonomik güvence sağlamaktadır. Ayrıca zamanla değişim gösterebilen bir yapıya sahip olması, aile üyelerinin karşılaşılabilecekleri sorunlarla başa çıkabilmelerini sağlayan esnekliği de beraberinde getirmektedir.

Aile, bireyin gelişiminde oldukça önemli bir rol oynar. Nitekim aile, üyesinin duygusal durumunda, gelişim sürecinin tüm boyutlarında, sosyal yaşamında ve manevi gelişiminde temel bir rol üstlenmektedir. Aynı zamanda aile bireyin tüm yaşam evrelerinde (bebeklik, çocukluk, ergenlik vb.) psikososyal deneyimleri büyük ölçüde içinde bulunduğu aile ikliminde şekillenmektedir. Bu süreç, birbirini takip eden ve tamamlayan zincir halkaları gibi ilerleyerek kişinin sosyal çevresiyle kurduğu ilişkileri de belirlemektedir.

2.1.1. Ailenin işlevleri

Aile, toplumsal yapının en küçük birimi olarak hem bireylerin hem de toplumun yaşamını sürdürebilmesini sağlayan; siyasi, ekonomik, ahlaki ve dini unsurların yanı sıra toplumsal değişim ve dönüşümlerin merkezi konumunda yer alan bir yapı olarak değerlendirilmektedir (Engin, 2021, s. 235). Bu bağlamda, aile önemli bir toplumsal sorumluluk üstlenmektedir. Ailenin, toplumun ve yaşamın sürekliliğini sağlamak üzere üstlendiği çeşitli işlevler bulunmaktadır. Bu işlevler arasında; neslin devamını sağlama gibi biyolojik işlevler, aile üyelerinin ruh sağlığını korumaya ve zamanlarını verimli kullanmalarına yardımcı olan

etkinlikler, bireylerin manevi tatminine katkı sağlayan dini işlevler, üretim birimi olarak üstlendiği ekonomik ve eğitsel görevler ile bireylere toplumsal statü kazandırma ve topluma uyum sağlama gibi sosyal işlevler yer almaktadır (Çağan, 2018, ss. 85–89). Brown ve ark. (2020, s. 201). aileyi, kendilerini birbiriyle bağlı gören en küçük bireyler grubu olarak tanımlamakta ve ailelerin genellikle birlikte yaşadığı, ekonomik fırsatları ve diğer hak ile sorumlulukları paylaştığı bir yapı olarak görmektedir. Ailenin işlevlerini ise çocukların bakımı, ebeveyn rollerinin tanımlanması, cinselliğin düzenlenmesi ve mülkiyet ile bilginin nesiller arasında aktarılması gibi temel insani ihtiyaçların karşılanması şeklinde belirtir.

Ailenin işlevlerini detaylandırmak gerekirse şunları söyleyebiliriz (Zencirkıran, 2024, ss. 165-167):

- **İlişkiyi Meşrulaştırma:** Birçok toplumda, kültürde ve sosyal gruplarda evlenmeden önce bir ilişki yaşanması ve özellikle cinsel birliktelik deneyimi kabul edilmemektedir. Öyle ki böyle bir durumun yaşanması ve duyulması ayıplamadan öldürmeye kadar çeşitli yaptırımlarla sonuçlanır. Buna örnek ise töre cinayetleri gösterilebilir. Evlilik birliği ile kadın ve erkek arasındaki ilişkiye meşruiyet kazandırılır ve toplumsal kabul sağlanmış olur.
- **Çocuk Sahibi Olma:** Günümüzde doğurganlığın giderek azaldığı ve dramatik seviyelere gerilediği herkesçe bilinen bir gerçektir. Şüphesiz bunda evlilik oranlarındaki azalmanın etkisi vardır. Ailenin en temel işlevlerinden bir diğeri de neslin devamını sağlamak ve topluma yeni üyeler kazandırmaktır. Özellikle geleneksel yapısını koruyan ailelerde çocuk sahibi olmak oldukça önemlidir. Modernleşme ile birlikte değişen ve dönüşen aile değerleri batı toplumlarında evlilik dışı çocuk sahibi olmayı yaygınlaştırmıştır. Ülkemiz açısından değerlendirdiğimizde ise yetişkinlerin büyük bir bölümünün çocuk sahibi olmaya karar verdiklerinde evliliğe adım attığı görülmektedir.
- **Toplumsallaştırma:** Aile, doğum ile aile sistemine yeni katılan üyenin yaşama ilişkin yeni bilgileri ve toplumsal değerleri öğrendiği ilk kurumdur. Bu nedenle aile çocuğun ilk öğrenim yeri ve toplumsallaşmanın temelini atıldığı birim olarak çocuğa toplumsal değerleri ve kültürü öğretmek toplumsal değerlerin nesilden nesile aktarımını sağlar.
- **Toplumsal Statü Sağlama:** Ailenin işlevlerinden biri de toplumsal statü sağlamasıdır. Evlilik birliği ile daha önce toplumda bekar bir birey olarak yer işgal ederken evlilikle birlikte toplumsal hayatın birçok alanında kabul gördükleri, kolay sosyal ilişkiler kurdukları görülmektedir. Hatta birey sahibi evini kiralamak istediğinde “aileye”

öncelik verdiği herkesçe bilinen bir gerçektir. Dolayısıyla aile, bireylerine toplumsal bir statü kazandırmakta, farklı toplumsal çevrelere girmede, diyalog kurmada pozitif ayarştırmaktadır. Hatta siyasetten, sivil toplum örgütlerine kadar birçok alanda yönetici kademelerine bulunan kişilerin evli bireylerden oluştuğu görülmektedir.

- **Duygusal Paylaşım Sağlama:** Yalnızlık, günümüzde en önemli psikososyal sorunlardan biridir. Bu durumu tetikleyen pek çok etken bulunmakla birlikte, özellikle toplumsal dönüşüm ve değişim sürecinde bireyselliğin yüksek bir değer olarak kabul görmesi öne çıkmaktadır. Bu duruma "bireyci kültür" adı da verilebilir. Bireyci kültürün hâkim olduğu Batı toplumlarında, yalnızlık temel bir psikososyal problem olarak yaşanmaktadır. Aile kurumu, üyeleri arasında duygusal paylaşımı teşvik ederek yalnızlığı azaltır. Zor zamanlarda sağladığı duygusal, sosyal ve ekonomik destek sayesinde bireylerde güven duygusu geliştirir. Günümüzde aile ilişkilerinin zayıfladığı Batı toplumlarında, çocuk ve ebeveyn arasındaki bağlar ciddi bir şekilde zarar görmüştür. Bu durum bireylerin derin bir duygusal boşluk yaşamasına yol açmaktadır. Batı toplumlarında neredeyse her evde görülen köpek, kedi gibi evcil hayvan besleme pratiğinin arka planında, hayvan sevgisinin yanı sıra, yalnızlaşan ve toplumsal bağları zedelenmiş bireylerin canlı bir varlıkla iletişim kurma ihtiyacı yatmaktadır.
- **Cinsel Birliktelikleri Düzenlemek:** Aile kurumunun temel işlevlerinden biri, cinsel birlikteliklerin sınırlarını belirlemektir. İnsanın temel fizyolojik ihtiyaçları arasında yer alan cinsellik; toplumsal, manevi ve kültürel açıdan kabul gören meşru bir zeminde yaşanması gereken bir eylem olarak değerlendirilmektedir. Pek çok dinde evlilik dışı cinsel ilişkiler günah kabul edilmiştir. Başta İslam olmak üzere tüm semavi dinler, kadın ile erkek arasındaki cinselliği düzenleyen ve meşru kılan evliliği teşvik etmektedir.
- **Güven ve Destek Sağlamak:** Daha önce belirtildiği üzere, aile kurumu üyelerine duygusal, sosyal ve ekonomik düzeyde destek sağlayarak güven duygusunu pekiştirir. Aile, bireyleri "ben" kimliğinden "biz" olma hâline dönüştürür. Bu dönüşüm, yaşamın zorluklarıyla birlikte mücadele etmeyi; mutluluğu paylaşarak çoğaltmayı ve acıyı paylaşarak teselli bulmayı mümkün kılar. Günümüz ekonomik koşullarında karşılaşılacak kriz anlarında aile, destek alınabilecek ilk ve en yakın yapı olarak öne çıkar. Hatta bu tür dönemlerde bireylerin aile yanına geçici ya da kalıcı olarak yerleşmesi, oldukça yaygın bir durumdur.

2.1.2. Ailenin türleri

Aile, bireylerin kendilerini birbirine bağlı hissettiği en küçük grup olarak tanımlanır ve genellikle birlikte yaşayıp ekonomik kaynakları, hakları ve sorumlulukları paylaşırlar. Ailelerin işlevleri arasında çocukların bakımı, ebeveyn rollerinin belirlenmesi, cinselliğin düzenlenmesi ve mülkiyet ile bilginin nesiller arası aktarımı bulunur. Bu bağlamda aile, kültürel normların bir seti olarak sosyal ilişkiler üzerinde geniş kapsamlı etkiler yaratmaktadır (Bau ve Fernández, 2021).

Antropologlar aile yapılarından bahsederken, kültürlerde tipik ya da tercih edilen birkaç standart aile türünü ayırt ederler (Brown et al., 2020, s.191). İlk olarak çekirdek aile vardır: Kültürel olarak tanınan bir ilişki içinde olan ebeveynler, örneğin evlilik ve onların küçük ya da bakıma muhtaç çocuklarından oluşur. Bu aile türüne aynı zamanda eşler ailesi de denir. Evlilik olmadan oluşturulan çekirdek aile ise, boşanma, eşin ölümü veya evlilik yapılmaması nedeniyle tek bir ebeveyn ve onun çocuklarından oluşabilir. Ardından çok kuşaklı nüfusun bir arada yaşadığı geniş aile gelir, en az üç kuşağın aynı evde bulunduğu aile biçimidir. Stem ailesi ise geniş ailenin bir çeşididir ve yaşlı bir çift ile onların evli yetişkin çocuklarından ve onların ailesinden oluşur. Bazı durumlarda, ailede sadece bir çocuk mirasçı olarak seçilir ve bu çocuk genellikle ebeveynleriyle kalıp evlendikten sonra da onlarla yaşamaya devam eder. Bu çoğunlukla ailenin en büyük erkek çocuğu olsa da farklı bir çocuk da olabilir. Örneğin, Burma (Myanmar) kültüründe en küçük kız çocuğunun yaşlı ebeveynlere bakması beklenir ve genellikle mirasçı olarak seçilir. Diğer çocuklar ise aileden ayrılp evlenir veya kendi geçimlerini sağlamak için başka yol ararlar.

Aile yapıları geçmişten günümüze önemli değişimler geçirmiştir (Zencirkıran, 2024). Ailenin değişim sürecine en çok etki eden faktörlerden biri, geleneksel tarım toplumundan kentlerdeki sektörlere dayalı üretim biçimine ve daha geniş anlamda sanayi üretimine geçiştir; bu dönüşüm önemli bir kırılma noktası olarak kabul edilmektedir (Aktaş, 2014). Tarım toplumlarında aile üyelerinin ve akrabalarının birlikte yaşadığı ve iş bölümü yaptığı üst soy ve alt soyun birlikte aynı haneyi paylaştığı “geniş aile” yaygındır (Zencirkıran, 2024). Sanayi toplumuna geçişle birlikte geniş aileden çekirdek aileye dönüşüm söz konusudur (Aktaş, 2014). Günümüzde ise boşanmaların tüm dünyada oransal olarak yükselmesiyle birlikte ebeveynli ailelerde artış görülmektedir (Zencirkıran, 2024, s. 174).

Geniş aile genel olarak, kan bağı, evlat edinme veya evlilik/beraber yaşama yoluyla bağlı olan iki veya daha fazla kuşağın bir veya birkaç hanede bir arada yaşaması olarak tanımlanır

(Teixeira, 2016, s.1). Geniş aile modelinde, aile üyeleri; anne, baba, evli ve bekâr çocuklar, gelinler, damatlar, torunlar ve bazen aile reisi olan babanın kardeşleri gibi akrabalarından oluşur (Arslan, 2023). Geniş ailenin yaygın olmasında çeşitli nedenler ileri sürülmektedir (Zencirkıran, 2024): Bunların başında hukukun henüz gelişmediği tarım toplumlarında dış tehditlere karşı sayıca fazla olmak güvenlik sağlamada ve düşmanlara karşı caydırıcılıkta oldukça önemlidir. Bir diğer neden ise hem fiziksel güç sağlamada hem de işgücü anlamında sayıca fazla olmak tarım toplumlarında bir arada olmayı gerekli kılmakta ve bu da geniş aileyi bir zorunluluk olarak gerektirmekteydi.

Geniş aile, tarihsel olarak kırsal ya da öncü ailelerin birkaç kuşak boyunca aynı evde yaşadığı mitolojik bir geçmişe atıfta bulunur; ancak istatistiksel çalışmalar ve nüfus sayımları bu durumu doğrulamamaktadır (Teixeira, 2016, s.1). Fransız sosyolog Le Play (1806–1882) bu konuda öncü araştırmalar yapmış ve Avrupa’daki kırsal “kök aile” ya da geniş aile biçimini incelemiştir. Geleneksel değerlerin savunucusu olan Le Play, çekirdek aile yapısının yükselişini “istikrarsız” olarak eleştirmiş ve geleneksel aile hiyerarşisini övmüştür (Teixeira, 2016, s.1).

Aile kavramıyla ilgili birçok sınıflandırma bulunmaktadır. Gladding (2011), en sık kullanılanları şu şekilde açıklamıştır: Çekirdek aile, anne, baba ve çocuklardan oluşan bir modeldir ve çocukların sosyalizasyonunda ve toplum kültürünün aktarımında önemli bir rol oynar. Yeniden evlilikle oluşan aile, en az bir eşin daha önce evli olduğu ve en az bir eşin önceki evlilikten çocuk sahibi olduğu aile yapısını ifade eder. Çekirdek ailede akrabalar arasındaki ilişkiler de geniş ailede olduğundan oldukça başkalaşmıştır. Bireyselleşmenin artışıyla birlikte akrabalık ilişkilerinde de önemli değişimler yaşanmıştır. Sezal (2017, s. 115) bu değişimi şöyle açıklamaktadır:

- Başta aile ilişkileri olmak üzere akrabalık ilişkileri kopma derecesine yakın gevşekliktedir.
- Aile ve akrabalık ilişkilerinin geleneksel yapılardaki karşılıklı ve birbirine bağımlılığı kalkmış, ailelerin hareket serbestliği gelişmiştir.
- Akriba olma durumunun geniş ailelerde sağladığı psikososyal ve ekonomik dayanışma işlevi körelmiş, ailenin darlıkta yakın akrabaya olan güveni ortadan kalkmıştır.

Buradan hareketle geleneksel geniş aileden modern çekirdek aileye geçiş sürecinde aile ve akrabalık ilişkilerinin kopma derecesine varan bir gevşeklik göstermesi, bireyler arasındaki bağların eskiye nazaran zayıfladığını ve ilişkilerin duygusal derinliğini yitirmeye başladığını düşündürebilir. Ayrıca, geleneksel yapılarda hâkim olan karşılıklı bağımlılık ve dayanışma

anlayışının yerini bireylerin hareket serbestliğine bırakması, insanların karar alma süreçlerinde daha özgür olmasına, bunun da aile içi kontrol mekanizmalarının zayıflamasına yol açmıştır (Zencirkıran, 2024). Son olarak, geniş aile yapılarında akrabalığın sağladığı psikososyal ve ekonomik destek mekanizmalarının körelmesi, çekirdek ailenin zorluk anında yakın akrabaya duyduğu güvenin ortadan kalkmasına, modern toplumlarda bireylerin yalnızlaşmasına ve destek ağlarının zayıflamasına neden olduğu söylenebilir. Bu çözülme, modern bireyin hem sosyal hem duygusal yönlerden daha bağımsız fakat aynı zamanda daha kırılgan hale geldiği bir süreci temsil etmektedir.

Günümüzde bireyselleşmenin hâkim değer olarak kabul edilmesi ile birlikte tüm dünyada boşanma oranlarında meydana gelen artışlar “tek ebeveynli” ailelerin yaygınlaşmasına zemin hazırlamıştır (Zencirkıran, 2024). Tek ebeveynli aile, evlat edinilmiş ya da biyolojik çocukların bakımından sadece bir ebeveynin sorumlu olduğu modeldir (Gladding, 2011). Bazı kaynaklarda tek ebeveynli aile, parçalanmış aile olarak da zikredilmektedir. Parçalanmış aile, çekirdek aileyi oluşturan ebeveynlerden birinin veya her ikisinin ölümü ya da boşanma gibi sebeplerle aileden ayrı düşmesi sonucunda ortaya çıkan aile türüdür (Aktaş, 2014). Tek ebeveynli ailelerde yetişen çocuklar da çeşitli psikososyal problemlerle de karşılaşmaktadırlar. Bunun başında hayatlarında sağlıklı anne veya baba rol modellerinden birinin olmaması onların gelişimlerini olumsuz etkilemekte ve psikolojik sorunlar olmak üzere akranlarıyla ilişkilerinde şiddet eğiliminde artışa da zemin hazırlayabilmektedir (Zencirkıran, 2024, s. 174).

2.1.3. Aileye yönelik kuram ve yaklaşımlar

Kuram; doğruluğu belli bir düzeyde test edilmiş, ancak kesinlik kazanmamış sistematik bir yapıdır. Genellikle tek bir önermeye dayalı değil, birbirini tamamlayan ve destekleyen birden çok önerme aracılığıyla ifade edilir. Bu yönüyle kuram, olayları ya da olguları anlamlandırmak ve açıklamak amacıyla kullanılan bir düşünsel çerçevedir (Demir Özcan, 2014, s. 72). Yaklaşım veya diğer bir ifadeyle yöntem ise belirli olgularla karşılaştığımızda ne yapmamız gerektiğini belirler. Diğer bir ifadeyle yaklaşım belli bir durumda düşünce ve kestirimlerimize dayalı yaptığımız şeylerdir (Teater, 2015, s.10). Sosyolojinin gelişim gösterdiği ilk dönemlerden itibaren, aile ve evlilik kurumları tarihsel kökenleri ve toplumsal biçimlerinin gelişimi çerçevesinde incelenmiştir. Kuramların aileyi ve inceleme alanlarını farklı konular ve bakış açılarıyla ele aldığı gözlenmektedir (Demir Özcan, 2014, s. 73).

Tarih boyunca aile dinamikleri, yapısı ve işlevleri, aile ile ilgili meslekler açısından iki temel kavramsal çerçevede incelenmiştir. Bunlar; aileyi değerlendirme ve anlama sürecine rehberlik

eden “Aile Teori Modelleri” ile müdahalelere yön veren “Aile Terapi Modelleri”dir. Bu iki yaklaşım, davranış bilimleri, doğa bilimleri ve fiziksel bilimlerin temellerinden yararlanarak aile yapısı ve süreçlerinin anlaşılmasına katkı sağlamış ve aileye yönelik kuramsal ve kavramsal bir temel oluşturmuştur (Hallaç ve Öz, 2014).

Aile Sistemleri Kuramı: Aileye yönelik kuramlardan biri aile sistemleri kuramıdır. Aile sistemleri kuramının gelişiminde en önemli katkı, biyolog Bertalanffy (1968) tarafından geliştirilen Genel Sistemler Kuramı olmuştur. Bu kurama göre, bir bütün oluşturmak üzere ilişkide olan öğelerin tamamı bir sistem olarak adlandırılır ve bu parçalar birbirine bağımlı, birbirini etkileyen ilişkiler içindedir. Sistemin temel özelliği, bir öğedeki değişikliğin diğer öğeleri de etkileyerek karşılıklı etkileşim yaratmasıdır (Akün, 2013).

Bowen’ın Aile Sistemleri Kuramı, aileyi çevresiyle ve birbirleriyle sürekli ilişki ve etkileşim içinde bulunan dinamik bir bütün olarak ele alır. Bu kuram, aile üyelerinin toplamından daha karmaşık ve farklı bir yapıya sahip olduğunu vurgular. Aile, alt sistemlerini ve birbirine bağlanan bireyleri yönlendiren kurallar sistemi ile organize olan bir yapıdır. Aile üyelerinin kişilik yapısı, karakteri, hayata bakış açıları ve duygusal tonları sosyal hizmet uzmanları tarafından anlaşılmalı ve bu analiz ile aile içindeki bağlanmalar ve ilişkilerin karmaşası tanımlanmalıdır (Yıldırım, 2020). Aile sistemleri kuramının pratik uygulamalarında, aile üyeleri arasındaki karşılıklı güvenin geliştirilmesinin, aile içi çatışmaların yoğunluğunu ve sıklığını orta vadede anlamlı biçimde azalttığını göstermiş; bu da müdahale süreçlerinde sadece ebeveynlerle değil, ailenin tüm sosyal ağıyla güven ilişkisi kurmanın önemi vurgulanmıştır (Fellmann, 2023).

Bowen’ın Aile Sistemleri Kuramı’na göre, evli çiftlerde görülen aile işlevsizliklerinin temelinde bireylerin bilinçdışı süreçleriyle bağlantılı olarak düşük farklılaşma düzeyleri yer almaktadır (Thompson at al, 2019). Farklılaşma; bireyin ailesinden duygusal olarak bağımsızlaşması ve kendini özerk bir birey olarak geliştirmesi sürecini ifade eder. Düşük düzeyde farklılaşmış kişiler, çevresel stres faktörleri karşısında yoğun kaygı hissedebilir; başkalarına aşırı bağımlı davranma eğilimi gösterebilir ve zorlayıcı durumlarda özür dilemeye dayalı tutumlar sergileyerek ya da düşünmeden verilen duygusal tepkilerle ilişkisel sorunlara neden olabilirler. Farklılaşma düzeyinin hem bireyin içsel yapısı hem de duygusal ilişkileri bağlamında değerlendirilmesi büyük önem taşır (Nichols, 2013, ss. 147–148; Özabacı ve Erkan, 2014, ss. 39–40). Farklılaşma yetersizliği, çiftler arasındaki bağların zayıflamasına ve çatışma sıklığının artmasına yol açabilir. Bu nedenle, eşlerin sağlıklı biçimde farklılaşabilmesi, aile işlevselliğinin korunması açısından hayati bir rol oynar. Bowen (1978) davranış örüntülerinin kuşaktan kuşağa

aktarılmakta olduğunu savunur. Stresle başa çıkma biçimleri, kaygı yönetimi stratejileri ve kişilerarası problem çözme yöntemleri gibi pek çok unsur bu geçişin bir parçasıdır. Farklılaşmamış benlik yapısına sahip bireylerin eşleriyle kurdukları duygusal ilişkiler zamanla, köken ailelerinde deneyimledikleri ilişki modellerine benzemeye başlar. Bu bağlar, genellikle içselleştirilmeden, doğrudan köken aileden kopyalanan etkileşim kalıplarıyla şekillendiği için; bireyin düşük farklılaşma düzeyi, evlilik ilişkisinde çatışma yaşanması riskini artırmakta ve aile işlevselliğini sekteye uğratabilmektedir (Brown, 1999, s. 96).

Aileye yönelik diğer kuramlar ise kısaca şöyledir (Çakır ve Yaman, 2022):

Aile Stres Teorisi: Bu teori ailelerin hangi durumlarda stres yaşadığını, stresle başa çıkma yöntemlerini ve stresin belirleyicilerini inceler. Ailelerde travmatik deneyimler, bir bireyin ölümü, hastalanması, eşlerin boşanması ve yoksulluk gibi faktörler strese yol açar. Ancak aile, bu zorluklarla başa çıkabilirse stres krize dönüşmez ve denge sağlanır. Hill (1958)'in ABC-X modeli, stresin krize dönüşüp dönüşmediğini anlamada kullanılır; burada A olay, B kaynaklar, C olayın algılanışı ve X krizdir.

Çatışma Kuramı: Aile içinde güç ve otorite sorunları anlaşmazlıkların temel nedenidir. Çatışma, doğru yönetildiğinde ailenin gelişmesini sağlar (Akgül, 2020). Çatışma kaynakları arasında aile tarihindeki değişiklikler, duyguların ifade edilme düzeyleri, adaletsiz iş bölümü, ebeveyn rollerinin değişmesi ve hastalıklar yer alır. Aile işleyişindeki mekanizmalar anlaşıldığında çatışma yapıcı hale gelir.

Sembolik Etkileşimci Kuram: Sembolik Etkileşimci Yaklaşımı, psikoloji kökenli bir sosyoloji yaklaşımıdır. Bu yaklaşımın pragmatizme dayanan üç temel ilkesi bulunmaktadır: Birincisi, bireyler kendi anlamlandırdıkları davranışlarda bulunurlar; ikincisi, bireylerin davranışları toplumdaki diğer kişilerle girdikleri sosyal etkileşimlerden kaynaklanır; üçüncüsü ise, insanlar karşılaştıkları durumları yorumlar ve bu yorumların sonucuna göre davranışlarını değiştirirler (Zencirkıran, 2024, ss. 57-58). Aile, toplumun devamlılığını sağlayan ilk kurumdur. Bu kuramda aile bireylerinin deneyimleri nasıl algıladıkları, anlam dünyaları ve diğer bireylerle etkileşim biçimleri incelenir (Serpe ve Streyker, 2011) Verilen kararlarda bireylerin olaylara atfettikleri semboller önemlidir; roller ve beklentiler bu semboller üzerinden şekillenir.

Ekolojik Yaklaşım: Sorunların anlaşılmasında tüm değişkenler (canlı veya cansız) dikkate alınır. Aile değerlendirmelerinde bireylerin bağlanma stilleri ve etkileşimleri göz önünde bulundurulur (Hill at al., 2003). Aile, içinde bulunduğu sistemler ve alt sistemlerle etkileşim

halindedir. En yakın sistemden başlayarak genişleyen çevrelerle ilişkiler incelenir; böylece ailenin güçlü ve zayıf yönleri ile ihtiyaçları belirlenir.

Yapısal İşlevci Yaklaşım: Yapısal işlevci yaklaşımı, aile ve evlilikteki uyumu, aile içindeki etkileşim kalıplarını ve bu kalıpların işlevselliğini incelemeye odaklanmaktadır. Bu etkileşim kalıpları karşılıklı etkileşim (transaksiyonel) özellikler taşır. Her evlilikte, partnerlerin geçmiş deneyimleri ve köken ailelerinden gelen değerler, davranışlar, inançlar ve ilişki beklentileri bulunmaktadır (Nazlı, 2024). Eğer bu bireysel unsurlar işlevsel olmazsa, aile içi etkileşimlerdeki duygusal bağlanma ile özerklik arasındaki denge zarar görür ve bu durum aile işlevselliğinin azalmasına yol açar (Vetere, 2001). Aile, toplumun devamlılığında önemli bir araçtır. Ailenin yapısı, bireyler arası rol paylaşımı, toplumsal konumlar, değer yargıları ve denge durumu incelenmelidir. Ailenin biyolojik, saygınlık, dini, psikolojik ve koruyuculuk gibi temel işlevleri vardır (Epik vd., 2017).

2.1.4. Aile yaşam döngüsü

Canlı her organizmanın yaşamının bir başlangıcı, gelişimi ve sonu vardır. İnsan yaşamının da anne karnında başlayan serüveni, dünyaya teşrif etmesiyle bebeklik, çocukluk, ergenlik, yetişkinlik ve yaşlılık evrelerinden geçer; ölüm ile son bulur. Aile sisteminin de benzer şekilde bir yaşam eğrisi çizgisi vardır. Aileler de tıpkı bireyler gibi doğar, gelişir-genişler, küçülür ve son bulur. İşte tam da burada aile yaşam döngüsü (AYD) kavramı ile karşılaşmaktadır. Aile yaşam döngüsü (AYD), ailenin yaşamı boyunca deneyimlediği gelişimsel süreçler ve evreler dizisi olarak tanımlanmakta ve bu paradigma, ailenin belirli aşamalardan geçtiğini, her aşamanın kendine özgü görevleri, kendine özgü sorunları ve her aşamada ailenin deneyimlediği gelişimsel geçişler içerdiği varsayılmaktadır (Erickson, 1998, s. 341).

Aile, evlilik ve kan bağı veya evlat edindirme vb. süreçler ile birbirleriyle bağlantılanan insanlar kümesi olarak tanımlanmaktadır (Schaefer, 2013, s.312). Aile kurulurken birtakım süreçlerden ve aşamalardan geçtiğini belirli yaşam olaylarını içerdiğini söylenebilir. Bu süreç ve aşamalar literatürde “Aile Yaşam Döngüsü” kavramı ile tanımlanmakta ve aynı zamanda bir model çerçevesinde ele alınmaktadır. Söz konusu modele göre aile, evlilikle birlikte oluşmaya başlamakta; çocukların doğumu ve gelişimiyle genişlemekte; çocukların evden ayrılmasıyla yeniden daralmakta ve nihayetinde eşlerden birinin ya da her ikisinin ölümüyle sona ermektedir (Özdemir vd., 2016, ss. 43-44). Aile, dinamik bir yapıya sahip olup belirli gelişim aşamalarından geçmektedir. Bu aşamalar süresince aile üyelerinden sürekli olarak yeni roller ve sorumluluklar üstlenmeleri beklenmektedir. Bu bağlamda aile, üyelerinin gelişimsel

görevlerini yerine getirdiği ardışık evrelerden oluşan bir sistem olarak tanımlanabilir (Canatan & Yıldırım, 2013, s. 45). Her aile, hem yapısal özellikleri hem de bireylerinin değişen ihtiyaçları doğrultusunda farklı dönemler ve aşamalardan geçerek dönüşüm göstermektedir.

Sosyologların, aileyi daha derinlemesine analiz edebilmek amacıyla yaşam döngüsü modelini kullanmaya başlamaları, aile sosyolojisi alanında önemli bir dönüm noktası olarak değerlendirilmektedir. Aile yaşam döngüsü modeli; aile yapısının biçimlenmesi, çocuk yetiştirme süreçleri, eğitim hayatının tamamlanması, ebeveynlik rollerinin üstlenilmesi, emeklilik dönemi ve yalnızlık gibi birbirine bağlı geçiş evrelerine odaklanması bakımından özgün bir yaklaşım sunmaktadır. Zaman içerisinde, aile üyelerinde meydana gelen değişimlere bağlı olarak ortaya çıkan rol dönüşümlerini de kapsayacak şekilde modelin kapsamı genişletilmiştir (Glick ve Parke, 1965).

Gerson (1995) tarafından tanımlanan aile yaşam döngüsünün başlıca aşamaları şunlardır:

1. Aile kurma
2. Çocukların doğumu ve büyüülmesi
3. Çocukların yetişkinliğe ulaşması ve aileden ayrılması
4. Emeklilik ve yaşlılık

Aile yaşam döngüsüne ilişkin çalışmalarıyla tanınan ve aile yaşam döngüsü modeli ilk olarak geliştiren Evelyn Millis Duvall ise, aile yaşamının incelenmesinde sekiz temel dönem olduğunu belirtmiş ve bu dönemlerin ilk aşamasının evlilikle başladığını vurgulamıştır (Özdemir vd., 2009, s. 46). Bu yaklaşım, evliliğin aile oluşumunda belirleyici bir unsur olduğunu ortaya koymaktadır. Duvall'ın sınıflandırmasına dayalı olarak ifade edildiğinde, aile yaşam döngüsü modeli aşağıdaki evrelerden oluşmaktadır (Nystul, 2010, ss. 263-264; Özdemir vd., 2016, ss. 46-47):

1. Döngü: Çocuksuz Evli Çiftler: Aile yaşam döngüsünün ilk evresi olan çocuksuz evli çiftler dönemi, yalnızca eşlerden oluşmakta olup genellikle ortalama iki yıl sürmektedir. Bu dönem, çiftler arasındaki ilişkilerin uyumlu, dengeli ve yüksek düzeyde doyum sağlayıcı olduğu bir süreçtir. En azından bu döngüde beklenti bu yöndedir. Eşler, karşılıklı olarak birbirlerine alışma ve duygusal, zihinsel ve davranışsal uyum sağlama çabası içerisinde. Bu süreçler bazen çatışmalar da doğurabilir. Bu evrede ilişkiler; sosyal, psikolojik, ekonomik, cinsel, kültürel ve entelektüel boyutlarıyla çok yönlü bir yapı sergilemektedir. Dolayısıyla, çiftlerin birbirlerini

tanıma, ortak yaşamın temellerini oluşturma ve karşılıklı etkileşim yoluyla bütünleşme süreci, bu dönemin temel dinamiklerini oluşturmaktadır. Bu döngü ortalama 1-2 yıl sürmektedir.

2. Döngü: Çocuklu Aileler: Çocuklu aileler evresi, eşlerin anne ve baba statülerini üstlenmeleriyle birlikte yeni rollerin içselleştirildiği bir gelişim dönemini ifade etmektedir. Bu evre, genellikle evliliğin ikinci ile beşinci yılları arasında yer almakta olup çocuğun ilk 30 aylık gelişim sürecini kapsamaktadır. Bu dönemde ailede bir ya da iki çocuk bulunmakta; ebeveynler, yeni rollerine uyum sağlama ve bu rollerin gerektirdiği sorumlulukları yerine getirme çabası içerisinde. Anne-baba kimliğinin benimsenmesiyle birlikte, çocuğun sağlıklı gelişimini desteklemek ve temel ihtiyaçlarını karşılamak, ailenin öncelikli hedefleri arasında yer almaktadır. Bu süreçte ebeveynlik, yalnızca biyolojik bir rol değil; aynı zamanda psikososyal bir sorumluluk alanı olarak da şekillenmektedir.

3. Döngü: Okul Öncesi Çocuğu Olan Aileler: Okul öncesi çocuğa sahip aileler evresi, evliliğin ikinci ile beşinci yılları arasında yer almakta olup çocuğun 30 aylıktan 6 yaşına kadar olan gelişim sürecini kapsamaktadır. Bu dönemde aile içinde karı-koca, anne-baba, kız çocuk-kız kardeş ve erkek çocuk-erkek kardeş gibi çeşitli statüler mevcuttur. Ailenin temel uğraş alanı, okul öncesi dönemdeki çocuğun ilgi ve ihtiyaçlarını karşılamak üzerine yoğunlaşmaktadır. Toplumun yeni bir üyesi olan çocuğun toplumsallaşma süreci bu evrede en yoğun biçimde yaşanmakta; kimlik ve kişilik gelişiminin temelleri atılmaktadır. Bu gelişimsel süreçte yapılan hatalar, ilerleyen dönemlerde ciddi bireysel ve toplumsal sorunlara yol açma potansiyeline sahiptir. Bu nedenle ebeveynler, çocuğun sağlıklı gelişimini desteklemek amacıyla yoğun bir çaba içerisinde yer almakta ve ebeveynlik rollerini bilinçli biçimde yerine getirmeye çalışmaktadırlar.

4. Döngü: Okula Giden Çocukları Olan Aileler: Okula giden çocuğa sahip aileler evresi, yaklaşık yedi yıl süren bir dönemi kapsamaktadır. Bu süreçte aile içinde karı-koca, anne-baba, kız çocuk-kız kardeş ve erkek çocuk-erkek kardeş gibi statüler devam etmektedir. Ailenin bu dönemdeki ayırt edici temel özellikleri arasında, çocuğun okul başarısını desteklemek amacıyla onu cesaretlendirme ve benzer yaş grubuna sahip çocukları olan diğer ailelerle sosyal uyum sağlama çabaları yer almaktadır. Çocuğun sosyal çevreyle daha aktif bir şekilde etkileşime girmesi, aile içindeki hassasiyetleri artırmakta; ebeveynlerin çocuk üzerindeki denetim ve yönlendirme sorumluluğu daha belirgin hâle gelmektedir.

5. Döngü: Ergenlik Çağında Çocuğu Olan Aileler: Ergenlik dönemine giren çocuklara sahip aileler evresi, yaklaşık yedi yıl süren bir süreci kapsamaktadır. Bu dönemde aile içinde karı-

koca, anne-baba, kız çocuk-kız kardeş ve erkek çocuk-erkek kardeş statüleri devam etmektedir. Ailenin bu evredeki ayırt edici temel özellikleri arasında, çocukların bireysel ilgi alanlarını ve kariyer yönelimlerini desteklemek, aynı zamanda sorumluluk bilinciyle özgürlük anlayışını dengeli biçimde geliştirmek yer almaktadır. Ergenlik döneminin karakteristik özellikleri olan biyolojik, psikolojik, sosyal ve duygusal değişimler ile gelgitler, anne ve babanın yoğunlaştığı başlıca problem alanları arasında bulunmaktadır. Bu süreçte ebeveynler, çocuklarının gelişimsel ihtiyaçlarına duyarlı yaklaşarak rehberlik rollerini daha etkin biçimde üstlenmektedirler.

6. Döngü: Değişen Aile Yapısı: Çocukların yetişkinliğe adım attığı ve aileden ayrılma sürecine girdiği bu evre, yaklaşık sekiz yıl süren bir dönemi kapsamaktadır. Bu süreçte aile bireyleri karı-koca, anne-baba, büyük anne-büyük baba, kız çocuk-kız kardeş-hala-teyze ve erkek çocuk-erkek kardeş-amca-dayı gibi genişleyen statülerle temsil edilmektedir. Genellikle ilk çocuk evden ayrılmış olup, son çocuğun ayrılması da yakın bir gelecekte beklenmektedir. Ailenin temel bireyleri olan karı-koca, bu dönemde çocuklarını okul, askerlik, evlilik ve iş yaşamı gibi kritik geçiş süreçlerinde desteklemeye odaklanmakta; ebeveynlik rollerini rehberlik ve danışmanlık ekseninde sürdürmektedirler. Bu evre, ebeveynlerin çocuklarına yönelik sorumluluklarının azaldığı ancak duygusal ve yönlendirici desteklerinin yoğunlaştığı bir geçiş dönemidir.

7. Döngü: Orta Yaşlı Ebeveynler: Orta yaşlı ebeveynler evresi, aile yaşam döngüsünün “yuva boşalması” ve “emeklilik” süreciyle örtüşen, yaklaşık on beş yıl süren bir dönemi kapsamaktadır. Bu evrede karı-koca, anne-baba, büyük anne ve büyük baba statüleri devam etmekte; ebeveynler artık aktif çocuk yetiştirme sorumluluklarından uzaklaşarak evlilik ilişkilerini yeniden yapılandırma ve soy bağlarını sürdürme yönünde çaba göstermektedirler. Çocukların evden ayrılmasıyla birlikte çiftler, bireysel kimliklerini ve karşılıklı ilişkilerini yeniden tanımlamakta; aynı zamanda geniş aile bağlarını koruma ve kuşaklar arası etkileşimi sürdürme konusunda daha bilinçli roller üstlenmektedirler. Bu dönem, hem kişisel yeniden yapılanma hem de ailevi sürekliliğin sağlanması açısından önemli bir geçiş evresidir.

8. Döngü Aile Üyelerinin Yaşlılığı: Aile yaşam döngüsünün son evresi, aile üyelerinin yaşlılık dönemini kapsamaktadır ve genellikle on ila on beş yıl süren bir süreci ifade eder. Bu evrede karı-koca, anne-baba, büyük anne-büyük baba statüleri devam etmekle birlikte, dul erkek ve dul kadın konumları da belirginleşmektedir. Yaşlı bireyler, yalnız yaşamaya alışma ve bu duruma uyum sağlama sürecinde fiziksel, duygusal ve sosyal ihtiyaçlarını karşılamaya yönelik çabalar içerisinde bulunurlar. Bu evre, bireylerin yaşamlarının son dönemine ilişkin yeniden

yapılanma ve kabullenme süreçlerini içerir. Aile yaşam döngüsü, genellikle karı-kocadan birinin vefatıyla sona ermektedir; bu durum, hem bireysel hem de ailevi düzeyde derin bir dönüşümün başlangıcını temsil eder.

Duvall'ın veya diğerlerinin aile yaşam döngüsü modeli geçmişte, o anda ve gelecekte evliliğin ve ailenin gelişimsel olarak her aşamada nasıl tanımlanabileceğini belirleme amacıyla (Özdemir vd., 2009).

Aile yaşam döngüsü sosyal hizmette müstakil bir yaklaşım olarak da kullanılmaktadır (Çamur Duyan, 2003). Aile yaşam döngüsü perspektifi veya yaklaşımı, ailelerin gelişimsel ihtiyaçlarını, rollerini, ilişkilerini vb. durumları anlamada temel bir çerçeve sunar. Özellikle sosyal hizmet müdahale planı geliştirilirken, ailelerin hangi evrede bulunduğu ve her evreye özgü muhtemel sorunların tahmin edilmesinde, aile yaşam doyumu perspektifi önemli bir kavramsal çerçeve sunar. Bu yaklaşım, ailelerle yürütülen sosyal hizmet uygulamalarında etkili müdahalelerin gerçekleştirilmesine ve aile içi ilişkilerin güçlendirilmesine anlamlı katkılar sağlayabilir.

2.1.5. Aile yaşam doyumu

Aile yaşam doyumu kavramına geçmeden önce yaşam doyumu kavramı üzerinde durmakta yarar vardır. Yaşam doyumu ya da yaşam kalitesi, bireyin yalnızca yaşamının belirli bir yönünü değil, tüm yaşamını genel olarak olumlu değerlendirmesi şeklinde tanımlanabilir (Durğun ve Durğun, 2020, s. 210). Başka bir deyişle, yaşam doyumu; bireyin yaşamına ilişkin öznel değerlendirmelerini içeren bir kavram olarak, hayatın farklı boyutlarına yönelik genel bir memnuniyet algısını yansıtmaktadır. Bu kapsamda, aile ve evlilik ilişkilerinden mesleki tatmine, sağlık durumundan eğitim sürecine, sosyal çevre, arkadaşlık ilişkileri ve inanç sistemlerine kadar uzanan çok yönlü yaşam alanları, bireyin yaşam doyumu düzeyini şekillendiren temel unsurlar arasında yer almaktadır (Algan, 2023, s. 75).

Yaşam doyumu kavramının temelinde, bireyin yaşamına dair olumlu algılarının, olumsuz algılarına kıyasla ne derece baskın olduğu yatmaktadır. Bu öznel değerlendirme sürecinde, bireyin sahip olduğu yaşam koşulları ile kişisel beklentileri arasındaki uyum düzeyi belirleyici bir faktör olarak öne çıkmaktadır (Haybron, 2001). Bu doğrultuda, yaşam doyumu; bireyin yaşam kalitesini, kendi değer yargıları ve öncelikleri çerçevesinde anlamlandırması ve değerlendirmesi şeklinde tanımlanabilir (Shin & Johnson, 1978).

Neugarten ve arkadaşları (1961), yaşam doyumunu değerlendirmek amacıyla beş temel ölçüt ortaya koymuşlardır. Bu ölçütler, bireyin yaşam doyumunu şekillendiren ön koşullar olarak kabul edilmektedir. Buna göre; “gündelik yaşamdan keyif alma ve haz duyma”, “yaşamı

anlamalı kılma ve geçmiş deneyimlerin sorumluluğunu üstlenme”, “kişisel hedeflere ulaşma konusunda güçlü bir inanca sahip olma”, “olumlu benlik algısı geliştirme”, “bireyin kendi eksikliklerini kabullenerek kendini olduğu gibi kabul etmesi” ve “yaşama karşı iyimser bir tutum sergilemesi”, yaşam doyumunun temel belirleyicileri arasında yer almaktadır.

Türkiye İstatistik Kurumu’nun (TÜİK, 2025) 2024 yılına ait Yaşam Memnuniyeti Araştırması sonuçlarına göre, 2023 yılında mutlu olduğunu beyan eden 18 yaş ve üzeri bireylerin oranı %52,7 iken, bu oran 2024’te %49,6’ya gerilemiştir. Aynı dönemde mutsuz olduğunu belirten bireylerin oranı ise %13,7’den %14,5’e yükselmiştir. Cinsiyet temelli değerlendirmelerde kadınların erkeklere kıyasla daha yüksek mutluluk düzeyine sahip olduğu görülmektedir; 2024 yılında erkeklerin %46,9’u, kadınların ise %52,3’ü kendini mutlu olarak tanımlamıştır. Medeni durum da mutluluk düzeyini etkileyen önemli bir değişken olarak öne çıkmaktadır. Evli bireylerin %52,5’i mutlu olduğunu belirtirken, evli olmayan bireylerde bu oran %44,0’te kalmıştır. Evli bireyler arasında ise kadınların mutluluk düzeyi (%55,4), erkeklere (%49,5) göre daha yüksektir.

Aile yaşam doyumu, genel yaşam doyumunun alt boyutlarından biri olarak, daha özgün ve bağlamsal bir kavram şeklinde değerlendirilmektedir. Bu kavram, aile bireylerinin yaşam koşullarını kişisel beklentileriyle kıyaslamaları sonucunda oluşan duygusal tepkiyi ifade eder. Aynı zamanda, bireyin ailesiyle olan ilişkilerinden ve aile ortamından duyduğu memnuniyet düzeyini yansıtır (Zabriskie & Ward, 2013).

Aile yaşam doyumu, aile bireylerinin bir arada bulundukları ortamdaki duygusal iklimle yakından ilişkilendirilen bir kavram olarak değerlendirilmektedir. Aile içinde hâkim olan duygusal atmosferin, bireylerin aile yaşamından algıladıkları doyum düzeyini doğrudan etkilediği ifade edilmektedir (Çalışkan vd., 2017).

Aile yaşam doyumu, bireyin aile içindeki rol ve ilişkilerine yönelik beklentileri ile bu beklentilerin ne ölçüde karşılandığına dair öznel değerlendirmelerle şekillenen bir kavramdır. Bu bağlamda, beklenti-gerçeklik arasındaki uyumun yüksek olması, bireyin ailesiyle kurduğu bağdan duyduğu tatmini artırmaktadır. Ekolojik sistem yaklaşımı perspektifinden ele alındığında ise, bireyin aile ortamındaki deneyimlerini ve bu deneyimlerin duygusal yansımalarını içeren genel mutluluk algısı, aile yaşam doyumunun temel göstergelerinden biri olarak değerlendirilmektedir (Akyol, 2013).

Aile Yaşam Doyumu (AYD), evli bireylerin eş, ebeveyn, çocuk ve kardeş alt sistemleri içerisindeki ilişkilerden ve etkileşimlerden algıladıkları doyum düzeyini ifade eden çok boyutlu

bir kavramdır (Carver & Jones, 1992). AYD yalnızca ilişkisel tatmin düzeyini değil, aynı zamanda bireylerin aile yaşamını nasıl algıladıklarını ve aile üyeleri arasında gelişen iletişim ve etkileşim kalıplarını da kapsamaktadır. Bu nedenle, her aile sistemi ya da alt sistemi içinde bireylerin aile yaşamından elde ettikleri doyum düzeyleri farklılık gösterebilir. Bu bağlamda AYD, genel bir aile özelliği olarak değil, bireysel bir algı biçimi olarak ele alınmakta ve bu çerçevede değerlendirilmektedir (Barraca et al., 2000).

Rho'nun (1989) yaklaşımına göre AYD, bir bireyin tüm aile üyeleriyle kurduğu ilişkilerdeki memnuniyet, mutluluk ve tatmin düzeyine ilişkin öznel değerlendirmesini üç temel eksenle ele almaktadır: evlilik doyumu, ebeveyn doyumu ve bireysel/kişisel doyum. Bu eksenler, aile içi etkileşimlerin farklı yönlerini yansıtarak AYD'nin çok katmanlı yapısını ortaya koymaktadır.

2.1.6. Ailelerle sosyal hizmet

Sosyal hizmet, kişilerin, ailelerin, grupların, topluluk ve toplumun sosyal hayatında psikososyal rollerini işlevsel biçimde sürdürebilmeleri için gerekli psikososyal ekonomik ve manevi kapasitenin geliştirilmesi, sosyal refahın sağlanması ve sosyal adaletin tesis edilmesini amaç edinen mesleki bir faaliyet ve akademik bir disiplin olarak tanımlanabilir (Zastrow, 2017, s. 6). Tanımdan da anlaşılacağı üzere “aile” sosyal hizmetin profesyonel çalışma alanlarının arasında önemli bir konuma sahiptir. Sosyal hizmetin mikro düzlemde bireyle çalışma yönteminden sonra aileyle çalışma yöntemi gelmektedir. Aile, birincil bir grup (Zencirkıran, 2024) olarak değerlendirildiğinde mezzo düzlemde sosyal hizmet uygulamalarının odağını oluşturmaktadır. Dolayısıyla aile kurumu hem mikro, hem de mezzo düzeyde ele alışıla sosyal hizmet müdahalesine konu olabilir. Bulut (1993), bireyin kişilik gelişimi ve biyopsikososyal gereksinimlerinin karşılanmasında aile kurumunun belirleyici bir rol üstlendiğini; aynı zamanda bu kurumun sağlam temellere dayanmasının, toplumsal güçlenmenin önünü açan önemli bir unsur olduğunu ileri sürmektedir.

Sosyal hizmet, hem mesleki bir faaliyet hem de akademik bir disiplin olarak, bireyin aile bağlamından soyutlanamayacağını vurgular. Aile ise çağdaş toplum yapısında temel bir sosyal kurum olma özelliğini sürdürmektedir. Bu bağlamda, aile kurumu yalnızca sosyal hizmetin bir uygulama alanı değil; yaşlı, çocuk ve engelli refahı ile kadın sorunları gibi çeşitli müdahale alanlarının tamamında ele alınması gereken bütüncül bir sistem olarak değerlendirilmelidir (Algan, 2023).

Ailelerle sosyal hizmet “aile sosyal hizmeti” olarak da ifade edilebilir (Tuncay ve Tekin, 2022). Her birey aile sisteminin alt bir sistemidir. Dolayısıyla sosyal hizmetin çerçevesini birey ve

onun çepçevre kuşatan en yakın çevresi olan aile sistemi oluşturmaktadır. Örneğin madde kullanımı olan bir birey aile üyelerinden biri olabilir. Bu birey ergenlik döneminde olabilir. Aynı zamanda akademik başarısının düşük olduğu bir öğrenci olabilir. Dolayısıyla sorunlar ve problemler sadece bireysel çalışmayla değil, ebeveynlerin en az birinin muhtemel alkol ve madde bağımlılığı, yoksulluk, engellilik vb. risk faktörleri çerçevesinde aile sistemi içerisinde bütüncül bir yaklaşımla ele alınmalıdır. Dolayısıyla sosyal hizmetin hedef sistemi ergen bireyden ziyade ailenin bütünü olabilir (Tuncay ve Tekin, 2022).

Aile içi çatışmalar ve sorunların doğal bir sonucu olarak olumsuz biçimde etkilenen aile bireylerine sunulan psikososyal destek hizmetleri, hem bireysel iyilik hâlinin yeniden tesisinde hem de aile sisteminde istikrarın sağlanmasında kritik bir işlev üstlenmektedir. Aile yapısındaki kırılmaların onarılmasında sosyal hizmet müdahaleleri, müracaatçı sistemi üzerinde dönüştürücü etkiler yaratmakta ve aile refahının artırılmasında işlevsel bir rol üstlenmektedir (Algan, 2023).

Ailelerle sosyal hizmet uygulamalarının esasında 4 amaç güdülmektedir (Collins vd., 2013): bunlar (1) “ailenin ihtiyaç alanlarını belirlemek ve karşılamak”, (2) “ailenin günlük aktivitelerini organize etmek”, (3) “aile sisteminin problemle baş edebilme kapasitesini geliştirmek ve ebeveyn rollerini sağlıklı biçimde üstlenmesini sağlayacak becerilerini geliştirmek” ve (4) ailenin etkileşim ve iletişim biçimlerini analiz edip düzenleme şeklindedir.

Ailelerle yürütülen sosyal hizmetin amacı, aile üyelerinin bireysel ve karşılıklı beklenti ile ihtiyaçlarını anlayarak, sorunlara yönelik çözüm geliştirmek ve sağlıklı bir aile ortamı oluşturmaktır (Duyan, 2014, s. 265). Bu süreçte aileye, sorunlarının doğasına dair farkındalık kazandırılır; yalnızca problemlere odaklanmak yerine, hedefler ve ortak çözüm stratejileri ön planda tutulur. Görüşmelerde tüm üyelerin katılımı, aile dinamiklerinin doğru anlaşılması ve etkili müdahale için kritik öneme sahiptir (Baydar, 2018, s. 68).

Ailelerle sosyal hizmet bir dizi ilkelerle gerçekleştirilebilir. Bu ilkeler (Collins vd., 2013):

- Ailelere yardım etmenin en iyi yolu kendi bulunduğu, sosyal ilişkilerini geliştirdiği ve psikososyal bağ kurduğu hanesidir,
- Danışmanlık süreci, aile bireylerinin yaşadıkları sorunları bağımsız biçimde ele alabilme ve çözüm üretebilme kapasitelerini geliştirir,
- Müdahaleler bireyselleştirilmeli; tekil bir çözüm modeli yerine, her ailenin benzersiz sosyo-psikolojik, ekonomik ve kültürel yapısına duyarlı bir yaklaşımı benimsemelidir,

- Aile, yalnızca üyelerinin toplamı olarak değerlendirilmemeli; aksine, üyeleri arasındaki etkileşimlerin yarattığı dinamik yapıyla, parçalarının toplamından daha büyük bir bütün olarak ele alınmalıdır,
- Ailelerle yürütülen sosyal hizmet uygulamalarında, öncelik acil ve yaşamsal gereksinimlerin karşılanması yönünde olmalı, uzun dönem ihtiyaçlarına daha sonra yer verilmelidir,
- Aileler değişme veya değişmeme arasında bir denge ararlar. Yani değişimi yönetmek kadar değişmemeyi tercih etmek de ailenin yapısal istikrarı açısından bilinçli bir kontrol mekanizması olarak değerlendirilebilir,
- Bir aile üyesinde ortaya çıkan bireysel değişim, ailenin diğer üyeleri üzerinde dolaylı ya da doğrudan etkiler yaratır,
- Aile üyelerinin davranış örüntülerini en isabetli biçimde açıklayan yaklaşım, karşılıklı etkileşimlere dayanan döngüsel nedenselliklerdir,
- Aile hem kapsayıcı hem de kapsanan bir sistem olarak çok katmanlı bir yapıya sahiptir. İşlevsel aile sistemleri, daha büyük sosyal sistemlerle etkileşim hâlindeyken kendi içinde de alt sistemlere ayrılır,
- Aile, rastgele davranışların değil; belirli normlar, roller ve beklentilerle şekillenmiş kuralların geçerli olduğu bir sosyal sistemdir

şeklde sıralanabilir.

Ailelerle sosyal hizmet uygulamasında bireyle çalışmada olduğu gibi 7 aşamalı planlı değişim süreci önerilmektedir. Bunlar (Duyan, 2014):

Tanışma/Bağlantı Kurma: Planlı değişim sürecinin ilk basamağını oluşturan bu aşama, sosyal hizmet uzmanının müracaatçı ailesiyle ilk kez yüz yüze geldiği kritik döneme işaret eder. Bu buluşmada karşılıklı güvenin tesis edilmesi temel bir önceliktir; zira tüm sürecin sağlıklı işlemesi, bu güven zemininin ne kadar sağlam kurulduğuna bağlıdır. Görüşme ortamı, fiziksel olarak huzur verici ve estetik açıdan hoş olmalıdır. Böyle bir atmosfer, müracaatçı aile bireylerinin kendilerini daha rahat ifade etmelerine olanak tanır ve görüşmenin verimini artırabilir.

Ön Değerlendirme: Bu aşama, aile sisteminin nasıl yapılandığını ve işlevlerini anlamak için oldukça önemlidir. Sadece ailenin iç dinamikleri değil, aynı zamanda yakın çevresi ve

akrabalarıyla kurduğu ilişkilerin niteliği ve yoğunluğu da bu değerlendirme sürecinin bir parçasıdır. Uzman, aile bireylerinin yaşadıkları sorunu nasıl algıladıklarını, bu sorun hakkında ne düşündüklerini ve hangi anlamları yüklediklerini dikkatle ele alır. Bununla birlikte, aile yaşam döngüsü süreçlerinde meydana gelen ve stress yaratan durumlara bağlı stresin aile üzerindeki etkisi de gözlemlenir. Aile içinde nasıl iletişim kurulduğu, hangi iletişim biçimlerinin benimsendiği ve bu iletişim biçiminin aile içi ilişkileri nasıl etkilediği de değerlendirme kapsamında yer alır. Tüm bu unsurlar, hem sorunun kaynağını daha iyi anlayabilmek hem de müdahale sürecini doğru bir şekilde planlayabilmek açısından temel bir zemin oluşturur.

Planlama: Planlama, ön değerlendirme ile müdahale arasında işlevsel bir köprü olarak kabul edilir. Süreç, öncelikle çözülmesi gereken alanların ve ulaşılmak istenen hedeflerin netleştirilmesiyle başlar; ardından bu hedeflere ulaşmak için gerekli değişiklikler tanımlanır ve olası seçenekler arasından en uygun stratejiler seçilir. Uygulanacak etkinlikler belirlenir ve izlenecek adımları içeren bir zaman çizelgesi oluşturulur.

Uygulama: Planlama aşamasında belirlenen hedefler ve oluşturulan amaçlar doğrultusunda müdahalelerde bulunulur. Ailelerin karşılaştıkları sorunların çözümüne yönelik olarak, duruma özgü çeşitli teknikler ve yaklaşımlar benimsenebilir. Bu kapsamda psikanalitik, sistemik, yapısal ve stratejik aile tedavisi yaklaşımları, sosyal hizmet müdahalesi sürecinde ailelerle yapılan çalışmalarda uygulamaya konulabilir.

Son Değerlendirme: Gerçekleştirilen uygulamanın son değerlendirmesi, müdahalenin genel etkinliğini belirlemek amacıyla yapılan sistematik bir analiz sürecini kapsar. Bu aşamada, belirlenen hedeflere ulaşıp ulaşılmadığı, kullanılan yöntemlerin işlevselliği ve elde edilen sonuçların kalıcılığı gözden geçirilir.

Sonlandırma: Uygulamanın sona erdirilmesi, müdahale sürecinin tamamlanmasıyla birlikte müracaatçı sistemi ile kurulan profesyonel ilişkinin etik ve planlı bir biçimde sonlanmasını ifade eder. Bu aşamada, hem sosyal hizmet uzmanı hem de danışan süreci gözden geçirir; kazanımlar değerlendirilir, sürdürülebilirlik stratejileri belirlenir ve danışanın bağımsız işlevselliği desteklenir. Sonlandırma aynı zamanda danışana gelecekte karşılaşılabileceği durumlarla baş etme becerileri kazandırmayı ve gerekirse başka kaynaklara yönlendirme yapmayı da kapsar.

İzleme: Aile sistemi üzerindeki müdahalenin ardından, sistemin belirli aralıklarla izlenmesi süreci devreye girer. Bu aşama, yapılan değişikliklerin kalıcılığını değerlendirmek,

oluşabilecek yeni ihtiyaçları tespit etmek ve uygulamaların etkinliğini sürdürmek açısından önemlidir. İzleme, hem ailenin işlevselliğini hem de müdahale sonrası gelişmeleri yakından takip etmeyi sağlar. Gerektiğinde, aile yapısında ya da dış çevresel etkenlerde meydana gelen değişimlere uygun olarak müdahale planında yeniden düzenlemelere gidilebilir.

2.2. Bağımlılık ve Teknoloji Bağımlılığı

Araştırmamızın bu başlığında; diğer temel değişkenimiz olan bağımlılık ve teknoloji bağımlılığı konusunun kavramsal çerçevesine yer verilmiştir. Bu bağlamda öncelikle bağımlılık kavramı, bağımlılığın nedenleri ve türleri ile teknoloji bağımlılığı açıklanmış; ayrıca “bağımlılık ve sosyal hizmet” başlığı altında bağımlılık olgusu sosyal hizmet perspektifinden teorik olarak ele alınmıştır.

2.2.1. Bağımlılık kavramı

Bağımlılık kavramı TDK’ya göre “bir şeye veya bir kimseye bağlı olma durumu” olarak tanımlanmaktadır. Dolayısıyla dil bilimsel olarak kavram bağlı olmaktan gelen bir durumu ifade etmektedir. Bağımlılık insana özgü bir durum olarak madde bağımlılığının başlangıcı insanlık tarihi kadar eskiye dayanmakta olup, madde kullanımı ilk çağlardan itibaren kültürel ve sosyolojik boyutlarda var olmuştur (Uzday, 2009, s.5). Tarihsel süreç içerisinde bireyler, yaşamsal deneyimlerinin etkisiyle bazı nesnelere, olgulara, maddelere ve davranış biçimlerine karşı sürekli bir heyecan ve ilgi geliştirmiş ve bu da zamanla bireyleri etkisi altına alarak bağımlılık olgusunun ortaya çıkmasına neden olmuştur (Ayhan ve Köselören, 2019, s.3).

Bağımlılığın tarihsel gelişimi incelendiğinde, insanlığın varoluşundan itibaren çeşitli maddelerin keyif verici özellikleri nedeniyle kullanıldığı bilinmektedir. İlkel toplumlarda, büyü ve kült ruhban anlayışı ve şamanlar aracılığıyla çeşitli psişik güçlerin kullanıldığı belirtilmekte, madde kullanımına dair tarihsel kayıtlar çok eski dönemlere, din kitaplarında geçen hikâyelere kadar uzanmaktadır. Örneğin, Madagaskar bölgesinde 2000 yıl önce henüz insanlığın medeniyet boyutuna ulaşması söz konusu değilken, mekanik ve kimyasal olarak bazı maddeler kullanılmış ve bu maddelerden bağımlılık oluştuğu tespit edilmiştir. Ayrıca MÖ 3000 yıl öncesinde Sümer tabletlerinde alkolün kullanıldığı görülmektedir (Uzday, 2009, ss. 5-6).

Bağımlılık, geçmişte günah ve ahlaki sapma gibi normatif yargılarla değerlendirilmişken, günümüzde farklı disiplinler tarafından biyolojik temellere dayanan, tıbbi nitelikte ve süregelen bir hastalık biçiminde ele alınmaktadır (Güleç ve ark., 2015, s. 449) Bu dönüşüm, bağımlılık

olgusunun yalnızca bireysel irade eksikliğiyle açıklanamayacağını; nörolojik, psikolojik ve çevresel etkenlerin birlikte değerlendirilmesi gerektiğini ortaya koymaktadır.

Bağımlılık, vücudun bir ya da birden fazla işlevini olumsuz yönde etkileyen maddelerin kullanılması ve bu maddelerin zarar verdiği bilinmesine rağmen kullanımının bırakılmaması durumudur (Bahar, 2018, s.7). Başka bir ifadeyle, bireyin madde kullanımını sürdürüyor olması; bırakmada güçlük çekmesi, sürekli madde arayışı içinde bulunması ve kullanılan maddenin miktarını giderek artırmasıyla ortaya çıkan; beyinde önemli işlev bozukluklarına yol açan, keyif verici maddelerin sürekli kullanımına bağlı gelişen kronik bir beyin hastalığı olarak da tanımlanır (Uzbay, 2009, s. 10). Uluslararası Hastalık İstatistiksel Sınıflandırması ve İlgili Sağlık Sorunları 10. Revizyon (ICD-10)'da bağımlılık bir sendrom olarak ele alınmıştır. Bu bağlamda bağımlılık sendromu, tekrarlayan madde kullanımı sonrasında ortaya çıkan; maddeyi alma yönünde güçlü istek duyma, kullanımı kontrol etmede zorluk yaşama, olumsuz sonuçlarına rağmen kullanımı sürdürme, maddeye diğer etkinlik ve sorumluluklardan daha fazla öncelik verme, toleransın giderek artması ve kimi zaman fiziksel yoksunluk belirtilerinin görülmesi gibi davranışsal, bilişsel ve fizyolojik unsurların tümü olarak tanımlanmaktadır (ICD, 2019).

Bağımlılık, yalnızca psikoaktif madde kullanımına özgü bir olgu olmayıp, belirli davranışlar üzerinde de gelişebilen çok boyutlu bir süreçtir. Davranışsal bağımlılık, bireyin yaşam döngüsü içerisinde belirli bir davranış uzun süre boyunca yoğun biçimde sürdürmesi, bu davranışın gerçekleşmemesi durumunda yoksunluk belirtileri yaşaması ve davranışın yaşamın diğer alanları üzerinde olumsuz etkiler yaratmasına rağmen devam ettirilmesi ile karakterizedir (Griffiths, 1999, ss. 246-247).

Griffiths (1999, ss. 247-248) davranışsal bağımlılıkları açıklamak üzere 6 bileşenli bir model geliştirmiştir. Bu modele göre tüm bağımlılık türleri (davranış temelli olsun ya da olmasın) şu ortak bileşenleri taşır:

Belirginlik (Salience): Davranışın bireyin düşünce, duygu ve davranışlarında merkezi bir yer edinmesidir. Örnek olarak bir ergenin gün içinde sürekli olarak dijital oyun oynamayı düşünür, sosyal ilişkilerinde bu düşünce belirleyici olur. Diğer bir ifadeyle oyun oynama davranışı baskın hale gelir.

Duygu Durum Değişimi (Mood Modification): Davranışın, ruh hâlinde olumlu ya da olumsuz yönde değişim yaratması. Örneğin stres altında bulunan bir ergenin internette vakit geçirerek rahatlaması ya da geçici bir keyif hissetmesi.

Tolerans (Tolerance): Aynı etkiyi elde etmek için davranışın giderek daha yoğun veya sık yapılması gerekliliği. Örnek olarak daha önce 1 saat dijital oyun başında zaman geçiren bir ergenin daha sonra aynı doyumunu almak için 3 saat zaman ayırması.

Yoksunluk Belirtileri (Withdrawal): Davranışın engellenmesi veya bırakılması durumunda huzursuzluk, kolayca öfkelenmesi gibi olumsuz fiziksel/psikolojik tepkilerin ortaya çıkması. Örneğin sosyal medyaya erişim engeli geldiğinde kişinin huzursuz, gergin veya sinirli hissetmesi.

Çatışma (Conflict): Davranışın, bireyin sosyal ilişkileri, iş/okul yaşamı veya kişisel değerleriyle çatışması. Örneğin çevrimiçi kumar oynayan bir genç yetişkinin sürekli olarak ailesiyle ve çevresiyle çatışma yaşaması.

Nüks (Relapse): Davranışın bırakılmasının ardından, kontrolsüz biçimde yeniden başlaması. Örneğin daha önce çevrimiçi kumar bağımlısı olan bir gencin tedavi ve terapi sonrası bir süreliğine kumar oynamayı bırakarak, eski sosyal çevresine geri döndüğünde daha yüksek miktarlarda bahis yapması.

Bu model, bağımlılığın yalnızca biyolojik değil, aynı zamanda psikolojik ve sosyal boyutlarını da kapsayan biyopsikososyal bir çerçeve sunar. Böylece, kumar oynama, internet kullanımı, sosyal medya kullanımı, dijital oyun oynama, internetten alışveriş yapma vb. davranışlar da bağımlılık düzeyine ulaşabilir.

2.2.2. Bağımlılık türleri ve nedenleri

Literatürde bağımlılık türlerinin temelde iki kategoride incelendiği söylenebilir. Bunlar maddeye bağlı bağımlılıklar ve maddeye bağlı olmayan (davranışsal) bağımlılıklar olarak iki temel başlıkta incelenmektedir. Alan yazında “madde bağımlılığı” kavramına ilişkin terminolojide de bir farklılaşma gözlenmektedir. Nitekim DSM-5 (2013: 481) tanı el kitabında, “madde bağımlılığı” ifadesi yerine “madde ve bağımlılık bozuklukları” terimi tercih edilmiş; ayrıca bu bölüm, antisosyal kişilik bozuklukları ana başlığı altında sunulmuştur (Yaman, 2021, s.19).

Madde bağımlılığı, ilaç niteliği taşıyan maddelerin beyni etkileyerek, kişinin bu maddelerin keyif verici etkilerini yaşamak veya yokluklarında ortaya çıkan huzursuzluklardan kaçınmak amacıyla sürekli ya da aralıklı olarak madde alma isteği duyduğu ve çeşitli davranış bozukluklarıyla kendini gösteren bir beyin hastalığıdır (Uzbay, 2009, s.10). Bağımlılık yapıcı maddeler, tütün ürünleri, opiyatlar, kafein, uçucu maddeler, alkol, uyarıcılar (ör. amfetamin ve

kokain), kenevir, halüsinojenler ile sedatif ve hipnotik ilaçlar gibi psikoaktif maddelerden oluşmaktadır (Morrison, 2019, s. 470). Davranışsal bağımlılıklar ise alkol ve madde bağımlılığından farklı olarak, daha çok bireylerin durdurmakta güçlük çektikleri eylem ve alışkanlıklara odaklanmaktadır (Zubaroğlu Yanardağ vd., 2020, s. 551). Zou ve ark. (2017) davranışsal bağımlılıklar arasında yeme bağımlılığı, akıllı telefon bağımlılığı, patolojik kumar oynama, teknoloji bağımlılığı ve internet bağımlılığı gibi çeşitli türleri ifade etmektedir (ss. 36-37).

Davranışsal bağımlılık, diğer bağımlılık türlerinde olduğu gibi, tekrarlayan bir davranış örüntüsüyle ortaya çıkan ve biyopsikososyal etkileri bakımından belirgin özellikler gösteren bir bağımlılık biçimidir (Zubaroğlu Yanardağ vd., 2020, s. 552). Araştırmalar, davranışsal bağımlılıkların; genetik, biyolojik, nüksetme süreci ve fenomenolojik özellikler bakımından madde bağımlılığıyla önemli ölçüde benzerlik gösterdiğini ortaya koymaktadır. Bağımlılık düzeyine ulaşan bu davranış biçimleri, psikolojik ve fiziksel işlevlerde bozulmalara yol açarak bireyin sosyal, finansal ve mesleki işlevselliğini de olumsuz yönde etkilemektedir (Petry, 2016, s. 1).

Bağımlılık birçok nedenden oluşabilir. Bu nedenleri şöyle özetlenebilir (Zou ve ark., 2017, ss. 22-35):

Tekrarlayan Madde Kullanımı: Madde bağımlılığı, tekrarlayan madde kullanımı sonucunda ortaya çıkan ve beyinde yapısal ile fonksiyonel değişikliklere yol açan kronik bir hastalıktır. Bu değişiklikler özellikle prefrontal korteks gibi yürütücü fonksiyonlarla ilgili beyin bölgelerinde oluşur ve kişinin dürtü kontrolünü bozarak madde kullanımının kontrolünü kaybetmesine neden olur.

Genetik Faktörler: Bireyin genetik yapısı, bağımlılığa yatkınlık konusunda önemli bir rol oynar. Genetik faktörler, kişinin bağımlılık geliştirme riskini artırabilir ve madde kullanımıyla ilişkili beyin değişikliklerine duyarlılığı etkileyebilir.

Psikolojik ve Sosyal Kontekst: Bağımlılık gelişiminde bireyin içinde bulunduğu psikolojik durum ve sosyal çevre etkili rol oynar. Stres, sosyal destek yetersizliği ve çevresel faktörler bağımlılık riskini artırabilir.

Davranışsal ve Psikolojik Mekanizmalar: Bağımlılık, kaygı azaltma, olumlu duyguların yaşanması veya negatif duyguların bastırılması gibi psikolojik stratejilerle ilişkilidir. Bağımlılık yapan madde veya davranışın sağladığı geçici rahatlama, kişinin tekrar kullanmasına yol açar.

Tolerans ve Yoksunluk Belirtileri: Maddeye karşı gelişen tolerans (aynı etkiyi elde etmek için daha yüksek doz gerekir) ve yoksunluk semptomları (madde bırakıldığında ortaya çıkan olumsuz fizyolojik ya da psikolojik belirtiler), bağımlılık davranışının sürdürülmesinde önemli fizyolojik nedenlerdir.

Bilişsel Kontrol Kaybı ve Kriz: Bağımlılıkta kişi, bilinçli olarak madde kullanımını bırakmak istese de, bilişsel kontrolün zayıflaması nedeniyle bunu başaramaz ve madde kullanımı devam eder. Bu durum “kontrolün kaybı” olarak tanımlanır.

Bağımlılık biyolojik, psikolojik ve sosyal arka planı olan karmaşık bir süreçtir. Bir defadan bir şey olmaz cümlesiyle başlayan ve tekrarlayan madde kullanımı, bireyin beyin kimyasını negatif etkileyerek işlevselliğini bozmaktadır (Tarhan ve Nurmedov, 2014). Akkaş (2019) bağımlılığın nedenlerini, psikolojik, biyolojik, sosyal ve kültürel nedenler ile kişisel özellikler ve ruhsal nedenler çerçevesinde açıklamaktadır (ss. 15-20).

2.2.3. Teknoloji bağımlılığı ve türleri

Teknoloji, bireyin maddi çevresini dönüştürmek ve çevresi üzerinde kontrol sağlamak amacıyla geliştirdiği araç, gereç ve sistemlerle, bunlara ilişkin bilgi birikiminin tümüdür (Türk Dil Kurumu, 2025). Dolayısıyla teknoloji, evden-işe; günlük hayattan-eğlence sektörüne; eğitimden-serbest zaman değerlendirme süreçlerine kadar hayatın ayrılmaz bir parçasıdır (Akkaş, 2019, s. 23). Bu denli hayatın içinde varlık sahası elde teknolojinin ve teknolojik araçların insan yaşamına sağladığı katkıların yanında birtakım olumsuzlukları da beraberinde getirmiştir.

Teknolojiyle sürekli etkileşim halinde olduğumuz ve bu etkileşimin giderek teknolojik bağımlılığa dönüştüğü bir çağda yaşamaktayız. Teknolojiyi faydalı, verimli ve üretken bir biçimde kullanmayı gerekli kılan durumlar vardır, ancak bu durumlar çoğunlukla ihtiyaç ile bağımlılık arasındaki çizgiyi belirsizleştirmektedir (Sharma ve Palamanichamy, 2018, s. 545). Bu bulanık alan beraberinde teknoloji bağımlılığını geliştirmektedir.

Teknolojinin araçları denilince günümüzde aklımıza ilk başta internet, akıllı telefon, akıllı televizyon, dijital oyun konsolları vb. gelmektedir. Bu araçlar hayatı kolaylaştırmanın yanında aşırı ve kontrolsüz kullanımı neticesinde teknoloji bağımlılığı gelişebilmektedir. Nitekim teknoloji bağımlılığı da dijital cihazların yaygınlaşması ve teknolojik araçların aşırı ve bilinçsizce kullanımı neticesinde gelişen bir bağımlılık türü olarak tanımlanmaktadır (Erzincanlı ve Taş, 2023, s. 69).

Davranışsal bağımlılık türlerinden biri olarak değerlendirilen teknoloji bağımlılığı, çoğu zaman yalnızca internet bağımlılığı olarak değerlendirilse de, gerçekte internetin yanı sıra internet erişimi sağlayan teknolojik cihazları (smart televizyon, smart telefon, bilgisayar vb.) da kapsayan daha geniş bir bağımlılık biçimi olarak ele alınmaktadır (Arslan, 2019, s. 66). Bazen teknoloji bağımlılığı dijital bağımlılık olarak da ele alınsa da esasen dijital bağımlılık teknoloji bağımlılığının bir alt türü olarak görülmekte ve kimyasal olmayan bağımlılıklar arasında konumlanarak dijital ortamlardan ve alanlardan uzak kalma ile yoksunluk belirtileriyle ortaya çıkan davranışsal teknoloji bağımlılığıdır (Yengin, 2019, s. 142).

Teknoloji bağımlılığı ile internet bağımlılığı kavramlarının eş anlamlı olarak değerlendirilmemesi gerektiğinin bir diğer nedeni, tüm teknolojik araçların kullanımının internet erişimine dayalı olmamasıdır (Yılmaz, 2024, s. 7). Teknoloji bağımlılığı, bireyin belirli bir dijital faaliyeti sürdürme yönünde tekrarlayan bir zorlayıcı dürtü geliştirmesiyle karakterize edilen bir bağımlılık biçimidir. Bu durum, kişinin kendi kontrolü dışında gelişen kullanım alışkanlıkları nedeniyle hem fiziksel hem de zihinsel sağlığı üzerinde olumsuz etkiler yaratabilmektedir (Genç vd., 2018, s.304; Sharma et al, 2017, s. 496). Teknoloji bağımlılığı, alanın temel tanı sistemleri olan DSM-5 ve ICD-11’de giderek daha fazla yer bulmaya başlamıştır. 2013 yılında DSM-5’in üçüncü ekinde “bağımlılık bozukluğu” olarak önerilen bu kavram, ICD-11’in on birinci revizyonunda ise doğrudan bir sağlık sorunu olarak tanımlanmıştır (Yılmaz, 2024, ss. 10-11).

Gençler, teknolojiyi sosyalleşme amacıyla yoğun biçimde kullanmakta; bu durum, gençlerin henüz kontrol mekanizmalarının tam gelişmemiş olması nedeniyle de dijital ilişkilerinin, yüzyüze ilişkilerinin önüne geçmesine yol açabilmekte; aşırı ve bilinçsiz teknoloji kullanımı ile birlikte gençlerde depresyon, yalnızlık, akademik performans düşüklüğü ve sosyal izolasyon gibi ciddi psikososyal sorunlar gelişebilmektedir (Genç vd., 2018, s.304; Türkoğlu, 2024, s. 15). Ayrıca uzun süre teknolojik aletlerin önünde zaman geçiren bireylerin, fiziksel aktivitelerinde gerilemelere neden olabilir. Bu durum fiziksel sağlık başta olmak üzere psikoloji ve sosyal nitelikteki sorunlara da kapı aralayabilir.

Literatürde teknoloji bağımlılığına yol açan çeşitli risk faktörleri tespit edilmiştir. Özellikle aile içi ilişkilerin zayıf olması, birlikte kaliteli zaman geçirilememesi, sevgi ve iletişim eksikliği, güvenli bir ev ortamının sağlanamaması, tutarsız ebeveyn davranışları, belirsiz rol dağılımı ve aşırı beklentiler, ergenin teknolojiye yönelimini artıran temel etkenler arasında yer almaktadır (Ceyhan, 2011, ss.85-86; Shield & Behrman, 2000, s.6). Bunun yanı sıra, akran baskısı, sosyal destek eksikliği, utangaçlık ve yalnızlık gibi bireysel ve çevresel faktörler de teknoloji

kullanımının bağımlılık düzeyine ulaşmasında etkili olmaktadır (Aktaş & Yılmaz, 2017, ss. 87-88; Genç vd., 2018, s.308). Bu faktörler, gençlerin dijital ortamlara yönelmesini kolaylaştırmakta ve psikososyal gelişimlerini olumsuz yönde etkileyebilmektedir.

Küreselleşme ile birlikte gelişen teknoloji, beraberinde teknoloji bağımlılığını getirmiştir. Teknoloji bağımlılığı da kendi içinde alt türlere ayrılmıştır. Bunların başında internet bağımlılığı gelmektedir. Dolayısıyla teknoloji bağımlılığının türlerini internet bağımlılığı, akıllı cep telefonu bağımlılığı, sosyal medya bağımlılığı, dijital oyun bağımlılığı, bilgisayar bağımlılığı, sanal alışveriş bağımlılığı, sanal sex bağımlılığı ve mesajlaşma bağımlılığı olarak sıralayabiliriz (Akkaş, 2019, s. 23; Ünlü, 2020, s. 136). Bu çalışmada sıklıkla karşılaşılan teknoloji bağımlılığı türlerinden internet bağımlılığı, sosyal medya bağımlılığı, dijital oyun bağımlılığı ve akıllı telefon bağımlılığına kısaca yer verilecektir.

2.2.3.1. İnternet bağımlılığı

Günümüzde teknolojik gelişmelerin ve buna paralel olarak yaygınlaşan iletişim ağlarının etkisiyle bilgisayar ve internet, toplumun tüm kesimleri tarafından kullanılan temel araçlar hâline gelmiştir (Genç vd., 2018, s. 302). İnternet, 20. Yüzyılın sonlarına doğru siyaset, ekonomi, kültür ve kimlik gibi geniş kapsamlı alanları içeren bir yapı olarak gündeme gelmiştir (Güdücü, 2006, s. 4). İnternet, ilk olarak 1970 yılında Amerikan Savunma Bakanlığı tarafından üniversiteler ile araştırma merkezleri arasında bilgi paylaşımını sağlamak amacıyla geliştirilmiş; Türkiye’de ise 1990’lı yılların başlarında kullanılmaya başlanmıştır.

Ülkemizdeki ilk internet bağlantısı, 1993 yılında Orta Doğu Teknik Üniversitesi’nde gerçekleştirilmiştir (Bölükbaş, 2005, s. 13; Tel ve Köksalan, 2009, s. 263). 1990’lı yılların sonlarına doğru internetin iletişim gücü, telekomünikasyon ve bilgisayar teknolojilerindeki yeniliklerle birlikte daha da belirgin hâle gelmiştir. Merkezlessiz ve birbirinden bağımsız mikro bilgisayarların, farklı formatlarda ortaya çıkan ve birbiriyle bağlantılı bilgi işlem aygıtları aracılığıyla yaygınlaşması, bilgisayarlaşma sürecini hızlandırarak yeni bir teknolojik dönüşümün önünü açmıştır. Bu gelişmeler sonucunda oluşan dijital sistem sayesinde kullanıcılar, evde, iş yerinde, alışverişte, eğlence alanlarında ve ulaşım araçlarında olmak üzere yaşamın her alanında ağa sürekli ve kesintisiz biçimde erişim sağlayabilir hâle gelmiştir (Akkaş, 201, s. 25).

Küresel dünyada olduğu gibi, ülkemizde de internet kullanıcılarının sayısı, kullanım amaçlarının çeşitliliği ve çevrim içi geçirilen süre her geçen gün artış göstermekte; Bu artış özellikle çocuklar ve gençler arasında daha belirgin bir şekilde gözlemlenmektedir (Ceyhan

2011, s. 86). We are Social (2025) Dijital 2025 raporuna göre dünya nüfusunun %67,9'u nun - ki bu rakam 5,59 milyara tekabül etmektedir- internete erişim sağladıkları ve internette geçirilen sürenin ise 6 saat 38 dakikayı geçtiğini belirtmektedir. Raporda yaş gruplarına yönelik kullanım sürelerine bakıldığında 16-24 yaş arasında kadınlarda internet kullanımına ayrılan süre 7 saat 35 dakika iken; erkeklerde bu süre 7 saat 11 dakika olarak raporlanmıştır. 65 yaş ve üzeri internet kullanım süresine bakıldığında ise kadınlarda 4 saat 7 dakika, erkeklerde ise 3 saat 59 dakika olarak raporlanmıştır. Raporun Türkiye ile ilgili bölümünde ise Türkiye’de internet kullanıcısı olan nüfusun 77 milyon 300 bin olduğu rapor edilmektedir.

TÜİK (2025) Hanehalkı Bilişim Teknolojileri (BT) Kullanımı Araştırması verilerine göre internet kullanan bireylerin oranı %90,9 olmuştur. 2024 yılında 16-74 yaş aralığındaki bireylerin internet kullanım oranı %88,8 iken, bu oran 2025 yılında %90,9’a yükselmiştir. Aynı yıl cinsiyete göre değerlendirildiğinde, erkeklerin internet kullanım oranı %93,6 iken kadınlarda bu oran %88,2 olarak kaydedilmiştir. 2025 yılında, internet üzerinden son üç ay (haziran, temmuz, ağustos) içinde eğitim, mesleki ya da kişisel amaçlarla öğrenme etkinliğine katılan bireylerin oranı, bir önceki yıla kıyasla 3,9 puanlık artışla %17,7’ye ulaşmıştır. Bu oran cinsiyete göre incelendiğinde, erkeklerde %17,5; kadınlarda ise %18,0 düzeyinde gerçekleşmiştir. İnternet kullanımının yıllar içinde artış göstermesiyle birlikte, bu alandaki bağımlılık oranlarında da belirgin bir yükseliş gözlemlenmektedir. Pan vd. (2020) tarafından 1996 ile 2018 yılları arasında yayımlanan 113 epidemiyolojik araştırmayı kapsayan ve toplamda 693.306 konuyu içeren meta-analiz bulguları, internet bağımlılığı yaygınlığının zamanla arttığını ortaya koymaktadır (s.612).

İnternet bağımlılığına ilişkin ilk akademik girişim Goldberg tarafından gerçekleştirilmiş olup, bu çalışmada internetin bağımlılık oluşturma potansiyeline dikkat çekilmiştir. Goldberg, söz konusu bağımlılığı davranışsal düzeyde ortaya çıkan bir dürtü kontrol bozukluğu biçiminde değerlendirmektedir (Alevsacanlar Cücü, 2020, s. 55). Young’a göre ise internet bağımlılığı; bireyin çevrim içi etkinliklere aşırı ilgi duyması, zamanla tolerans geliştirmesi, planladığından daha uzun süre internette kalması ve bu durumun iş ya da sosyal ilişkiler üzerinde bozucu etkiler yaratmasıyla tanımlanmaktadır. Ayrıca, internet kullanımına dair gerçek dışı beyanlarda bulunma ve kullanımını sonlandırma yönündeki tekrar eden başarısız girişimler de bu bağımlılık biçiminin ayırt edici özellikleri arasında yer almaktadır (Young, 1999).

İnternet bağımlılığına odaklanan araştırmalar, çevrim içi kullanımın tüm yaş gruplarında istikrarlı biçimde arttığını ortaya koymaktadır. Bu artış, bireylerin günlük yaşamlarında

interneti daha yoğun ve çeşitli amaçlarla kullanmalarıyla birlikte, bağımlılık eğilimlerinin de belirginleşmesine neden olmaktadır (Mertoğlu, 2020, s. 933).

2.2.3.2. Sosyal medya bağımlılığı

TDK (2025) sözlüğünde sosyal medya, “Genel ağda oluşturulan sosyal ağlar üzerinden kullanıcılar arasında görsel ve işitsel malzeme paylaşımını, bilgi aktarımını, haberleşmeyi sağlayan iletişim ortamı.” şeklinde tanımlanmaktadır. Sosyal medya, günlük yaşam pratiklerimizden kültürel alışkanlıklarımıza kadar pek çok alanda dönüşüme yol açmakta; bireysel ve toplumsal olaylara yönelik bakış açımızı da etkilemektedir. Bu dijital mecralar, kullanıcılarına arkadaşlık kurma, düşüncelerini ifade etme, özgün içerikler üretme ve ticari ilişkiler aracılığıyla gelir elde etme gibi çeşitli olanaklar sunmaktadır (İnal, 2024, s. 13).

2000’li yıllarda dijital yaşamın bir parçası hâline gelen sosyal medya uygulamaları, başlangıçta metin odaklı içeriklerle sınırlıyken zamanla görsel ve işitsel unsurları da içerecek biçimde evrilmiştir (Yılmaz, 2024, s. 29). Özellikle pandemi sürecinde bireylerin ev ortamına kapanmaları, sosyal mesafe uygulamaları, virüsle ilgili bilgi edinme arzusu, yalnızlık hissi ve yakınlarıyla bağlantı kurma ihtiyacı, sosyal medya platformlarına yönelimi belirgin biçimde artırmıştır. Bu yönelim sonucunda bireyler zamanlarının büyük bir bölümünü sosyal medya araçlarıyla geçirirken, platformların kullanım oranlarında da ciddi bir artış gözlemlenmiştir (Uslu, 2021, s. 373).

We are Social (2025) Dijital 2025 raporunda dünya genelinde nüfusun %63,9’u sosyal medya kullanıcısı olduğu, bunların %86, 6’sı 18 yaş üzeri, %45,4’ü kadın ve %54,6’sı ise erkek kullanıcılardan oluştuğu rapor edilmiştir. TÜİK (2025) verilerine göre, sosyal medya kullanımına bakıldığında, bireylerin en yoğun biçimde kullandıkları sosyal medya ve mesajlaşma uygulamaları arasında ilk sırayı %88,6 ile WhatsApp alırken, bunu %72,9 ile YouTube ve %68,1 ile Instagram takip etmiştir. Cinsiyet temelli kullanım oranlarına bakıldığında; erkeklerin en çok tercih ettiği uygulamalar sırasıyla WhatsApp (%91,3), YouTube (%75,7) ve Instagram (%68,7) olurken, kadınlar arasında bu oranlar sırasıyla WhatsApp (%85,9), YouTube (%70,1) ve Instagram (%67,4) olarak kaydedilmiştir.

Sosyal medya bağımlılığı, internet bağımlılığıyla benzer tanı ölçütlerine sahip bir davranışsal sorun olarak değerlendirilmektedir. Ancak bu bağımlılık türünün varlığına ilişkin akademik düzeyde bazı görüş ayrılıkları bulunmaktadır. Sosyal medya kullanımının bağımlılık olarak nitelendirilebilmesi için; belirginlik, ruh hâlinde değişim, tolerans gelişimi, yoksunluk belirtileri, kişiler arası çatışmalar ve tekrar eden başarısız bırakma girişimleri gibi internet

bağımlılığına özgü kriterleri taşıması gerekmektedir (Çömlekçi ve Başol, 2019, s. 176). Sosyal medya bağımlılığı; bireyin dijital platformları aşırı ve kontrolsüz biçimde kullanması, bu kullanımı durdurmakta güçlük yaşaması ve günlük yaşam aktivitelerini ihmal etmesi gibi belirtilerle tanımlanmaktadır (Uslu, 2021, s.375).

Sosyal medya kullanımı, bireyin günlük işlevlerini aksatıyor; kişiler arası ilişkilerde başarısızlığa yol açıyor; çevrim içi hesaplarını kontrol edemediği anlarda huzursuzluk ve kaygı yaratıyorsa; akademik performansı olumsuz etkiliyor; sanal içerikleri gerçeklik olarak algılamasına neden oluyor; dikkat eksikliği ve algı bozukluğu oluşturuyorsa; ayrıca panik atak, stres ve öfke gibi sonradan gelişen fizyolojik tepkilere sebep oluyorsa, bu durum sosyal medya bağımlılığı düzeyine ulaşmış kabul edilmektedir (Çiftçi, 2018). Sosyal medya bağımlılığı diğer teknoloji bağımlılıklarında olduğu gibi özellikle çocuklar, ergenlik dönemindeki bireyler ve genç yetişkinleri daha yoğunlukta etkisi altına almakta ve bu bağımlılığa karşı daha savunmasız bırakabilmektedir (İnal, 2024, s. 14).

2.2.3.3. Dijital oyun bağımlılığı

Türk Dil Kurumu'nun (2025) tanımına göre oyun; bireyin zekâ ve becerilerini geliştiren, belirli kurallara dayalı ve eğlenceli zaman geçirmeye olanak tanıyan bir etkinliktir. Günümüzde bu geleneksel eğlence biçimi, dijital ortamlara taşınarak zihinsel çağrışımlarda klasik oyun anlayışının yerini sanal deneyimlere bırakmıştır. Günümüzde dijitalleşmenin ivme kazanmasıyla birlikte oyun sektörü, eğlence odaklı yapısını aşarak markalar açısından özgün bir pazarlama ve etkileşim alanına dönüşmüştür (Dijital Oyun Sektörü Raporu, 2024).

Dijital oyunlar, bilgisayar ya da oyun konsolu gibi elektronik ortamlar üzerinde simülasyon temelli çalışan, metin ve görsel içeriklere dayalı olarak tasarlanmış yazılımlar aracılığıyla oynanan boş zaman etkinlikleridir. Bu oyunlar, bireylerin fiziksel olarak aynı ortamda ya da çevrim içi ağlar üzerinden bir araya gelerek etkileşim kurmalarına olanak tanımaktadır (Frasca, 2001, s. 174). Tanımdan hareketle dijital oyun sektörü, yazılım temelli bir alan olarak sınıflandırılabilir de; oyun donanımları ve teknik altyapı gibi fiziksel bileşenleriyle birlikte birçok sektörü doğrudan ya da dolaylı biçimde etkileyen kapsamlı bir endüstri niteliği taşımaktadır (Dijital Oyunlar Raporu, 2019). Küreselleşmenin etkisiyle dijital oyunlar; masaüstü ve dizüstü bilgisayarların yanı sıra oyun konsolları, mobil telefonlar, tabletler, Playstation ve Xbox gibi çeşitli elektronik platformlar üzerinden erişilebilir ve oynanabilir biçimde sunulmaktadır (Taylan vd., 2017, s. 79).

Teknolojik gelişmelerin etkisiyle kentsel yaşam alanlarının daralması, çocuklar ve yetişkinler için fiziksel oyun ortamlarının azalmasına neden olmuş; bu durum geleneksel oyunlara olan ilgiyi zayıflatırken dijital oyunlara yönelimi artırmıştır (Işıkoğlu Erdoğan, 2019, s. 3).

We Are Social (2025) araştırmasından elde edilen veriler, dijital video oyunlara yönelik ilginin yıllar içinde arttığını göstermektedir. 2022 yılında 16 yaş üzeri bireylerin dijital oyun oynama oranı %81,9 iken, bu oran 2023'te %83,1'e ve 2024'te %84,1'e yükselmiştir. Aynı çalışmada oyun oynama amacıyla kullanılan cihazlara ilişkin veriler incelendiğinde; katılımcıların %67,6'sının akıllı telefonları tercih ettiği, %34,7'sinin laptop veya masaüstü bilgisayar kullandığı, %23,7'sinin oyun konsollarını ve %17,6'sının ise tabletleri tercih ettiği; günlük dijital oyuna ayrılan sürenin -16-24 yaş aralığında- kadınlarda 1 saat 06 dakika ve erkeklerde 1 saat 26 dakika olduğu görülmektedir.

TÜİK (2024) Çocuklarda Bilişim Teknolojileri Kullanım Araştırması verilerine göre 2024 yılı verilerine göre dijital oyun oynadığını beyan eden çocukların oranı %74,0 olarak belirlenmiştir. Cinsiyet ve yaş grubu temelinde yapılan incelemelerde; erkek çocukların dijital oyun oynama oranı %82,8 iken, kız çocuklarda bu oran %64,8 düzeyindedir. Yaş gruplarına göre değerlendirildiğinde ise 6–10 yaş aralığındaki erkek çocukların %80,6'sı, kız çocukların ise %70,6'sı dijital oyun oynadığını belirtmiştir. 11–15 yaş grubunda bu oran erkek çocuklar için %85,0, kız çocuklar için ise %58,7 olarak kaydedilmiştir.

Dijital oyunların bu denli yoğunlukta erişilebilir ve kullanılabilir olması oyun bağımlılığı riskini artırmaktadır. Oyun bağımlılığı ya da oyun oynama bozukluğu, bireyin aile yaşamı, sosyal ilişkileri, eğitim süreci ya da mesleki sorumluluklarını yerine getirmesini engelleyen; sosyal işlevselliğini uzun vadede olumsuz yönde etkileyen bir davranışsal bozukluk biçiminde değerlendirilmektedir (Atabay vd., 2023, s. 33). Oyun oynama bozukluğu, bireyin kişisel yaşamında, aile ilişkilerinde, sosyal çevresinde, eğitim sürecinde ve mesleki sorumluluklarında belirgin işlev kaybına yol açan, süreklilik gösteren bir davranışsal bozukluk biçiminde tanımlanmaktadır (Yeşilay, 2020). Bu bozukluğun yaygın belirtileri arasında (Yeşilay, 2020); (1) daha önce keyifle yapılan etkinliklere karşı ilgi azalması, (2) oyun dışı zamanlarda zihnin sürekli oyunla meşgul olması, (3) oyunu azaltma ya da bırakma girişimlerinin başarısızlıkla sonuçlanması, (4) fiziksel (örneğin göz sağlığı sorunları, kilo değişimleri, uyku bozuklukları), psikolojik (stres, kaygı, öfke gibi duygusal zorlanmalar) ve sosyal (aile ve arkadaş ilişkilerinde bozulma) düzeyde yaşanan olumsuzluklara rağmen oyun oynama davranışının sürdürülmesi, (5) bireyin eğitim, iş yaşamı ya da özel ilişkilerine dair önemli fırsatları kaybetmesine; (6) hatta

okuldan veya işten ayrılma, evlilik ilişkisinin sona ermesi gibi ciddi sonuçlara yol açabilmektedir.

Toplumda özellikle ergen ve genç bireyler arasında giderek yaygınlaşan dijital oyun bağımlılığı, altında yatan psikolojik ve nörobiyolojik mekanizmalar açısından daha derinlemesine incelenmesi gereken bir araştırma alanı olarak dikkat çekmektedir (Lee ve ark., 2015). Mevcut araştırmalar, bu oyunların çeşitli olumlu etkilerinin yanı sıra “dijital oyun bağımlılığı” olgusunu da gündeme taşıdığını göstermektedir. Bu bağımlılık biçimi, yalnızca oyunda geçirilen zamanla değil, beraberinde getirdiği olumsuz sonuçlarla tanımlanmaktadır. Özellikle kontrolsüz biçimde oynanan şiddet içerikli dijital oyunların ruh sağlığı üzerinde tehdit oluşturabileceği yönündeki bulgular dikkate alınmalıdır (Yalçın Irmak ve Erdoğan, 2016).

2.2.3.4. Akıllı telefon bağımlılığı

İletişim ve etkileşim, toplumsal yaşamın merkezinde yer alan temel süreçler arasında kabul edilmektedir. Yüz yüze iletişimin mümkün olmadığı durumlarda telefonlar, bu ihtiyacı karşılayan en temel araçlardan biri olarak öne çıkmıştır. Zamanla iletişim teknolojilerinde yaşanan gelişmeler, geleneksel kablolu telefonların yerini daha gelişmiş sistemlere bırakmasına neden olmuş; telsiz telefonların icadıyla birlikte iletişim biçimleri önemli ölçüde dönüşüm geçirmiştir. Akıllı telefonların hayatımıza dahil olmasıyla birlikte, iletişim biçimleri köklü bir dönüşüm geçirmiş; bireyler yalnızca sesli görüşmelerle değil, aynı zamanda anlık mesajlaşma, görüntülü konuşma, sosyal medya etkileşimi ve çeşitli dijital uygulamalar aracılığıyla çok yönlü bir iletişim deneyimi yaşamaya başlamıştır (Al-Barashdi vd., 2015, s. 211). Bu cihazlar, gündelik yaşamın vazgeçilmez bir parçası hâline gelerek hem bireysel hem de toplumsal düzeyde etkileşim dinamiklerini yeniden şekillendirmiştir.

Akıllı telefon kullanımı tüm dünyada her geçen gün artış göstermektedir. We are Social (2025) raporuna göre dünya çapında kullanılan akıllı telefon sayısının 2015 yılında 2,99 milyar, 2020 yılında 5,91 milyar ve 2025’in ilk ayında ise 7,42 milyar olduğunu belirtmektedir. Dünya genelinde bu artış beraberinde akıllı telefon bağımlılığını da tetiklemektedir. Akıllı telefon bağımlılığı, bireyin bu cihazlarla ve sunduğu dijital işlevlerle aşırı ve kontrolsüz biçimde etkileşime girmesi sonucunda ortaya çıkan bir davranışsal bozukluk olarak değerlendirilmektedir (İnal, 2024, s. 12). Bu tür bir bağımlılık, bireyin fiziksel sağlığında psikolojik durumunda ve sosyal bağların kopmasıyla sosyal ilişkilerinde olumsuz etkiler yaratabilmektedir (Yılmaz, 2024, s. 28).

Akıllı telefon bağımlılığı, bireyin bu cihazı sürekli kullanma eğilimi göstermesi ve telefondan uzak kaldığında eksiklik hissiyle birlikte yoğun kaygı yaşaması şeklinde tanımlanmaktadır (Fidan, 2016, s. 438). Bu bağımlılık türünün yaygın belirtileri arasında şunlar yer almaktadır (Al-Barashdi vd., 2015, s. 212):

- Telefona sık aralıklarla bakma gereksinimi duyma (sık meşguliyet),
- Telefon kullanma isteğini kontrol edememe,
- Cihazdan uzak kalındığında huzursuzluk, endişe ve kaybolmuşluk hissi yaşama,
- Verimlilik ve konsantrasyon kaybı ile dikkat toplayamama
- Tolerans (daha fazla telefon kullanma isteği)

Bu semptomlar, akıllı telefon bağımlılığının davranışsal ve psikolojik belirtileri olarak ortaya çıkmaktadır.

Akıllı telefonların işlem kapasitesinin yüksek olması ve bireyler tarafından günün her anında taşınabilir nitelikte olmaları, bu cihazlara yönelik bağımlılık riskini artırmaktadır. Toplumda madde bağımlılığı ciddi bir sorun olarak kabul edilmesine rağmen, fiziksel, zihinsel ve bilişsel düzeyde çeşitli olumsuzluklara yol açabilen akıllı telefon bağımlılığı yeterince önemslenmemektedir (Fidan, 2016, s. 439). Özellikle genç kuşak arasında yoğun kullanımın gözlenmesi, konunun toplumsal düzeyde ele alınması gerektiğini göstermektedir. Üniversite ve lise öğrencileri üzerinde yapılan araştırmalar, genç bireylerin akıllı telefon kullanım düzeylerinin dikkatle incelenmesi gereken bir noktaya ulaştığını ortaya koymakta; mobil bağımlılığın ciddi bir risk faktörü hâline geldiğini vurgulamaktadır (Akyürek, 2020, s. 45).

2.2.4. Teknoloji bağımlılığı ve sosyal hizmet

Teknoloji bağımlılığı davranışsal bağımlılıklar arasında konumlandığını daha önce belirtmiştik. Davranışsal bağımlılıkların kapsamı geniştir. Davranışsal bağımlılık kavramı kapsamında sıklıkla; satın alma davranışı, aşırı yeme, yoğun fiziksel egzersiz, iş odaklı aşırı çalışma, teknoloji kullanımı ve cinsel davranışlar gibi örnekler öne çıkmaktadır (Demetrovics & Griffiths, 2012, s. 1). Ancak bu tür bağımlılıklar yalnızca bu örneklerle sınırlı değildir; bireyin ödül mekanizmasını tetikleyen ve yaşam işlevselliğini olumsuz etkileyen birçok başka davranış da bu kapsamda değerlendirilebilmektedir (Ayakdaş Dağlı ve Yüyen, 2023, s. 108).

Bağımlılık alanında sosyal hizmet uzmanları, genelde sosyal hizmet yaklaşımı doğrultusunda mikro, mezzo ve makro düzeylerde müdahaleler gerçekleştirebilmektedir (Zastrow, 2015, s. 9).

Mikro düzeyde, bireyle yapılan görüşmeler aracılığıyla kişinin ailesi ve yakın sosyal çevresi (örneğin okul, arkadaş ilişkileri) de dikkate alınarak ekolojik bir bakış açısıyla değerlendirme ve müdahale süreçleri yürütülmektedir. Mezzo düzeyde grup çalışmaları ve topluluk temelli etkileşimler ön plana çıkarken, makro düzeyde ise politika geliştirme, savunuculuk ve sistem düzeyinde değişim yaratmaya yönelik uygulamalar söz konusudur (Yanardağ vd., 2020, s. 557; Kaya Kılıç ve Tekin, 2021).

Toplumsal ve bireysel refahı artırmayı amaçlayan sosyal hizmet disiplini, bağımlılıkla mücadele alanında temel bir işlev üstlenmektedir. Müdahale biçimleri, bireyin yaşadığı bağımlılık türüne göre farklılaşmakta; özellikle alkol ve madde bağımlılığı durumlarında danışmanlık, rehabilitasyon ve yönlendirme hizmetleri sunulmaktadır. Bu süreçte bireyin tedavi sürecine katılımı desteklenmekte ve toplumsal yaşama yeniden entegrasyonu hedeflenmektedir (Yeşilay, 2024).

Bağımlılığa yol açan biyo-psiko-sosyal etmenler ile bağımlılığın bireyin yaşamının çeşitli alanlarında ortaya çıkardığı yıkıcı sonuçlar, sosyal hizmet müdahalelerini bağımlılık tedavisi kapsamında vazgeçilmez kılmaktadır (Nalbantoğlu ve Tuncay, 2023, s. 209). Sosyal hizmet uzmanları, psikiyatristler, psikologlar ve diğer sağlık profesyonellerinden oluşan multidisipliner tedavi ekibinin temel bileşenlerinden biri olarak görev almaktadır. Tedavi sürecinde bağımlılıkla ilişkili sosyal sorunları gözlemleyerek, bireylerin bu sorunlarla daha etkili biçimde başa çıkabilmelerini destekleyen müdahaleler geliştirir; baş etme becerilerinin güçlendirilmesini hedefler (Zastrow, 2015). Vaka yöneticisi rolüyle, bireyin eğitim, istihdam ve ekonomik gereksinimlerini değerlendirir; bu ihtiyaçlara yönelik hizmet ve kaynaklara erişimini sağlar (Duyan, 2014, s. 22). Aile ve arkadaşlık ilişkilerinin düzenlenmesinde danışmanlık sunar; gerekli durumlarda düzenli aile görüşmeleri gerçekleştirerek sosyal destek sisteminin güçlendirilmesine katkı sağlar (Copello at al., 2005, s. 371). Ayrıca, bireyin yasal sorunları, sağlık problemleri ve travmatik yaşam deneyimleri gibi yaşamsal zorluklarla başa çıkma sürecini yakından takip eder ve bütüncül bir müdahale yaklaşımı benimser (Yeşilay, 2024).

Bağımlılıkla mücadele kapsamında geliştirilen sosyal hizmet müdahaleleri, önleyici, tedavi edici, destekleyici ve yasal düzeyde çeşitli uygulamaları içermektedir. Bu müdahale biçimleri, teknoloji bağımlılığı özelinde aşağıdaki şekilde sınıflandırılmaktadır (İnal, 2024):

Önleyici Müdahaleler: Önleyici müdahaleler, çocuklar, gençler ve ebeveynlere yönelik bilinçlendirme çalışmalarıyla teknolojinin sağlıklı kullanımını teşvik etmeyi amaçlamaktadır.

Tedavi ve Rehabilitasyon Müdahaleleri: Tedavi ve rehabilitasyon sürecinde bireylere danışmanlık, grup çalışmaları ve gerekirse psikiyatrik destek sunulmakta; bağımlılıktan kurtulan bireyler rehabilitasyon programlarına dahil edilmektedir.

Destekleyici Müdahaleler: Teknoloji bağımlılığı yaşayan birey ve ailesine yönelik eğitim ve destek grubu çalışmalarıyla sosyal dayanışmayı güçlendirmektedir.

Yasal Müdahaleler: Yasal müdahaleler ise çocuk ve gençleri dijital risklerden korumaya yönelik düzenlemeleri kapsamaktadır.

Bu müdahale biçimleri, ülkelerin sosyal ve kültürel yapısına göre farklılık gösterebilmektedir.

Gerek maddeye dayalı gerekse de maddeye bağlı olmayan bağımlılık sorununa yönelik etkili müdahalelerin geliştirilebilmesi için tedavi hizmetlerinin biyopsikososyal bir çerçevede sunulması gerekmektedir. Bağımlılık olgusunu bütüncül bir yaklaşımla değerlendirebilmek ve çözüm odaklı stratejiler geliştirebilmek için, hem bağımlı bireylerin hem de ailelerinin bu müdahale sürecine aktif katılımı önem arz etmektedir.

3. ARAŞTIRMANIN YÖNTEM VE TEKNİĞİ

Bu bölümde araştırmanın modeli, evren örnekleme, soru ve hipotezleri, veri toplama araçları, verilerin toplanması ve analizi başlıklarına yer verilmiştir.

3.1. Araştırmanın Modeli

Bu çalışma, Üniversite öğrencilerinde teknoloji bağımlılığı ile aile yaşam doyumunun sosyal hizmet perspektifinden incelenmesi amacıyla tasarlanmış nicel yöntemde ve tarama modelini esas alan tanımlayıcı bir araştırmadır.

3.2. Araştırmanın Evren ve Örnekleme

Araştırmanın evrenini Bolu'da üniversitede okuyan ön lisans ve lisans öğrencileri oluşturmaktadır. 2025 haziran ayı sonu itibari ile Bolu İlinde bulunan Bolu Abant İzzet Baysal Üniversitesi'nde 31300 ön lisans ve lisans öğrencisi olduğu anlaşılmıştır¹. Araştırmanın örneklemini de 382 ön lisans ve lisans öğrencisi oluşturmaktadır. Örnekleme yönteminde ise tesadüfi örnekleme yöntemi tercih edilmiştir. Bu örnekleme yöntemi ana kütle içinden araştırmacının belirlediği sayı kadar ana kütlelerin herhangi bir kısmından seçim yapmasıdır (Karasar, 2024). Böylece tesadüfi örneklem çeşidinde evreni temsil yeterliğine sahip olan örnekleme evrene genellenebilir (Creswell, 2017, s. 158).

3.2. Araştırmanın Soru ve Hipotezleri

Bu araştırma, üniversite öğrencilerinin teknoloji bağımlılıklarının aile yaşam doyumları üzerindeki etkisinin ne olduğunun belirlenmesi hedeflenerek;

1. Üniversite öğrencilerinin aile yaşam doyumu düzeyleri nedir?
2. Üniversite öğrencilerinin teknoloji bağımlılığı düzeyleri hangi seviyededir?
3. Üniversite öğrencilerinin teknoloji bağımlılığı ve aile yaşam doyumu düzeyleri; yaş, sınıf düzeyi, ekonomik durum gibi çeşitli demografik değişkenlere göre anlamlı farklılık göstermekte midir? Sorularına cevap aranmaya çalışılmıştır.

Bu doğrultuda araştırmamızın hipotezleri şöyledir:

H-1: Üniversite öğrencilerinin demografik özellikleri ile aile yaşam doyumları arasında anlamlı farklılık vardır.

¹ <https://ubys.ibu.edu.tr/BIP/BusinessIntelligence/Students/TotalStudents>

- a) Üniversite öğrencilerinin cinsiyetleri ile aile yaşam doyumları arasında anlamlı farklılık vardır.
- b) Üniversite öğrencilerinin sınıf düzeyleri ile aile yaşam doyumları arasında anlamlı farklılık vardır.
- c) Üniversite öğrencilerinin aile yapısı ile aile yaşam doyumları arasında anlamlı farklılık vardır.
- d) Üniversite öğrencilerinin aile gelir düzeyi ile aile yaşam doyumları arasında anlamlı farklılık vardır.
- e) Üniversite öğrencilerinin aile görüşme sıklığı ile aile yaşam doyumları arasında anlamlı farklılık vardır.
- f) Üniversite öğrencilerinin yaşları ile aile yaşam doyumları arasında anlamlı ilişki vardır.

H-2: Üniversite öğrencilerinin teknoloji kullanım özellikleri ile aile yaşam doyumları arasında anlamlı farklılık vardır.

- a) Üniversite öğrencilerinin aileleri ile birlikte teknoloji kullanımı sıklığı ile aile yaşam doyumları arasında anlamlı farklılık vardır.
- b) Üniversite öğrencilerinin teknolojik araçlara ayırdıkları süre ile aile yaşam doyumları arasında anlamlı farklılık vardır.
- c) Üniversite öğrencilerinin teknoloji kullanım amacı ile aile yaşam doyumları arasında anlamlı farklılık vardır.
- d) Üniversite öğrencilerinin en sık kullandıkları sosyal medya aracı ile aile yaşam doyumları arasında anlamlı farklılık vardır.
- e) Üniversite öğrencilerinin teknoloji kullanımlarının aile içi ilişkilerine etkisi görüşleri ile aile yaşam doyumları arasında anlamlı farklılık vardır.

H-3: Üniversite öğrencilerinin demografik özellikleri ile teknoloji bağımlılık düzeyleri arasında anlamlı farklılık vardır.

- a) Üniversite öğrencilerinin cinsiyetleri ile teknoloji bağımlılık düzeyleri arasında anlamlı farklılık vardır.
- b) Üniversite öğrencilerinin sınıf düzeyleri ile teknoloji bağımlılık düzeyleri arasında anlamlı farklılık vardır.

- c) Üniversite öğrencilerinin aile yapısı ile teknoloji bağımlılık düzeyleri arasında anlamlı farklılık vardır.
- d) Üniversite öğrencilerinin aile gelir düzeyi ile teknoloji bağımlılık düzeyleri arasında anlamlı farklılık vardır.
- e) Üniversite öğrencilerinin aile görüşme sıklığı ile teknoloji bağımlılık düzeyleri arasında anlamlı farklılık vardır.
- f) Üniversite öğrencilerinin yaşları ile teknoloji bağımlılık düzeyleri arasında anlamlı ilişki vardır.

H-4: Üniversite öğrencilerinin teknoloji kullanım özellikleri ile teknoloji bağımlılık düzeyleri arasında anlamlı farklılık vardır.

- a) Üniversite öğrencilerinin aileleri ile birlikte teknoloji kullanımı sıklığı ile teknoloji bağımlılık düzeyleri arasında anlamlı farklılık vardır.
- b) Üniversite öğrencilerinin teknolojik araçlara ayırdıkları süre ile teknoloji bağımlılık düzeyleri arasında anlamlı farklılık vardır.
- c) Üniversite öğrencilerinin teknoloji kullanım amacı ile teknoloji bağımlılık düzeyleri arasında anlamlı farklılık vardır.
- d) Üniversite öğrencilerinin en sık kullandıkları sosyal medya aracı ile teknoloji bağımlılık düzeyleri arasında anlamlı farklılık vardır.
- e) Üniversite öğrencilerinin teknoloji kullanımlarının aile içi ilişkilerine etkisi görüşleri ile teknoloji bağımlılık düzeyleri arasında anlamlı farklılık vardır.

H-5: Üniversite öğrencilerinin teknoloji bağımlılık düzeyleri ile aile yaşam doyumları arasında anlamlı ilişki vardır.

3.4. Araştırmanın Veri Toplama Araçları

Araştırmada veri toplama aracı olarak üniversite öğrencilerinin kişisel demografik özelliklerini içeren kişisel bilgi formu, teknoloji bağımlılığını ölçmek amacıyla Aydın (2017) tarafından geliştirilen Teknoloji Bağımlılığı Ölçeği ve Çalışkan, Toker ve Özbay (2017) tarafından geliştirilen Aile Yaşam Doyumu Ölçeği kullanılmıştır. Aşağıdaki başlıklarda veri toplama araçları detaylı olarak açıklanmıştır.

3.4.1. Kişisel bilgi formu

Kişisel bilgi formu araştırmacı tarafından oluşturulmuş olup ankete katılan üniversite öğrencilerinin demografik (cinsiyet, yaş, aile yapısı, aile gelir düzeyi, aile ile görüşme sıklığı) bilgileri ve teknoloji kullanımı ile ilgili (aile ile birlikte teknoloji kullanımı, teknolojik araçlara ayrılan süre, teknoloji kullanım amacı, en sık kullanılan sosyal medya platform ve teknoloji kullanımının aile içi ilişkilere etki düzeylerine yönelik düşünceler) sorulara yer verilmiştir.

3.4.2. Aile yaşam doyumu ölçeği

Çalışkan, Toker ve Özbay (2017) tarafından geliştirilen “Aile Yaşam Doyumu Ölçeği (AYDÖ)”, 23 maddeden oluşan Likert tipi bir ölçektir. Ölçek maddeleri, ailede algılanan yaşam doyumuna ilişkin karşıt sıfatların maddenin sağ ve sol uçlarında yer almasıyla oluşturulmuştur. Her madde, 1 ile 7 arasında değişen bir puan aralığına sahiptir ve ifadeler, karşıt iki sıfatın arasında konumlandırılmıştır. Puanlama, olumsuz ifadeden olumlu ifadeye doğru artan bir değer üzerinden yapılmaktadır. Buna göre ölçek, 1 = tamamen, 2 = oldukça, 3 = biraz, 4 = kısmen, 5 = biraz, 6 = oldukça ve 7 = tamamen şeklinde derecelendirilmiş yedi basamaklı bir yapıdadır. Ölçekten alınabilecek en düşük puan 23, en yüksek puan ise 161’dir. Yüksek puanlar, bireyin ailesi ile birlikte olduğunda yüksek düzeyde yaşam doyumuna sahip olduğunu göstermektedir. Ölçeğin güvenirliğine ilişkin olarak, iç tutarlılık katsayısı Cronbach’s α ve madde-toplam korelasyonları incelenmiştir. Ölçeğin tümüne ait Cronbach’s α değeri 0,95 olarak bulunmuştur. Maddelerin ayırt ediciliğine ilişkin madde-toplam korelasyonları 0,47 ile 0,73 arasında değişmektedir. Tüm madde-test korelasyonlarının anlamlı olduğu belirlenmiştir. Bu bulgular, ölçeğin tatmin edici düzeyde güvenirliğe sahip olduğuna ilişkin güçlü kanıtlar sunmaktadır.

3.4.3. Teknoloji bağımlılığı ölçeği

Teknoloji Bağımlılığı Ölçeği, üniversite öğrencilerinin teknoloji bağımlılık düzeylerini belirlemek amacıyla Aydın (2017) tarafından geliştirilmiştir. Ölçek, her biri 6 maddeden oluşan sosyal ağ kullanma, anlık mesajlaşma, çevrimiçi oyun oynama ve web siteleri kullanma olmak üzere dört alt boyuttan meydana gelmektedir. Beşli Likert tipinde düzenlenen ölçek maddeleri, katılımcıların ilgili davranışlara katılım düzeylerini 1’den 5’e kadar derecelendirmelerine olanak tanımaktadır (Aydın, 2017). Teknoloji Bağımlılığı Ölçeği maddeleri, 1 ile 5 arasında puanlanmaktadır. Her bir alt boyut 6 maddeden oluştuğundan, alt boyutlardan alınabilecek en yüksek puan 30 (6×5), en düşük puan ise 6 (6×1) olarak belirlenmiştir. Tüm ölçekten elde edilebilecek toplam puan 24 ile 120 arasında değişmektedir. Ölçeğin güvenirliği, iç tutarlılık

katsayısı (Cronbach's α) ile değerlendirilmiştir. Analizler sonucunda ölçeğin tümüne ait Cronbach's α değeri 0,861 olarak bulunmuştur. Alt boyutlara ilişkin iç tutarlılık katsayıları ise şu şekildedir (Aydın, 2017): Sosyal ağ kullanımı: 0,786; Anlık mesajlaşma: 0,806; Çevrimiçi oyun oynama: 0,897; Web siteleri kullanımı: 0,861

Ölçekten elde edilen toplam puanların aritmetik ortalaması dikkate alındığında, bağımlılık düzeyleri şu şekilde sınıflandırılmaktadır (Aydın, 2017):

Tablo 3. 1. TBÖ ve Alt Boyutları İçin Belirlenmiş Puan Aralıkları ve Düzeyleri

DÜZEY\ÖLÇEK-AB	SAAB	AMAB	ÇOAB	WSAB	TBÖ
Tam bağımlı	25-30	25-30	25-30	25-30	97-120
Oldukça bağımlı	19-24	19-24	19-24	19-24	73-96
Orta düzeyde bağımlı	13-18	13-18	13-18	13-18	49-72
Düşük düzeyde bağımlı	7-12	7-12	7-12	7-12	25-48
Bağımlı değil	0-6	0-6	0-6	0-6	0-24

3.5. Verilerin Toplanması ve Analizi

Araştırmada veriler etik kurul onayı alındıktan sonra katılımcılara “Google Forms” üzerinden hazırlanan veri toplama araçları link aracılığıyla iletilmiş ve veriler bu yöntemle toplanmıştır. Verilerin analizi SPSS (Statistical Program for Social Sciences) 27 programı aracılığıyla gerçekleştirilmiş ve hipotezler test edilmiştir. Çalışmada elde edilen tanımlayıcı istatistikler kapsamında, kategorik değişkenler frekans ve yüzde değerleriyle özetlenmiş; sürekli değişkenler ise ortalama, standart sapma, minimum ve maksimum değerler dikkate alınarak tablolastırılmıştır. Araştırmada kullanılan standart ölçeklerin güvenilirliğini test etmek amacıyla Cronbach'ın iç tutarlılık katsayısı hesaplanmıştır. Verilerin yorumlanmasından önce, hipotezlerin dayandığı ölçümsel verilerin uygun istatistiksel yöntemlerle test edilmesi gerekmektedir. Bu kapsamda, normallik dağılımının kontrolü için örneklem büyüklüğüne göre Shapiro-Wilk ($n < 30$) ve Kolmogorov-Smirnov ($n > 30$) testleri sıklıkla kullanılmaktadır. Normallik testlerinde $p < 0.05$ olması, verilerin normal dağılım göstermediğini ve bu nedenle nonparametrik analiz yöntemlerinin tercih edilmesi gerektiğini göstermektedir (Kaptanoğlu Yıldırım, 2013, s. 82).

Bu doğrultuda, sürekli değişkenler üzerinde Kolmogorov-Smirnov testi uygulanarak normallik analizi gerçekleştirilmiştir. İlk olarak, Aile Yaşam Doyumu Ölçeği'ne ve sonrasında ise Teknoloji Bağımlılığı Ölçeği'ne ait verilerin dağılımı incelenmiş ve normal dağılım göstermediği tespit edilmiştir. Bu doğrultuda, bağımsız iki grup arasındaki karşılaştırmalarda

Mann-Whitney U testi, ikiden fazla grup karşılaştırmalarında ise Kruskal-Wallis H testi uygulanmıştır. Kruskal-Wallis H testi sonucunda oluşan anlamlı farklılığın kaynağını tespit etmek için PostHoc testlerinden Tukey HSD ve LSD testi ve Tamhane's T2 testi ve Games-Howel testleri kullanılmıştır.² Sürekli değişkenler arasındaki ilişkiyi ve ilişkinin yönünü belirlemek amacıyla Spearman korelasyon analizi gerçekleştirilmiş ve ilgili hipotezler test edilmiştir. Tüm istatistiksel analizlerde anlamlılık düzeyi olarak $p < 0,05$ kabul edilmiştir.

² PostHoc testleri varyansların homojen dağılımına göre farklılık göstermektedir. Eğer varyanslar homojen dağılıyorsa TUKEY HSD ve LSD testleri; varyanslar homojen dağılmıyorsa Tamhane's T2' ve Games-Howel testleri sıklıkla kullanılmaktadır (Kayri, 2009).

4. BULGULAR VE YORUMLAR

Araştırmanın bu bölümünde araştırmamıza katılan üniversite öğrencilerinin kişisel bilgi formu, aile yaşam doyumu ölçeği (AYDÖ) ve Teknoloji Bağımlılığı Ölçeği aracılığı ile elde edilen bulgulara, istatistiksel analizlere ve yorumlara yer evrilmiştir.

4.1. Katılımcıların Sosyodemografik Özellikleri

Bu alt başlıkta araştırmaya katılan üniversite öğrencilerinin kişisel bilgi formuna verdikleri cevaplara ilişkin bulgulara yer verilmiştir.

Tablo 4. 1. Katılımcıların Sosyodemografik Özellikleri

Özellik	Değişken	N	%
Cinsiyet	Kadın	300	78,5
	Erkek	82	21,5
Sınıf Düzeyi	1. sınıf	59	15,4
	2. sınıf	191	50,0
	3. sınıf	87	22,8
	4. sınıf	32	8,4
	5. sınıf	4	1,0
	6. sınıf	9	2,4
Aile Yapısı	Çekirdek Aile	294	77,0
	Geniş Aile	73	19,1
	Tek Ebeveynli Aile	15	3,9
Aile Gelir Düzeyi	Düşük Gelir	34	8,9
	Orta Gelir	327	85,6
	Yüksek Gelir	21	5,5
Aile Görüşme Sıklığı	Her Gün	233	61,0
	Haftada 2-3 Gün	58	15,2
	Haftada 1 Gün	19	5,0
	Ayda 1 Gün	65	17,0
	Hiç Görüşmüyorum	7	1,8
En az/ En çok		Ortalama	Standart Sapma
Yaş	17/28	21,14	1,858

Yukarıdaki tabloda araştırmaya katılan üniversite öğrencilerinin sosyodemografik bilgileri gösterilmektedir. Katılımcıların Cinsiyetlerine bakıldığında 300'ü (%78,5) kadın, 82'si (%21,5) erkektir. Ankete katılan üniversite öğrencilerinin sınıf düzeylerine bakıldığında %50'sinin (n=191) 2. Sınıfta öğrenim gördüğü; %22,8'inin (n=87) 3. Sınıfta öğrenim gördüğü; %15,4'ünün (n=59) 1. Sınıfta öğrenim gördüğü; %8,4'ünün (n=32) 4. Sınıfta öğrenim gördüğü; %2,4'ünün (n=9) 6. Sınıfta öğrenim gördüğü ve son olarak %1,0'ının 5. Sınıfta öğrenim gördüğü bulunmuştur. Katılımcıların aile yapılarına bakıldığında %77'sinin (294) çekirdek aile; %19,1'inin (n=73) geniş aile ve %3,9'unun (n=15) tek ebeveynli aile yapısına sahip olduğu

bulgulanmıştır. Araştırmaya katılan öğrencilerin aile gelir düzeylerini nasıl algıladıklarına yönelik yöneltilen soruya verdikleri cevapların dağılımına bakıldığında katılımcıların %85,6'sının orta gelir düzeyine; %8,9'unun düşük gelir düzeyine; %5,5'inin de yüksek gelir düzeyine sahip olduklarını değerlendirdikleri tespit edilmiştir. Son olarak katılımcıların aileleri ile hangi sıklıkta görüştüklerine yönelik soruya verdikleri cevapların dağılımına bakıldığında 233'ünün (%61,0) her gün aileleriyle görüştüğünü, 58'inin (%15,2) haftada 2-3 gün aileleriyle görüştüğü, 65'inin (%17,0) ayda 1 aileleriyle görüştüğü, 19'unun (%5,0) haftada 1 gün aileleriyle görüştüğü ve 7'sinin (%1,8) aileleriyle hiç görüşmediği sonucuna varılmıştır.

4.2. Katılımcıların Teknoloji Kullanımına Yönelik Özellikleri

Bu alt başlıkta katılımcıların teknoloji kullanımına yönelik bilgilere yer verilmiştir. Bu bağlamda aile ile birlikte teknoloji kullanımı, teknolojik araçlara ayrılan süre, teknoloji kullanım amacı, en çok kullanılan sosyal medya aracı ve teknoloji kullanımının aile içi ilişkilere nasıl yansıdığına ilişkin değerlendirmelerine yönelik bulgulara yer verilmiştir.

Tablo 4. 2. Katılımcıların Teknoloji Kullanımına Yönelik Özellikleri

Özellik	Değişken	N	%
Aile ile Birlikte Teknoloji Kullanımı (Film İzleme, dijital oyun oynama vb.)	Hiç	52	13,6
	Nadiren	160	41,9
	Ara Sıra	130	34,0
	Sık Sık	40	10,5
Teknolojik Araçlara Ayrılan Süre	0-3 Saat	68	17,8
	4-7 Saat	219	57,3
	8-11 Saat	82	21,5
	12 Saat ve Üzeri	13	3,4
Teknoloji Kullanım Amacı (En Çok)	Eğitim	44	11,5
	Sosyal Medya	290	75,9
	Eğlence ve Oyun	48	12,6
En Çok Kullanılan Sosyal Medya Aracı	Instagram	264	69,1
	TikTok	55	14,4
	Facebook	2	0,5
	YouTube	55	14,4
	WeChat	4	1,0
	Telegram	2	0,5
Teknoloji Kullanımının Aile İçi İlişkilere Etkisi	Evet, Olumlu etkiliyor	45	11,8
	Evet, Olumsuz Etkiliyor	131	34,3
	Hayır, Etkisi Yok	206	53,9

Yukarıdaki tabloda katılımcıların %41,9'u (n=160) aileleriyle birlikte teknoloji kullanımını nadiren; %34'ü (n=130) ara sıra; %10, 5'i sık sık gerçekleştirirken; %13,6'sının ise aileleriyle birlikte teknolojik araçlarla hiç zaman geçirmediklerini belirtmişlerdir. Teknolojik araçlara ayrılan sürelelere bakıldığında ise katılımcıların %57,3'ü 4-7 saat, %21,5'i 8- 11 saat ve %3,4'ü

ise 12 saat ve üzerinde zaman ayırdıklarını belirtirken 0-3 saat zaman ayıranların oranı da %17,8 olarak bulgulanmıştır. Teknolojik araçların en çok hangi amaçla kullandıklarına yönelik soruya verdikleri cevapta en fazla bir seçenek işaretlemeleri katılımcılardan istenmiştir. Bu doğrultuda katılımcıların %75,9'unun -ki bu katılımcıların dörtte üçüne tekabül ediyor- sosyal medyada gezinmek şeklinde yanıt verdikleri görülmüştür. Geriye kalan katılımcıların %12,6'sının oyun ve eğlence amacıyla; %11,5'inin de eğitim amacıyla teknolojik araçları kullandıkları tespit edilmiştir. Katılımcıların en çok kullandıkları sosyal medya aracı değişkenine bakıldığında da yine aynı şekilde katılımcılardan tek seçenek işaretlemesi talep edilmiştir. Tablodan da anlaşılabileceği üzere katılımcıların %69,1'inin Instagram; %14,4'ünün TikTok ve Youtube ve geriye kalanların ise Facebook, WeChat ve Telegram kullandıkları bulgulanmıştır. Son olarak katılımcıların, teknoloji kullanımının aile içi ilişkilerini nasıl etkilediğine ilişkin sorulan anket sorusuna verdikleri yanıtlara bakıldığında %53,9'u aile içi ilişkilerine etkisinin olmadığını; %34,3'ünün olumsuz etkilediğini; %11, 8'inin de aile içi ilişkilerini olumlu etkilediğini belirtmişlerdir.

4.3. Katılımcıların Aile Yaşam Doyumu Ölçeği (AYDÖ) Verileri

Bu başlık katılımcılara yöneltilen aile yaşam doyumu ölçeğine ilişkin bilgilere ve verilere yer verilmiştir. Bu bağlamda öncelikle ölçeğin güvenirliğine bakılmış ve herbir maddenin madde toplam korelasyonlarına ve Cronbach's Alpha (α) değerine yer verilmiştir. Bununla birlikte hem bağımsız hem de bağımlı değişken olarak kullandığımız aile yaşam doyumunun istatistiksel analizlerini gerçekleştirmeden önce verilerin normal dağılım gösterip göstermediğini tespit etmek amacıyla Kolmogorov-Smirnov testine yer verilmiştir.

Tablo 4. 3. Aile Yaşam Doyumu Ölçek Madde İstatistikleri ve Güvenirliği

Maddeler	Ortalama	Standart Sapma	Düzeltilmiş-Madde Toplam Korelasyonu
M1	5,95	1,412	,824
M2	5,83	1,582	,784
M3	5,85	1,364	,834
M4	5,88	1,595	,812
M5	5,50	1,618	,729
M6	5,86	1,459	,839
M7	6,31	1,356	,716
M8	5,89	1,527	,855
M9	5,26	1,839	,764
M10	5,87	1,467	,869
M11	5,96	1,431	,908
M12	5,81	1,539	,815
Cronbach alpha (α)= ,980		N= 382	

Tablo 4. 4. (Devam) Aile Yaşam Doyumu Ölçek Madde İstatistikleri ve Güvenirliği

Maddeler	Ortalama	Standart Sapma	Düzeltilmiş-Madde Toplam Korelasyonu
M13	5,99	1,538	,846
M14	5,60	1,682	,828
M15	5,94	1,597	,872
M16	5,94	1,481	,870
M17	6,08	1,522	,881
M18	6,00	1,551	,873
M19	6,00	1,521	,872
M20	6,03	1,475	,896
M21	5,79	1,612	,757
M22	5,84	1,604	,851
M23	6,21	1,087	,848
Cronbach alpha (α)= ,980		N= 382	

Yukarıdaki tabloda araştırmaya katılan öğrencilerin Aile Yaşam Doyumu Ölçeği'ne (AYDÖ) verdikleri cevapların madde istatistiklerine yer verilmiştir. Ölçek 7'li likert tarzında geliştirilmiş bir ölçektir. Dolayısıyla madde ortalamaları $5,26 \pm 1,839$ (M9) ile $6,21 \pm 1,087$ (23) arasında değişmektedir. Düzeltilmiş madde toplam korelasyonları ise en düşük 729 (M5) ve en yüksek ,908 (M11) hesaplanmıştır. Cronbach alpha (α) değeri de $r=,980$ bulunmuştur. Likert tipi ölçeklerde güvenilirliği belirlemek amacıyla Cronbach's Alpha (α) katsayısı kullanılmaktadır. Bu katsayı, 0 ile 1 arasında pozitif bir değer alır ve ölçeğin iç tutarlılığını değerlendirmede temel bir ölçüt olarak kabul edilir. Cronbach's Alpha değeri 0,60 ve 0,80 arasındaysa ölçek "oldukça güvenilir", 0,80 ve üzerindeyse "yüksek derecede güvenilir" olarak değerlendirilmektedir (Karagöz, 2019, s. 1003). Likert tipi bir ölçekte, konuyu ölçen k sayıda ifade ve n sayıda katılımcı yer alır. Bu ifadelerin bir bütünlük oluşturup oluşturmadığı, aralarındaki homojenlik düzeyi ile benzerlik ve yakınlık dereceleri, Cronbach's Alpha katsayısının yorumlanmasıyla ortaya konur (Nakip, 2006, ss. 145–146). Dolayısıyla ölçek üniversite öğrencileri örnekleminde çok yüksek güvenilirlikte bulunmuştur.

Tablo 4. 5. Aile Yaşam Doyumu Ölçeği (AYDÖ) Puanları

N	En Az-En Çok	Ortalama ($\bar{X}$)	Standart Sapma
382	25-161	135,39	29,250

Yukarıdaki tabloda katılımcıların AYDÖ'den aldıkları en düşük, en yüksek puanları ile ortalama puanları gösterilmektedir. Aile Yaşam Doyumu Ölçeği daha önce de belirtildiği gibi 23 madde ve tek boyuttan oluşmaktadır. Dolayısıyla değerlendirme toplam puanlar üzerinden gerçekleştirilmektedir. Analiz neticesinde elde edilen bulgulara göre ölçekten en az 25; en çok

161 puan alınmıştır. Katılımcıların puan ortalaması da $\bar{X}= 135,39$ hesaplanmıştır. Bu puan katılımcıların aile yaşam doyumlarının oldukça yüksek olduğunu göstermektedir.

Tablo 4. 6. Aile Yaşam Doyumu Ölçeğinin Normallik Testi (Kolmogorov-Smirnov)

Ölçek	İstatistik	Serbest Dağılım (sd)	p
AYDÖ	,191	382	,000

Aile yaşam doyumu ölçeğinin normallik varsayımını yerine getirip getirmediğini anlamak ve böylece ölçekle ilgili yapılacak analizleri belirlemek amacıyla yapılan Kolmogorov-Smirnov testi sonucuna göre (Kolmogorov-Smirnov =,191; $p<0.05$) ölçeğin normallik varsayımını yerine getirmediği anlaşılmıştır. Böylece ölçekle ilgili gerçekleştirilen analizlerde nonparametrik testler uygulanmıştır.

4.4. Katılımcıların Teknoloji Bağımlılığı Ölçeği (TBÖ) Verileri

Bu başlık altında ise araştırmamızın bağımsız değişkeni olan ve katılımcıların teknoloji bağımlılık düzeylerini ölçen Teknoloji Bağımlılığı Ölçeği (TBÖ) ile ilgili verilere yer verilmiştir. Bu bağlamda öncelikle ölçeğin güvenirliğine (hem alt boyutlarda hem de ölçeğin toplam boyutunda) bakılmış ve herbir maddenin madde toplam korelasyonlarına ve Cronbach's Alpha (α) değerine yer verilmiştir. Bununla birlikte Teknoloji Bağımlılığı Ölçeği'nin ve alt boyutlarının istatistiksel analizlerini gerçekleştirmeden önce verilerin normal dağılım gösterip göstermediğini tespit etmek amacıyla Kolmogorov-Smirnov testine yer verilmiştir.

Tablo 4. 7. Teknoloji Bağımlılığı (Sosyal Ağ Kullanımı) Alt Boyutu Madde İstatistikleri ve Güvenirliği

Maddeler	Ortalama	Standart Sapma	Düzeltilmiş-Madde Toplam Korelasyonu
M1	2,24	,831	,390
M2	2,12	1,029	,525
M3	2,54	1,121	,518
M4	2,38	1,190	,392
M5	1,86	1,120	,294
M6	2,72	1,202	,403
Cronbach alpha (α)= ,685		N= 382; Madde Sayısı=6	

Teknoloji Bağımlılığı Ölçeği'nin Sosyal Ağ Kullanımı alt boyutuna ilişkin sonuçlar yukarıdaki tabloda gösterilmektedir. Ölçek 5'li Likert biçiminde olup ters kodlanan madde bulunmamaktadır. Likert maddeleri 1- "davranış hiçbir zaman gösterilmiyor" dan 5- davranış her zaman gösteriliyor" a doğru sıralanmıştır. Düzeltilmiş madde toplam korelasyon değerleri en az ,294 (M5) ve en çok ,525 (M2) arasında değişmektedir. Cronbach alpha (α) =,685

bulunmuştur. Bu sonuç ölçeğin üniversite öğrencileri örnekleminde oldukça güvenilir olduğunu göstermektedir (Karagöz, 2019, s. 1003).

Tablo 4. 8. Teknoloji Bağımlılığı (Anlık Mesajlaşma) Alt Boyutu Madde İstatistikleri ve Güvenirliği

Maddeler	Ortalama	Standart Sapma	Düzeltilmiş-Madde Toplam Korelasyonu
M1	1,99	1,026	,490
M2	2,20	1,157	,620
M3	1,97	1,061	,645
M4	2,51	1,108	,560
M5	2,30	1,242	,203
M6	2,21	1,164	,486
Cronbach alpha (α)= ,751		N= 382; Madde Sayısı=6	

Teknoloji Bağımlılığı Ölçeği'nin Anlık Mesajlaşma alt boyutuna ilişkin sonuçlar yukarıdaki tabloda gösterilmektedir. İlgili alt boyutun düzeltilmiş madde toplam korelasyonları ,203 (M5) ile ,645 (M3) arasında değişmektedir. Cronbach alpha (α)= ,751 bulunmuştur. Bu sonuç ölçeğin üniversite öğrencileri örnekleminde oldukça güvenilir olduğunu göstermektedir (Karagöz, 2019, s.1003).

Tablo 4. 9. Teknoloji Bağımlılığı (Çevrimiçi Oyun Oynama) Alt Boyutu Madde İstatistikleri ve Güvenirliği

Maddeler	Ortalama	Standart Sapma	Düzeltilmiş-Madde Toplam Korelasyonu
M1	1,75	1,140	,734
M2	1,74	1,138	,796
M3	1,77	1,135	,833
M4	1,81	1,190	,760
M5	1,57	1,016	,576
M6	1,91	1,163	,782
Cronbach alpha (α)= ,909		N= 382; Madde Sayısı=6	

Teknoloji Bağımlılığı Ölçeği'nin Çevrimiçi Oyun Oynama alt boyutuna ilişkin sonuçlar yukarıdaki tabloda gösterilmektedir. İlgili alt boyutun düzeltilmiş madde toplam korelasyonları ,576 (M5) ile ,833 (M3) arasında değişmektedir. Cronbach alpha (α)= ,909 bulunmuştur. Bu sonuç ölçeğin üniversite öğrencileri örnekleminde yüksek derecede güvenilir olduğunu göstermektedir (Karagöz, 2019, s. 1003).

Tablo 4. 10. Teknoloji Bağımlılığı (Web Siteleri Kullanma) Alt Boyutu Madde İstatistikleri ve Güvenirliği

Maddeler	Ortalama	Standart Sapma	Düzeltilmiş-Madde Toplam Korelasyonu
----------	----------	----------------	--------------------------------------

Tablo 4. 11. (Devam) Teknoloji Bağımlılığı (Web Siteleri Kullanma) Alt Boyutu Madde İstatistikleri ve Güvenirliği

Maddeler	Ortalama	Standart Sapma	Düzeltilmiş-Madde Toplam Korelasyonu
M1	1,84	,997	,528
M2	2,57	1,279	,687
M3	2,27	1,209	,727
M4	1,97	1,121	,574
M5	2,61	1,224	,738
M6	2,13	1,135	,671
Cronbach alpha (α)= ,862		N= 382; Madde Sayısı=6	

Teknoloji Bağımlılığı Ölçeği'nin Web Siteleri Kullanma alt boyutuna ilişkin sonuçlar yukarıdaki tabloda gösterilmektedir. İlgili alt boyutun düzeltilmiş madde toplam korelasyonları ,528 (M1) ile ,738 (M5) arasında değişmektedir. Cronbach alpha (α) =,862 bulunmuştur. Bu sonuç ölçeğin üniversite öğrencileri örnekleminde yüksek derecede güvenilir olduğunu göstermektedir (Karagöz, 2019, s. 1003).

Tablo 4. 12. Teknoloji Bağımlılığı Ölçeği'nin Madde İstatistikleri ve Güvenirliği

Maddeler	Ortalama	Standart Sapma	Düzeltilmiş-Madde Toplam Korelasyonu
M1	2,24	,831	,391
M2	2,12	1,029	,523
M3	2,54	1,121	,568
M4	2,38	1,190	,456
M5	1,86	1,120	,328
M6	2,72	1,202	,468
M7	1,99	1,026	,530
M8	2,20	1,157	,664
M9	1,97	1,061	,677
M10	2,51	1,108	,584
M11	2,30	1,242	,191
M12	2,21	1,164	,489
M13	1,75	1,140	,575
M14	1,74	1,138	,622
M15	1,77	1,135	,654
M16	1,81	1,190	,627
M17	1,57	1,016	,484
M18	1,91	1,163	,608
M19	1,84	,997	,636
M20	2,57	1,279	,586
M21	2,27	1,209	,628
M22	1,97	1,121	,640
M23	2,61	1,224	,632
M24	2,13	1,135	,635
Cronbach alpha (α)= ,921		N= 382; Madde Sayısı=24	

Teknoloji Bağımlılığı Ölçeği'nin bütününe ilişkin madde istatistikleri ve güvenilirliğine ilişkin sonuçlar yukarıdaki tabloda gösterilmektedir. Söz konusu ölçeğin madde toplam korelasyonları ,191 (M11) ile ,677 (M9) arasında değişmektedir. Cronbach alpha (α) =,921 bulunmuştur. Bu sonuç Teknoloji Bağımlılığı Ölçeği (TBÖ)'nün üniversite öğrencileri örnekleminde yüksek derecede güvenilir olduğunu göstermektedir (Karagöz, 2019, s. 1003).

Tablo 4. 13. Teknoloji Bağımlılığı Ölçeği (TBÖ) ve Alt Boyutlarının Puanları

TBÖ ve Alt Boyutları	En Az-En Çok	Ortalama ($\bar{X}$)	Standart Sapma
TBÖ_Sosyal Ağ Kullanma Alt Boyutu	6-26	13,86	4,073
TBÖ_Anlık Mesajlaşma Alt Boyutu	6-30	13,19	4,518
TBÖ_Çevrimiçi Oyun Oynama Alt Boyutu	6-30	10,56	5,627
TBÖ_Web Siteleri Kullanma Alt Boyutu	6-30	13,39	5,370
TBÖ_Toplam	24-116	50,99	16,131

Yukarıdaki tabloda katılımcıların TBÖ ve alt boyutlarından aldıkları puanlar gösterilmektedir. Sırasıyla ölçeğin sosyal ağ kullanma alt boyutunda alına en düşük puan 6 ve en yüksek puan 26'dır. Öğrencilerin bu alt boyutta ortalama puanları $\bar{X}= 13,86\pm 4,073$ hesaplanmıştır. Bu sonuç katılımcıların sosyal ağ kullanımında orta derece bağımlı olduğunu göstermektedir (Bkz. Tablo 3.1.). Ölçeğin anlık mesajlaşma boyutunda alınan en düşük puan 6 ve en yüksek puan 30'dur. Bu alt boyuttan alınan ortalama puan $\bar{X}= 13,19\pm 4,518$ olarak hesaplanmıştır. Bu sonuç bu alt boyutta da orta derecede bağımlılığı göstermektedir (Bkz. Tablo 3.1.). Ölçeğin çevrimiçi oyun oynama boyutunda ise alınan en düşük puan 6 ve en yüksek puan 30'dur. Bu alt boyuttan alınan puan ortalaması ise $\bar{X}= 10,56\pm 5,627$ olarak bulunmuştur. Bu sonuç katılımcıların çevrimiçi oyun oynama alt boyutunda düşük düzeyde bağımlı olduklarını göstermektedir (Bkz. Tablo 3.1.). Katılımcıların web siteleri kullanımı boyutundaki puanlarına bakıldığında ise alınan en düşük puan 6 ve en yüksek puan 13 bulunmuştur. İlgili alt boyutta puan ortalaması $\bar{X}= 13,39\pm 5,370$ bulunmuştur. Bu alt boyutta da orta derecede bağımlılık söz konusudur (Bkz. Tablo 3.1.). Son olarak öğrencilerin TBÖ'nün bütününden alınan puanlara bakıldığında en düşük 24 puan en yüksek de 116 puan hesaplanmıştır. Katılımcıların puan ortalaması $\bar{X}= 50,99\pm 16,131$ olarak bulunmuştur. Bu sonuçlar üniversite öğrencilerinin orta düzeyde teknoloji bağımlısı olduğunu göstermektedir.

Tablo 4. 14. Teknoloji Bağımlılığı Ölçeği (TBÖ) Düzeyleri

TBÖ Düzeyi	N	%
Bağımlı Değil	4	1,0
Düşük Düzeyde Bağımlı	190	49,7

Tablo 4. 153. (Devam) Teknoloji Bağımlılığı Ölçeği (TBÖ) Düzeyleri

TBÖ Düzeyi	N	%
Orta Düzeyde Bağımlı	151	39,5
Oldukça Bağımlı	33	8,6
Tam Bağımlı	4	1,0

Yukarıdaki tabloda ankete katılan öğrencilerin TBÖ’den aldıkları puanların teknoloji bağımlılığı düzeylerine göre dağılımları gösterilmektedir. Tablodan anlaşılabileceği üzere öğrencilerin %1’inin (n=4) “tam bağımlı” ve “bağımlı olmadıkları”; %49,7’sinin (n=190) düşük düzeyde bağımlı olduğu; %39,5’inin (n=151) orta düzeyde bağımlı olduğu ve %8,6’sının (n=33) oldukça bağımlı olduğu bulgulanmıştır. Dolayısıyla ankete katılan üniversite öğrencilerinin yarısından fazlasının orta ve üstü düzeyde teknoloji bağımlılığına sahip olduğu yorumu yapılabilir.

Tablo 4. 16. Teknoloji Bağımlılığı Ölçeği’nin Normallik Testi (Kolmogorov-Smirnov)

Ölçek ve Alt Boyutlar	İstatistik	Serbest Dağılım (sd)	p
TBÖ Sosyal Ağ Kullanma Alt Boyutu	,092	382	,000
TBÖ Anlık Mesajlaşma Alt Boyutu	,101	382	,000
TBÖ Çevrimiçi Oyun Oynama Alt Boyutu	,209	382	,000
TBÖ Web Siteleri Kullanma Alt Boyutu	,089	382	,000
TBÖ Toplam	,081	382	,000

Yukarıdaki tabloda Teknoloji Bağımlılığı Ölçeği (TBÖ) ve alt boyutlarına ilişkin normallik testi (Kolmogoro-Smirnov) testi sonuçları gösterilmektedir. Analiz neticesinde Kolmogorov-Smirnov testi sonucuna göre Sosyal Ağ Kullanımı Alt Boyutu’nda Kolmogorov-Smirnov =,092; $p < 0.05$; Anlık Mesajlaşma Alt Boyutu’nda Kolmogorov-Smirnov =,101; $p < 0.05$; Çevrimiçi Oyun Oynama Alt Boyutu’nda Kolmogorov-Smirnov =,209; $p < 0.05$; Web Siteleri Kullanma Alt Boyutu’nda Kolmogorov-Smirnov =,089; $p < 0.05$; ve ölçeğin bütününde Kolmogorov-Smirnov =,081; $p < 0.05$ bulunmuştur. Dolayısıyla TBÖ ve alt boyutlarında ölçeğin normallik varsayımını yerine getirmediği anlaşılmıştır. Böylece ölçekle ilgili gerçekleştirilen analizlerde nonparametrik testler uygulanmıştır.

4.5. Sosyodemografik ve Teknoloji Kullanımına Yönelik Özelliklerinin Aile Yaşam Doyumu Ölçeği (AYDÖ) ile Karşılaştırılması

Tablo 4. 175. Aile Yaşam Doyumu (AYDÖ) ile Cinsiyet Karşılaştırılması

Cinsiyet	N	Sıra Ortalama	U	z	p
Kadın	300	188,42	11376,500	-1,050	,294
Erkek	82	202,76			

Yukarıdaki tabloda katılımcıların cinsiyetlerine göre aile yaşam doyumlarının karşılaştırılması gösterilmektedir. Karşılaştırma nanparametrik testlerden Mann Whitney U Testi ile gerçekleştirilmiştir. Analiz neticesinde Cinsiyet değişkeni ile aile yaşam doyumu arasında istatistiksel olarak anlamlı farklılık bulunmamıştır ($p=,294$; $p>,05$). Fakat her ne kadar istatistiksel olarak anlamlı fark bulunmasa da sıra ortalama değerlerine bakıldığında erkeklerin aile yaşam doyumlarının kadınlardan daha fazla olduğunu söyleyebiliriz.

Tablo 4. 18. Aile Yaşam Doyumu (AYDÖ) ile Sınıf Düzeyi Karşılaştırılması

Sınıf Düzeyi	N	Sıra Ortalama	X^2	sd	p
1. sınıf	59	186,43	10,102	5	,072
2. sınıf	191	181,03			
3. sınıf	87	196,87			
4. sınıf	32	245,00			
5. sınıf	4	226,00			
6. sınıf	9	189,44			

Katılımcıların Sınıf düzeyleri ile aile yaşam doyumları arasındaki karşılaştırma Kruskal Wallis H Testi W testi ile gerçekleştirilmiştir. Analiz neticesinde iki değişken arasında anlamlı fark bulunmamıştır. Öğrencilerin sıra ortalama değerlerinin birbirine yakın olduğunu ve dolayısıyla birbirlerinden çok fazla ayrılmadıklarını söyleyebiliriz. Fakat aile yaşam doyumunun 4. sınıflarda daha yüksek olduğunu söyleyebiliriz. Burada bu sonucun çıkmasında öğrencilerin 4 yıl süren lisans eğitimi sonunda tekrar ailelerine kavuşacak olmaları etkili olmuştur şeklinde yorumlanabilir.

Tablo 4. 19. Aile Yaşam Doyumu (AYDÖ) ile Aile Yapısı Karşılaştırılması

Aile Yapısı	N	Sıra Ortalama	X^2	sd	p
Çekirdek Aile	294	196,36	2,799	2	,249
Geniş Aile	73	172,51			
Tek Ebeveynli Aile	15	188,73			

Katılımcıların aile yapısı ile aile yaşam doyumlarının anlamlı farklılık gösterip göstermediğini tespit etmek amacıyla Kruskal Wallis H Testi (KW) gerçekleştirilmiştir. Analiz neticesinde söz konusu değişkenler arasında anlamlı farklılık bulunmamıştır ($p=,249$; $p>,05$).

Tablo 4. 20. Aile Yaşam Doyumu (AYDÖ) ile Aile Gelir Düzeyi Karşılaştırılması

Aile Gelir Düzeyi	N	Sıra Ortalama	X^2	sd	p
Düşük Gelir	34	144,35	7,891	2	,019*
Orta Gelir	327	194,63			
Yüksek Gelir	21	219,12			

* $p<,05$

Yukarıdaki tabloda aile gelir düzeyi ile aile yaşam doyumu arasındaki karşılaştırma da iki değişken arasında istatistiksel olarak anlamlı farklılık tespit edilmiştir (KW). Farklılığın kaynağını tespit etmek için PostHoc testlerinden yararlanılmıştır. PostHoc testlerinden hangisinin kullanılacağına karar vermek için öncelikle varyansların homojenliğine bakılmıştır. Varyansların homojen dağılmadığı anlaşıldığından (Levene=4,899; $p=,008$; $p<,05$) Tamhane's T2 testi yapılmıştır. Analiz neticesinde farklılığın “Yüksek Gelir= 219,12 ile Düşük Gelir= 144,35 arasından kaynaklandığı” bulgulanmıştır.

Tablo 4. 21. Aile Yaşam Doyumu (AYDÖ) ile Aile ile Görüşme Sıklığı Karşılaştırılması

Görüşme Sıklığı	N	Sıra Ortalama	X^2	sd	p
Her Gün	233	204,64	16,021	4	,003*
Haftada 2-3 Gün	58	196,53			
Haftada 1 Gün	19	127,84			
Ayda 1 Gün	65	165,56			
Hiç Görüşmüyorum	7	126,00			

* $p<,05$

Yukarıdaki tabloda katılımcıların aileleriyle ne sıklıkta görüştükleri ile aile yaşam doyumu arasındaki karşılaştırmada iki değişken arasında istatistiksel olarak anlamlı farklılık tespit edilmiştir (KW). Farklılığın kaynağını tespit etmek için PostHoc testlerinden yararlanılmıştır. PostHoc testlerinden hangisinin kullanılacağına karar vermek için öncelikle varyansların homojenliğine bakılmıştır. Varyansların homojen dağıldığı anlaşıldığından (Levene=1,188; $p=,316$; $p>,05$) LSD testi yapılmıştır. Analiz neticesinde farklılığın “Her gün= 204,64 ile Haftada 1 gün= 127,84 ve Hiç görüşmüyorum= 126,00; Haftada 2-3 gün= 196,53 ile haftada 1 gün= 127,84 arasından kaynaklandığı” bulgulanmıştır. Tablodan anlaşılacağı üzere aileleriyle her gün görüşenlerin aile yaşam doyumlarının diğerlerine göre yüksek olduğu görülmektedir. Görüşme sıklığı düştükçe aile yaşam doyumları da düşmektedir.

Tablo 4. 22. Aile Yaşam Doyumu (AYDÖ) ve Aile ile Teknoloji Kullanımı Karşılaştırılması

Sıklık	N	Sıra Ortalama	X^2	sd	p
Hiç	52	124,39	55,683	3	,000*
Nadiren	160	172,36			
Ara Sıra	130	215,08			
Sık Sık	40	278,66			

* $p<,05$

Yukarıdaki tabloda katılımcıların aileleriyle birlikte teknoloji kullanımı sıklığı ile aile yaşam doyumu arasındaki anlamlı farklılık olup olmadığını tespit etmek amacıyla gerçekleştirilen KW testi sonuçları gösterilmektedir. Analiz neticesinde söz konusu iki değişken arasında istatistiksel olarak anlamlı farklılık bulunmuştur. Farklılığın kaynağını tespit etmek için

PostHoc testlerinden yararlanılmıştır. PostHoc testlerinden hangisinin kullanılacağına karar vermek için öncelikle varyansların homojenliğine bakılmıştır. Varyansların homojen dağılmadığı anlaşıldığından (Levene=17,970; $p=,000$; $p<,05$) Tamhane's T2 testi yapılmıştır. Analiz neticesinde farklılığın "Sık sık=278,66 ile Ara Sıra= 215,08 ve Nadiren= 172,36 ve Hiç= 124,39" arasından kaynaklandığı bulgulanmıştır. Tablodan anlaşılabacağı üzere aile ile birlikte teknolojik araçlarla (film izleme, dijital oyunlar oynama vb.) zaman geçirme sıklığı aile yaşam doyumunu pozitif ayrıştırmaktadır. Burada teknoloji kullanımının ebeveyn kontrolünde ve birlikte gerçekleştiriliyor olmasının aile yaşam doyumunu artıran bir etken olduğu söylenebilir.

Tablo 4. 23. Aile Yaşam Doyumu (AYDÖ) ile Teknoloji Kullanımına Ayrılan Süre Karşılaştırılması

Süre	N	Sıra Ortalama	X^2	sd	p
0-3 Saat	68	236,80	15,387	3	,002*
4-7 Saat	219	186,22			
8-11 Saat	82	171,90			
12 Saat ve Üzeri	13	167,19			

* $p<,05$

Yukarıdaki tabloda katılımcıların teknoloji kullanımına ayırdıkları süre ile aile yaşam doyumları arasında anlamlı farklılık olup olmadığını tespit etmek amacıyla gerçekleştirilen KW testi sonuçları gösterilmektedir. Analiz neticesinde söz konusu iki değişken arasında istatistiksel olarak anlamlı farklılık bulunmuştur. Farklılığın kaynağını tespit etmek için PostHoc testlerinden yararlanılmıştır. PostHoc testlerinden hangisinin kullanılacağına karar vermek için öncelikle varyansların homojenliğine bakılmıştır. Varyansların homojen dağılmadığı anlaşıldığından (Levene=3,816; $p=,010$; $p<,05$) Tamhane's T2 testi yapılmıştır. Analiz neticesinde farklılığın "0-3 saat=236,80 ile 4-7saat= 186,22 ve 8-11 saat= 171,90 arasından kaynaklandığı bulunmuştur. Katılımcıların günlük teknoloji kullanımına ayırdıkları süre arttıkça aile yaşam doyumları azalmaktadır denilebilir.

Tablo 4. 24. Aile Yaşam Doyumu (AYDÖ) ile Teknoloji Kullanım Amacı Karşılaştırması

Amaç	N	Sıra Ortalama	X^2	sd	p
Eğitim	44	198,49	2,634	2	,268
Sosyal Medya	290	194,37			
Eğlence ve Oyun	48	167,74			

Katılımcıların teknoloji kullanım amacı ile aile yaşam doyumlarının anlamlı farklılık gösterip göstermediğini tespit etmek amacıyla KW testi gerçekleştirilmiştir. Analiz neticesinde söz konusu değişkenler arasında anlamlı farklılık bulunmamıştır ($p=,268$; $p>,05$).

Tablo 4. 25. Aile Yaşam Doyumu (AYDÖ) ile En Sık Kullanılan Sosyal Medya Karşılaştırması

Sosyal Medya	N	Sıra Ortalama	X^2	sd	p
Instagram	264	196,53	7,413	5	,192
TikTok	55	173,18			
Facebook	2	189,50			
YouTube	55	187,91			
WeChat	4	242,88			
Telegram	2	29,25			

Katılımcıların en sık kullandıkları sosyal medya aracı ile aile yaşam doyumlarının anlamlı farklılık gösterip göstermediğini tespit etmek amacıyla KW testi gerçekleştirilmiştir. Analiz neticesinde söz konusu değişkenler arasında anlamlı farklılık bulunmamıştır ($p=,192$; $p>,05$).

Tablo 4. 26. Aile Yaşam Doyumu (AYDÖ) ile Günlük Teknoloji Kullanımının Aile İçi İlişkilere Etkisinin Karşılaştırması

Aile İçi İlişkiler	N	Sıra Ortalama	X^2	sd	p
Evet, Olumlu etkiliyor	45	189,89	2,944	2	,230
Evet, Olumsuz Etkiliyor	131	178,89			
Hayır, Etkisi Yok	206	199,87			

Katılımcıların günlük teknoloji kullanımının aile içi ilişkilerine etkisi ile aile yaşam doyumlarının anlamlı farklılık gösterip göstermediğini tespit etmek amacıyla KW testi gerçekleştirilmiştir. Analiz neticesinde söz konusu değişkenler arasında anlamlı farklılık bulunmamıştır ($p=,230$; $p>,05$).

Tablo 4. 27. Katılımcıların Yaşları ile Aile Yaşam Doyumu (AYDÖ) Arasındaki İlişki

Spearman Korelasyon	Aile Yaşam Doyumu (AYDÖ)
	r
	,102
Yaş	p
	,045*
	N
	382

* $p<,05$

Yukarıdaki tabloda yaş değişkeni ile aile yaşam doyu amarasındaki ilişkiyi tespit etmek amacıyla gerçekleştirilen Spearman Korelasyon Analizi sonucu gösterilmektedir. Korelasyon katsayısı (r) değeri şöyle yorumlanabilmektedir (Akgül ve Çevik, 2003, s.358; Karagöz, 2019, ss. 808-809): “ $r=0$ ise X ve Y arasında korelasyon yoktur”, “ $0,00 < r \leq 0,25$ ise çok zayıf pozitif korelasyon”, “ $0,26 \leq r \leq 0,49$ ise zayıf pozitif korelasyon”, “ $0,50 \leq r \leq 0,69$ ise orta dereceli pozitif korelasyon”, “ $0,70 \leq r \leq 0,89$ ise kuvvetli (yüksek) pozitif korelasyon”, “ $0,90 \leq r < 1$ ise çok kuvvetli (çok yüksek) pozitif korelasyon” ve “ $r=1$ ise tam korelasyon” vardır. Pozitif korelasyonların dınırlarına göre negative korelasyonların sınırları da şöyledir: “ $-0,25 \leq r < 0,00$

çok zayıf negatif korelasyon”, $-0,46 \leq r \leq -0,26$ ise zayıf negatif korelasyon”, $-0,69 \leq r \leq -0,50$ ise orta dereceli negatif korelasyon”, “ $-0,89 \leq r \leq -0,70$ ise kuvvetli (yüksek) negatif korelasyon”, $-1 < r \leq -0,90$ ise çok kuvvetli (çok yüksek) negatif korelasyon” ve $r = -1$ ise tam negatif korelasyon var demektir. Analiz neticesinde ($r = ,102$, $p = ,045$) çok zayıf pozitif yönlü korelasyon bulunmuştur. Dolayısıyla yaş arttıkça aile yaşam doyumunun arttığı söylenebilir.

4.6. Katılımcıların Sosyodemografik ve Teknoloji Kullanımına Yönelik Özelliklerinin Teknoloji Bağımlılığı Ölçeği (TBÖ) ile Karşılaştırılması

Bu başlık altında araştırma katılımcıların teknoloji bağımlılığı ile ilgili hipotezlerimizin (denence) sınamasını yapacağımız istatistiksel testlerden elde edilen bulgulara yer verilmiştir. TBÖ’nün alt boyutları şöyle isimlendirilmiştir: Sosyal Ağ Kullanımı (SAAB), Anlık Mesajlaşma (AMAB), Çevrimiçi Oyun Oynama (ÇOAB) ve Wbe Siteleri Kullanımı (WSAB)

Tablo 4. 28. Teknoloji Bağımlılığı Ölçeği (TBÖ) İle Cinsiyet Karşılaştırması

TBÖ ve Alt Boyutlar	Cinsiyet	N	Sıra Ortalama	U	Z	p
SAAB	Kadın	300	195,61	11068,50	-1,394	,163
	Erkek	82	176,48			
AMAB	Kadın	300	193,60	11671,50	-,711	,477
	Erkek	82	183,84			
ÇOAB	Kadın	300	183,03	9759,00	-2,948	,003*
	Erkek	82	222,49			
WSAB	Kadın	300	196,30	10861,50	-1,628	,104
	Erkek	82	173,96			
TBÖ	Kadın	300	190,82	12096,50	-,230	,818
	Erkek	82	193,98			

* $p < ,05$

Yukarıdaki tabloda araştırmaya katılan üniversite öğrencilerinin teknoloji bağımlılığı ve alt boyutlarından aldıkları puanlar ile cinsiyetlerinin karşılaştırmasına yönelik gerçekleştirilen Mann Whitney U Tasti sonucu gösterilmektedir. Ölçeğin sadece Çevrimiçi Oyun Oynama Alt boyutunda cinsiyet değişkeni ile anlamlı farklılık bulunmuştur ($p = ,003$). Erkeklerin çevrimiçi oyun bağımlılığı kadınlardan daha yüksek bulgulanmıştır. Diğer alt boyutlarda ve ölçeğin genelinde cinsiyet değişkeni ile anlamlı farklılık bulgulanmamıştır.

Tablo 4. 29. Teknoloji Bağımlılığı Ölçeği (TBÖ) İle Sınıf Düzeyi Karşılaştırması

TBÖ ve AB	Sınıf	N	Sıra Ortalama	X^2	sd	p
SAAB	1. Sınıf	59	195,10	1,447	5	,919
	2. Sınıf	191	187,51			
	3. Sınıf	87	197,99			
	4. Sınıf	32	183,73			
	5. Sınıf	4	183,13			

Tablo 4. 30. (Devam) Teknoloji Bağımlılığı Ölçeği (TBÖ) İle Sınıf Düzeyi Karşılaştırması

TBÖ ve AB	Sınıf	N	Sıra Ortalama	X^2	sd	p
AMAB	6. Sınıf	9	221,06	3,429	5	,634
	1. Sınıf	59	191,57			
	2. Sınıf	191	198,42			
	3. Sınıf	87	188,60			
	4. Sınıf	32	161,25			
	5. Sınıf	4	200,00			
ÇOAB	6. Sınıf	9	176,00	7,519	5	,185
	1. Sınıf	59	219,19			
	2. Sınıf	191	193,99			
	3. Sınıf	87	179,94			
	4. Sınıf	32	168,83			
	5. Sınıf	4	147,25			
WSAB	6. Sınıf	9	169,28	10,307	5	,067
	1. Sınıf	59	189,59			
	2. Sınıf	191	187,71			
	3. Sınıf	87	209,63			
	4. Sınıf	32	151,75			
	5. Sınıf	4	171,88			
TBÖ	6. Sınıf	9	259,28	4,371	5	,497
	1. Sınıf	59	199,86			
	2. Sınıf	191	191,44			
	3. Sınıf	87	197,37			
	4. Sınıf	32	154,88			
	5. Sınıf	4	194,00			
	6. Sınıf	9	210,33			

Yukarıdaki tabloda katılımcıların teknoloji bağımlılığı düzeylerinin sınıf değişkenleriyle karşılaştırılmasına ilişkin KW testi sonucu gösterilmektedir. Analiz neticesinde gerek alt boyutlarda gerekse de ölçeğin bütününde iki değişken arasında anlamlı farklılık bulunmamıştır.

Tablo 4. 31. Teknoloji Bağımlılığı Ölçeği (TBÖ) İle Aile Yapısı Karşılaştırması

TBÖ ve AB	Aile Yapısı	N	Sıra Ortalama	X^2	sd	p
SAAB	Çekirdek Aile	294	187,06	4,618	2	,099
	Geniş Aile	73	197,84			
	Tek Ebeveynli Aile	15	247,63			
AMAB	Çekirdek Aile	294	183,23	8,769	2	,012*
	Geniş Aile	73	212,45			
	Tek Ebeveynli Aile	15	251,63			
ÇOAB	Çekirdek Aile	294	187,57	3,188	2	,203
	Geniş Aile	73	210,95			
	Tek Ebeveynli Aile	15	173,90			
WSAB	Çekirdek Aile	294	192,01	,128	2	,938
	Geniş Aile	73	188,10			
	Tek Ebeveynli Aile	15	198,00			

*p<,05

Tablo 4. 32. (Devam) Teknoloji Bağımlılığı Ölçeği (TBÖ) İle Aile Yapısı Karşılaştırması

TBÖ ve AB	Aile Yapısı	N	Sıra Ortalama	X^2	sd	p
TBÖ	Çekirdek Aile	294	186,33	3,058	2	,217
	Geniş Aile	73	206,05			
	Tek Ebeveynli Aile	15	222,00			

Yukarıdaki tabloda katılımcıların aile yapısı ile teknoloji bağımlılıkları arasında anlamlı farklılık olup olmadığını tespit etmek amacıyla gerçekleştirilen KW testi sonuçları gösterilmektedir. Analiz neticesinde sadece anlık mesajlaşma alt boyutunda istatistiksel olarak anlamlı farklılık bulunmuştur. Farklılığın kaynağını tespit etmek için PostHoc testlerinden yararlanılmıştır. PostHoc testlerinden hangisinin kullanılacağına karar vermek için öncelikle varyansların homojenliğine bakılmıştır. Varyansların homojen dağıldığı anlaşıldığından (Levene=,534; p=,587; p>,05) LSD testi yapılmıştır. Analiz neticesinde farklılığın “Çekirdek Aile=183,23 ile Tek Ebeveynli Aile= 251,63” arasından kaynaklandığı bulunmuştur. Dolayısıyla teknoloji bağımlılığının anlık mesajlaşma boyutunda tek ebeveynli ailelere sahip öğrencilerde daha yüksek olduğu söylenebilir. Burada öğrencilerin anne veya babasıyla iletişiminin daha çok anlık mesajlaşma yöntemiyle gerçekleştiği şeklinde yorumlanabilir.

Tablo 4. 33. Teknoloji Bağımlılığı Ölçeği (TBÖ) İle Aile Gelir Düzeyi Karşılaştırması

TBÖ ve AB	Gelir Düzeyi	N	Sıra Ortalama	X^2	sd	p
SAAB	Düşük Gelir	34	191,25	,272	2	,873
	Orta Gelir	327	192,30			
	Yüksek Gelir	21	179,38			
AMAB	Düşük Gelir	34	185,72	,107	2	,948
	Orta Gelir	327	191,96			
	Yüksek Gelir	21	193,64			
ÇOAB	Düşük Gelir	34	200,32	,787	2	,675
	Orta Gelir	327	189,57			
	Yüksek Gelir	21	207,26			
WSAB	Düşük Gelir	34	190,49	,542	2	,763
	Orta Gelir	327	192,70			
	Yüksek Gelir	21	174,50			
TBÖ	Düşük Gelir	34	194,82	,035	2	,982
	Orta Gelir	327	191,23			
	Yüksek Gelir	21	190,26			

Yukarıdaki tabloda katılımcıların teknoloji bağımlılığı düzeylerinin aile gelir düzeyi değişkeniyle karşılaştırılmasına ilişkin KW testi sonucu gösterilmektedir. Analiz neticesinde gerek alt boyutlarda gerekse de ölçeğin bütününde iki değişken arasında anlamlı farklılık bulunmamıştır.

Tablo 4. 34. Teknoloji Bağımlılığı Ölçeği (TBÖ) İle Aile Görüşme Sıklığı Karşılaştırması

TBÖ ve AB	Aile İle Görüşme Sıklığı	N	Sıra Ortalama	X^2	sd	p
SAAB	Her Gün	233	176,66	12,458	4	,014*
	Haftada 2-3 Gün	58	209,77			
	Haftada 1 Gün	19	206,16			
	Ayda 1 Gün	65	225,49			
	Hiç Görüşmüyorum	7	178,79			
AMAB	Her Gün	233	178,79	9,062	4	,060
	Haftada 2-3 Gün	58	203,16			
	Haftada 1 Gün	19	201,39			
	Ayda 1 Gün	65	222,14			
	Hiç Görüşmüyorum	7	206,50			
ÇOAB	Her Gün	233	177,95	9,973	4	,045*
	Haftada 2-3 Gün	58	207,70			
	Haftada 1 Gün	19	219,26			
	Ayda 1 Gün	65	214,63			
	Hiç Görüşmüyorum	7	218,07			
WSAB	Her Gün	233	177,67	9,955	4	,041*
	Haftada 2-3 Gün	58	205,53			
	Haftada 1 Gün	19	213,79			
	Ayda 1 Gün	65	218,12			
	Hiç Görüşmüyorum	7	227,93			
TBÖ	Her Gün	233	174,44	14,839	4	,005*
	Haftada 2-3 Gün	58	211,86			
	Haftada 1 Gün	19	210,84			
	Ayda 1 Gün	65	224,86			
	Hiç Görüşmüyorum	7	228,36			

*p<,05

Yukarıdaki tabloda katılımcıların aile ile görüşme sıklığı değişkeni ile teknoloji bağımlılıkları arasında anlamlı farklılık olup olmadığını tespit etmek amacıyla gerçekleştirilen KW testi sonuçları gösterilmektedir. Analiz neticesinde anlık mesajlaşma alt boyutunda istatistiksel olarak anlamlı farklılık bulunmazken SAAB (p=,014; p<,05), ÇOAB (p=,045; p<,05), WSAB (p=,041; p<,05) ve TBÖ’de anlamlı farklılık bulunmuştur (p=,005; p<,05). Farklılığın kaynağını tespit etmek için üç alt boyutta ve ölçek toplamında homojen dağılım (SAAB; Levene=,304; p=,875 ve p>,05. ÇOAB; Levene=,272; p=,896 ve p>,05. WSAB; Levene=,1,630; p=,166 ve p>,05. TBÖ; Levene= 1,314; p=,264 ve p>,05) gösterdiğinden PostHoc testlerinden LSD testi yapılmıştır. Anlamlı farklılığın SAAB’de her gün=176,,66 ile ayda 1 gün=225,49 arasından; ÇOAB’da her gün=177,95 ile ayda 1 gün=214,95 arasından; WSAB’de her gün=177,67 ile ayda 1 gün=218,12 arasından ve TBÖ’de her gün=174,44 ile ayda 1 gün=224,86 arasından kaynaklandığı bulgulanmıştır. Dolayısıyla aile ile görüşme sıklığı ile teknoloji bağımlılığı arasında anlamlı farklılık bulunmuştur. Ailesiyle ayda 1 defa

görüşenlerin her gün görüşenlerden daha fazla teknoloji bağımlılığına sahip oldukları söylenebilir.

Tablo 4. 35. Teknoloji Bağımlılığı Ölçeği (TBÖ) İle Aile İle Birlikte Teknoloji Kullanımı Karşılaştırması

TBÖ ve AB	Aile İle Teknoloji Kullanımı Sıklığı	N	Sıra Ortalama	X^2	sd	p
SAAB	Hiç	52	184,12	3,687	3	,297
	Nadiren	160	192,15			
	Ara Sıra	130	201,79			
	Sık Sık	40	165,04			
AMAB	Hiç	52	160,87	10,390	3	,016*
	Nadiren	160	189,02			
	Ara Sıra	130	213,00			
	Sık Sık	40	171,39			
ÇOAB	Hiç	52	204,88	7,044	3	,071
	Nadiren	160	194,99			
	Ara Sıra	130	194,61			
	Sık Sık	40	150,04			
WSAB	Hiç	52	162,38	6,829	3	0,78
	Nadiren	160	198,78			
	Ara Sıra	130	200,87			
	Sık Sık	40	169,79			
TBÖ	Hiç	52	174,71	6,668	3	,083
	Nadiren	160	194,98			
	Ara Sıra	130	204,13			
	Sık Sık	40	158,36			

Yukarıdaki tabloda katılımcıların aileleri ile birlikte teknoloji kullanımı (film izleme, dijital oyun oynama vb.) ile teknoloji bağımlılıkları arasında anlamlı farklılık olup olmadığını tespit etmek amacıyla gerçekleştirilen KW testi sonuçları gösterilmektedir. Analiz neticesinde sadece anlık mesajlaşma alt boyutunda istatistiksel olarak anlamlı farklılık bulunmuştur. Farklılığın kaynağını tespit etmek için PostHoc testlerinden yararlanılmıştır. PostHoc testlerinden hangisinin kullanılacağına karar vermek için öncelikle varyansların homojenliğine bakılmıştır. Varyansların homojen dağıldığı anlaşıldığından (Levene=,504; p=,680; p>,05) Tukey HSD testi yapılmıştır. Analiz neticesinde farklılığın “ara sıra=213,00 ile hiç=160,87 arasından kaynaklandığı bulunmuştur.

Tablo 4. 36. Teknoloji Bağımlılığı Ölçeği (TBÖ) İle Teknolojik Araçlara Ayrılan Süre Karşılaştırması

TBÖ ve AB	Tekn. Araçlara Ayrılan Süre	N	Sıra Ortalama	X^2	sd	p
SAAB	0-3 Saat	68	138,38	31,474	3	,000*
	4-7 Saat	219	188,73			

*p<,05

Tablo 4. 37. (Devam) Teknoloji Bağımlılığı Ölçeği (TBÖ) İle Teknolojik Araçlara Ayrılan Süre Karşılaştırması

TBÖ ve AB	Tekn. Araçlara Ayrılan Süre	N	Sıra Ortalama	X^2	sd	p
	8-11 Saat	82	235,00			
	12 Saat ve Üzeri	13	241,69			
AMAB	0-3 Saat	68	133,36	30,806	3	,000*
	4-7 Saat	219	192,87			
	8-11 Saat	82	227,68			
	12 Saat ve Üzeri	13	244,23			
ÇOAB	0-3 Saat	68	142,68	31,434	3	,000*
	4-7 Saat	219	190,66			
	8-11 Saat	82	217,45			
	12 Saat ve Üzeri	13	297,23			
WSAB	0-3 Saat	68	133,96	42,450	3	,000*
	4-7 Saat	219	186,51			
	8-11 Saat	82	238,37			
	12 Saat ve Üzeri	13	281,00			
TBÖ	0-3 Saat	68	121,49	53,778	3	,000*
	4-7 Saat	219	189,29			
	8-11 Saat	82	239,48			
	12 Saat ve Üzeri	13	292,31			

*p<,05

Yukarıdaki tabloda katılımcıların teknoloji kullanımına ayırdıkları süre ile teknoloji bağımlılıkları arasında anlamlı farklılık olup olmadığını tespit etmek amacıyla gerçekleştirilen KW testi sonuçları gösterilmektedir. Analiz neticesinde gerek alt boyutlarda gerekse de ölçek toplamında p=,000 düzeyinde anlamlı farklılık bulunmuştur. Farkın kaynağını tespit etmek amacıyla gerçekleştirilen posthoc testlerinde tüm alt boyutlarda ve ölçek toplam puanında tablodan da anlaşılabileceği üzere 12 saat ve üzeri teknoloji kullanımına süre ayıranların diğerleri üzerinden kaynaklandığı bulunmuştur. Teknoloji kullanımına ayrılan süre arttıkça bağımlılık da artmaktadır. Buradan hareketle teknoloji bağımlılığının önüne geçmekte en önemli faktörün teknolojik araçlardan mümkün oldukça kaçınmak ve süreyi minimize etmektir.

Tablo 4. 38. Teknoloji Bağımlılığı Ölçeği (TBÖ) İle Teknoloji Kullanımı Amacı Karşılaştırması

TBÖ ve AB	Tekn. Kul. Amacı	N	Sıra Ortalama	X^2	sd	p
SAAB	Eğitim	44	153,83	5,853	2	,054
	Sosyal Medya	290	196,84			
	Eğlence ve Oyun	48	193,79			
AMAB	Eğitim	44	168,68	2,328	2	,312
	Sosyal Medya	290	195,54			
	Eğlence ve Oyun	48	187,98			
ÇOAB	Eğitim	44	184,35	36,788	2	,000*

*p<,05

Tablo 4. 39. (Devam) Teknoloji Bağımlılığı Ölçeği (TBÖ) İle Teknoloji Kullanımı Amacı Karşılaştırması

TBÖ ve AB	Tekn. Kul. Amacı	N	Sıra Ortalama	X^2	sd	p
	Sosyal Medya	290	178,06			
	Eğlence ve Oyun	48	279,28			
WSAB	Eğitim	44	144,91	12,684	2	,002*
	Sosyal Medya	290	192,82			
	Eğlence ve Oyun	48	226,21			
TBÖ	Eğitim	44	153,10	13,877	2	,000*
	Sosyal Medya	290	189,65			
	Eğlence ve Oyun	48	237,88			

*p<,05

Yukarıdaki tabloda ankete katılan üniversite öğrencilerinin teknolojik araçları kullanma amaçları ile teknoloji bağımlılığı arasındaki KW testi gösterilmektedir. Nalız neticesinde ölçek toplamında p=,000, WSAB’de p=,002 ve ÇOAB’de p=,000 düzeyinde anlamlı farklılık bulunmuştur. Farklılığın kaynağını tespit etmek için ÇOAB’da homojen dağılım bulunmadığı için (Levene=7,565; p=,000 ve p<,05) Tamhane’s T2 testi yapılmıştır. Analiz neticesinde farklılığın Eğlence ve oyun=279,28 ile eğitim=184,31 arasından kaynaklandığı bulunmuştur. WSAB’de ise homojen dağılım bulunduğundan (Levene=,679; p=,508 ve p>,05) Tukey HSD testi yapılmıştır. Analiz neticesinde farklılığın eğitim=144,91 ile sosyal medya=192,82 ve eğlence ve oyun=226,21 arasından kaynaklandığı bulgulanmıştır. TBÖ’de ise yine homojen dağılım bulunduğundan (Levene=,432; p=,650 ve p>,05) Tukey HSD testi yapılmıştır. Analiz neticesinde farklılığın eğlence ve oyun=237,88 ile eğitim=153,10 ve sosyal medya=189,65 arasından kaynaklandığı bulgulanmıştır.

Tablo 4. 40. Teknoloji Bağımlılığı Ölçeği (TBÖ) İle En Sık Kullanılan Sosyal Medya Karşılaştırması

TBÖ ve AB	Sosyal Medya	N	Sıra Ortalama	X^2	sd	p
SAAB	Instagram	264	188,19	4,677	5	,457
	TikTok	55	219,53			
	Facebook	2	155,50			
	YouTube	55	180,37			
	WeChat	4	184,25			
	Telegram	2	213,75			
AMAB	Instagram	264	188,24	16,200	5	,006*
	TikTok	55	232,49			
	Facebook	2	227,00			
	YouTube	55	156,84			
	WeChat	4	261,38			
	Telegram	2	272,75			
ÇOAB	Instagram	264	187,92	4,354	5	,500

*p<,05

Tablo 4. 41. (Devam) Teknoloji Bağımlılığı Ölçeği (TBÖ) İle En Sık Kullanılan Sosyal Medya Karşılaştırması

	TikTok	55	209,94			
	Facebook	2	192,75			
	YouTube	55	185,25			
	WeChat	4	270,63			
	Telegram	2	169,50			
WSAB	Instagram	264	189,78	7,138	5	,211
	TikTok	55	216,45			
	Facebook	2	139,25			
	YouTube	55	175,79			
	WeChat	4	251,50			
	Telegram	2	96,25			
TBÖ	Instagram	264	188,57	8,388	5	,136
	TikTok	55	223,35			
	Facebook	2	177,50			
	YouTube	55	169,18			
	WeChat	4	254,88			
	Telegram	2	204,00			

*p<,05

Yukarıdaki tabloda katılımcıların teknoloji bağımlılığı düzeylerinin en çok kullandıkları sosyal medya platformu değişkenleriyle karşılaştırılmasına ilişkin KW testi sonucu gösterilmektedir. Analiz neticesinde AMAB’da anlamlı farklılık bulunmuştur (p=,006). Farkın kaynağını tespit etmek için PostHoc testlerimizden LSD (Levene, 1,150; p=,334 ve p>,05) testinden yararlanılmıştır. Analiz neticesinde farklılığın Instagram= 188,24 ile TikTok= 232,49 ve TikTok= 232,49 ile YouTube= 156,84 arasından kaynaklandığı bulunmuştur. TikTok Kullanıcılarının teknoloji bağımlılığı anlık mesajlaşma alt boyutunda Instagram kullanıcılarından ve YouTube kullanıcılarından anlamlı biçimde farklılaşmakta olduğu ve bağımlılık puanlarının daha yüksek olduğu şeklinde yorumlanabilir.

Tablo 4. 42. Teknoloji Bağımlılığı Ölçeği (TBÖ) İle Teknoloji Kullanımının Aile İçi İlişkilere Etkisine Yönelik Düşüncelerinin Karşılaştırması

TBÖ ve AB	Teknoloji Kullanımının Aile İçi İlişkileri Etkisi	N	Sıra Ortalama	X ²	sd	p
SAAB	Evet, Olumlu etkiliyor	45	171,59	18,635	2	,000*
	Evet, Olumsuz Etkiliyor	131	225,14			
	Hayır, Etkisi Yok	206	174,46			
AMAB	Evet, Olumlu etkiliyor	45	197,79	13,830	2	,000*
	Evet, Olumsuz Etkiliyor	131	218,47			
	Hayır, Etkisi Yok	206	172,97			

*p<,05

Tablo 4. 43. (Devam) Teknoloji Bağımlılığı Ölçeği (TBÖ) İle Teknoloji Kullanımının Aile İçi İlişkilere Etkisine Yönelik Düşüncelerinin Karşılaştırması

TBÖ ve AB	Teknoloji Kullanımının Aile İçi İlişkileri Etkisi	N	Sıra Ortalama	X^2	sd	p
ÇOAB	Evet, Olumlu etkiliyor	45	191,17	6,854	2	,032*
	Evet, Olumsuz Etkiliyor	131	210,76			
	Hayır, Etkisi Yok	206	179,33			
WSAB	Evet, Olumlu etkiliyor	45	173,91	25,719	2	,000*
	Evet, Olumsuz Etkiliyor	131	231,02			
	Hayır, Etkisi Yok	206	170,21			
TBÖ	Evet, Olumlu etkiliyor	45	181,09	25,044	2	,000*
	Evet, Olumsuz Etkiliyor	131	230,28			
	Hayır, Etkisi Yok	206	169,11			

*p<,05

Yukarıdaki tabloda katılımcıların teknoloji kullanımının aile içi ilişkilerini nasıl etkiledikleri yönündeki düşünceleri ile teknoloji bağımlılıkları arasında anlamlı farklılık olup olmadığını tespit etmek amacıyla gerçekleştirilen KW testi sonuçları gösterilmektedir. Analiz neticesinde SAAB’de p=,000 düzeyinde anlamlı farklılık bulunmuştur. Farklılığın kaynağını tespit etmek amacıyla PostHoc testlerinden LSD (levene=,633; p=531 ve p>,05) testi uygulanmıştır. Farklılığın evet olumsuz etkiliyor=225,14 ile evet olumlu etkiliyor=171,59 ve hayır etkisi yok=174,46 arasından kaynaklandığı bulunmuştur.

AMAB’da p=,000 düzeyinde anlamlı farklılık bulunmuştur. Farklılığın kaynağını tespit etmek amacıyla PostHoc testlerinden LSD (levene=,329; p=,720 ve p>,05) testi uygulanmıştır. Farklılığın evet olumsuz etkiliyor=218,47 ile hayır etkisi yok=172,97 arasından kaynaklandığı bulunmuştur.

ÇOAB’da p=,032 düzeyinde anlamlı farklılık bulunmuştur. Farklılığın kaynağını tespit etmek amacıyla PostHoc testlerinden Tamhanes’ T2 (levene=9,737; p=000 ve p<,05) testi uygulanmıştır. Farklılığın evet olumsuz etkiliyor= 210,76 ile hayır etkisi yok=173,91 arasından kaynaklandığı bulunmuştur.

WSAB’de p=,000 düzeyinde anlamlı farklılık bulunmuştur. Farklılığın kaynağını tespit etmek amacıyla PostHoc testlerinden LSD (levene=1,650; p=,193 ve p>,05) testi uygulanmıştır. Farklılığın evet olumsuz etkiliyor=231,02 ile evet olumlu etkiliyor=173,91 ve hayır etkisi yok=170,21 arasından kaynaklandığı bulunmuştur.

Son olarak ölçeğin toplamında da $p=,000$ düzeyinde anlamlı farklılık bulunmuştur. Farklılığın kaynağını tespit etmek amacıyla PostHoc testlerinden LSD (Levene=2,096; $p=,124$ ve $p>,05$) testi uygulanmıştır. Farklılığın evet olumsuz etkiliyor=230,28 ile evet olumlu etkiliyor=181,09 ve hayır etkisi yok=169,11 arasından kaynaklandığı bulunmuştur.

Tablo 4. 44. Katılımcıların Yaşları ile TBÖ ve Alt Boyutları Arasındaki İlişki

Spearman Korelasyon		SAAB	AMAB	ÇOAB	WSAB	TBÖ
Yaş	r	-,035	-,063	-,103	-,044	-,065
	p	,497	,219	,044*	,387	,207
	N	382	382	382	382	382

* $p<,05$

Yukarıdaki tabloda yaş değişkeni ile Teknoloji Bağımlılığı ve alt boyutları arasındakı ilişkiyi tespit etmek amacıyla gerçekleştirilen Spearman Korelasyon Analizi sonucu gösterilmektedir. Analiz neticesinde Sadece Çevrimiçi Oyun Bağımlılığı alt boyutunda zayıf düzeyde ($r=-,103$, $p=,044$) negatif yönlü korelasyon bulunmuştur. Bu sonuç yaş arttıkça teknoloji bağımlılığının ÇOAB’da azaldığını ifade etmektedir.

4.7. Katılımcıların Teknoloji Bağımlılığı Ölçeği (TBÖ) ile Aile Yaşam Doyumu Ölçeği (AYDÖ) Arasındaki İlişkinin İncelenmesi

Bu başlık altında katılımcıların kategorize edilmiş teknoloji bağımlılık düzeyleri ile aile yaşam doyumu arasındaki karşılaştırmaya ve araştırmada kullanılan ölçekler arasındaki ilişkiye yer verilmiştir.

Tablo 4. 45. AYDÖ İle Kategorik Bağımlılık Düzeyleri Karşılaştırması

	TBÖ Kategorik	N	Sıra Ortalama	X^2	sd	p
AYDÖ	Bağımlı Değil	4	253,75	28,320	4	,000*
	Düşük Düzeyde Bağımlı	190	219,56			
	Orta Düzeyde Bağımlı	151	158,92			
	Oldukça Bağımlı	33	170,45			
	Tam Bağımlı	4	200,13			

* $p<,05$

Yukarıdaki tabloda katılımcıların kategorize edilmiş bağımlılık düzeyleri ile aile yaşam doyumları arasında anlamlı farklılık olup olmadığını tespit etmek amacıyla gerçekleştirilen KW testi sonuçları gösterilmektedir. Analiz neticesinde $p=,000$ düzeyinde anlamlı farklılık bulunmuştur. Farklılığın kaynağını tespit etmek amacıyla PostHoc testlerinden Tukey HSD (Levene=1,642; $p=,163$ ve $p>,05$) testi uygulanmıştır. Farklılığın “düşük düzeyde bağımlı= 219,56” ile “orta düzeyde bağımlı= 158,92” arasından kaynaklandığı bulunmuştur. Yani düşük

düzeyde bağımlı olanların aile yaşam doyumu ortalamaları orta düzeyde bağımlı düzeyde olanların aile yaşam doyumu ortalamalarından yüksektir.

Tablo 4. 46. Katılımcıların Yaşları ile TBÖ ve Alt Boyutları Arasındaki İlişki

Spearman Korelasyon		SAAB	AMAB	ÇOAB	WSAB	TBÖ	AYDÖ
SAAB	r	1,000	,664	,431	,635	,819	-,274
	p	.	,000*	,000*	,000*	,000*	,000*
	n	382	382	382	382	382	382
AMAB	r		1,000	,415	,690	,844	-,223
	p		.	,000*	,000	,000*	,000*
	n		382	382	382	382	382
ÇOAB	r			1,000	,480	,692	-,282
	p			.	,000*	,000*	,000*
	n			382	382	382	382
WSAB	r				1,000	,873	-,240
	p				.	,000*	,000*
	n				382	382	382
TBÖ	r					1,000	-,308
	p					.	,000*
	n					382	382
AYDÖ	r						1,000
	p						.
	n						382

*p<,01

Yukarıdaki tabloda teknoloji bağımlılığı ve alt boyutlarının aile yaşam doyumu ile ilişkisini test eden Spearman Korelasyon analizi bulguları gösterilmektedir. Analizde TBÖ ve alt boyutlarını oluşturan SAAB, AMAB, ÇOAB, WSAB ile AYDÖ ölçekleri teste tabi tutulmuş ve şu bulgular elde edilmiştir;

Teknoloji Bağımlılığı Ölçeği'nin Sosyal Ağ Kullanımı Alt Boyutu (SAAB) ile Aile Yaşam Doyumu Ölçeği (AYDÖ) arasındaki ilişki incelendiğinde $r=-,274$ ($p=,000$) zayıf negatif ilişki bulunmuştur. Bu durum ilgili alt boyutta bağımlılık düzeyi arttıkça aile yaşam doyumu azalmaktadır şeklinde yorumlanabilir.

Teknoloji Bağımlılığı Ölçeği'nin Anlık Mesajlaşma Alt Boyutu (AMAB) ile Aile Yaşam Doyumu Ölçeği (AYDÖ) arasındaki ilişki incelendiğinde $r=-,223$ ($p=,000$) çok zayıf negatif ilişki bulunmuştur. Bu durum ilgili alt boyutta bağımlılık düzeyi arttıkça aile yaşam doyumu azalmaktadır şeklinde yorumlanabilir.

Teknoloji Bağımlılığı Ölçeği'nin Anlık Mesajlaşma Alt Boyutu (ÇOAB) ile Aile Yaşam Doyumu Ölçeği (AYDÖ) arasındaki ilişki incelendiğinde $r=-,282$ ($p=,000$) zayıf negatif ilişki bulunmuştur. Bu durum ilgili alt boyutta bağımlılık düzeyi arttıkça aile yaşam doyumu azalmaktadır şeklinde yorumlanabilir.

Teknoloji Bağımlılığı Ölçeği'nin Anlık Mesajlaşma Alt Boyutu (WSAB) ile Aile Yaşam Doyumu Ölçeği (AYDÖ) arasındaki ilişki incelendiğinde $r=-,240$ ($p=,000$) çok zayıf negatif ilişki bulunmuştur. Bu durum ilgili alt boyutta bağımlılık düzeyi arttıkça aile yaşam doyumu azalmaktadır şeklinde yorumlanabilir.

Teknoloji Bağımlılığı Ölçeği (TBÖ) ile Aile Yaşam Doyumu Ölçeği (AYDÖ) arasındaki ilişki incelendiğinde $r=-,308$ ($p=,000$) zayıf negatif ilişki bulunmuştur. Dolayısıyla bu araştırmada üniversite öğrencilerinin teknoloji bağımlılığı düzeyleri ile aile yaşam doyumları arasında zayıf düzeyde de olsa anlamlı ilişki bulunmuştur.

5. TARTIŞMA

Bu bölümde, “Üniversite Öğrencilerinde Teknoloji Bağımlılığı ile Aile Yaşam Doyumunun Sosyal Hizmet Perspektifinden İncelenmesi” başlıklı araştırmanın bulguları, ulusal ve uluslararası literatürden yararlanılarak benzer nitelikteki çalışmalarla karşılaştırmalı biçimde tartışılmış ve değerlendirilmiştir.

Katılımcıların teknolojik araçlar ile teknoloji kullanımına yönelik alışkanlıklarına bakıldığında ankete cevap veren üniversite öğrencilerinin aileleriyle birlikte teknolojik araçları kullanma ve teknolojik araçlarla zaman geçirme sıklıkları incelendiğinde, %41,9'u (n=160) bu etkinliği nadiren gerçekleştirdiğini; %34'ü (n=130) ara sıra kullandığını; %10,5'i sık sık kullandığını; %13,6'sı (n=52) ise aileleriyle birlikte hiç teknolojik araçlarla zaman geçirmediğini belirtmiştir. Bu veriler, üniversite öğrencilerinin büyük çoğunluğunun teknoloji kullanımını bireysel düzeyde sürdürdüğünü ve aile içi etkileşimde teknolojik araçların sınırlı bir rol oynadığını göstermektedir.

Katılımcıların günlük teknoloji kullanım süreleri incelendiğinde, %57,3'ü (n=219) günde 4–7 saat; %21,5'i (n=82) 8–11 saat; %3,4'ü (n=13) ise 12 saat ve üzerinde zaman ayırdıklarını belirtmiştir. Buna karşılık, 0–3 saat aralığında teknoloji kullananların oranı %17,8 (n=68) olarak tespit edilmiştir. Bu bulgular, üniversite öğrencilerinin büyük çoğunluğunun teknolojik araçlara günde en az 4 saat ayırdığını ve dijital etkileşimin günlük yaşamın önemli bir parçası hâline geldiğini göstermektedir. Bu da beraberinde teknoloji bağımlılığını getirmektedir. Nitekim internete ayrılan süre ile teknoloji bağımlılığı arasında anlamlı farklılık bulunmuştur. Teknolojik araçların kullanımına ayrılan süre arttıkça bağımlılık da artmaktadır (Tablo 4.29). Benzer nitelikte yapılan bir çalışmada da üniversite öğrencileri üzerinde sosyal medya bağımlılığı incelenmiş ve günlük sosyal medya kullanım süresi arttıkça sosyal medya bağımlılığının da arttığı tespit edilmiştir (Ayaz ve Barış, 2024).

Katılımcılardan, teknolojik araçları en çok hangi amaçla kullandıklarına ilişkin soruya yalnızca bir seçenek işaretlemeleri istenmiştir. Bu doğrultuda, %75,9'u (n=290)—ki bu oran katılımcıların yaklaşık dörtte üçüne tekabül etmektedir—sosyal medyada gezinme yanıtını vermiştir. Geriye kalan katılımcıların %12,6'sı (n=48) oyun ve eğlence; %11,5'i (n=44) ise eğitim amacıyla teknolojik araçları kullandıklarını belirtmiştir. Bu bulgu, üniversite öğrencilerinin teknoloji kullanımında sosyal medya etkileşimini öncelikli gördüğünü ve dijital araçların büyük ölçüde bireysel sosyalleşme aracı olarak kullanıldığını göstermektedir. Benzer nitelikte üniversite öğrencileri üzerinde yapılan bir çalışmada da sosyal medyanın, öğrenciler

tarafından bağımlılık düzeyinde kullanılmakta olduğunu ve kişilerin kültür, inanç, değer, iletişim, tüketim vb. birçok alanı üzerinde etkili olduğunu; bireyin tutum ve davranışlarını yönlendiren bir araç olarak, bireysel sosyalleşme biçimlerini dönüştürdüğü sonucuna ulaşılmıştır (Baş, 2024).

Katılımcıların en çok kullandıkları sosyal medya platformlarına bakıldığında “Instagram”ın açık ara önde olduğu, TikTok ve YouTube platformlarının da ikinci sırayı paylaştığı bulgulanırken diğer platformlar daha düşük oranlarda tercih edilmiştir. Yolcu ve Çiftçi (2023) tarafından yapılan benzer nitelikteki bir araştırmada katılımcıların bizim araştırmamızda olduğu gibi büyük bir bölümünün Instagram’ı 1. sırada ve ikinci sırada da YouTube’yi tercih ettikleri bulgulanmıştır. Baş (2024) tarafından yapılan araştırmada da katılımcıların %82,80’inin Instagram platformunu ilk sırada tercih ettikleri bulgulanmıştır. Bu iki araştırmadaki sonuçlar mevcut araştırmanın bulguları ile örtüşmektedir.

Araştırmada teknoloji kullanımının aile içi ilişkilere etkisi değerlendirilmiştir. Katılımcıların yarısından fazlası herhangi bir etkisi olmadığını düşünürken, üçte biri olumsuz etki bildirmiş; küçük bir grup ise olumlu etkiler gözlemlediğini ifade etmiştir (Tablo 4.23). Söz konusu değişken ile teknoloji bağımlılığı düzeyi arasında yapılan karşılaştırmada anlamlı bir farklılık saptanmıştır. “Evet, olumsuz etkiliyor” yanıtını veren katılımcıların teknoloji bağımlılığı puanları hem alt boyutlarda hem de toplam ölçek düzeyinde daha yüksek çıkmıştır (Tablo 4.32). Bu bulgu, katılımcıların aile içi ilişkilerde yaşadıkları olumsuz deneyimlere dair ifadelerinin, bağımlılık düzeyleriyle örtüştüğünü ve bu yakınmaların istatistiksel olarak desteklendiğini göstermektedir. Sosyal hizmet perspektifinden bu durum sosyal hizmetin birey-aile-çevre etkileşimini temel alan ekolojik yaklaşımla ele alındığında dijitalleşmenin aile sistemleri üzerindeki dönüştürücü ve aile işlevselliğini zayıflatıcı etkisini göstermektedir. Dolayısıyla, sosyal hizmet uygulamaları açısından teknoloji bağımlılığı yalnızca bireysel bir sorun değil, aynı zamanda aile işlevselliğini tehdit eden sosyal bir risk faktörü olarak karşımıza çıkmakta ve çözüme yönelik müdahale programlarının multidisipliner bir ele alışıyla gerçekleştirilmesi gerekmektedir.

Araştırmada demografik değişkenler bağlamında aile yaşam doyumu ile teknoloji bağımlılığı arasında karşılaştırmalar yapılmıştır. Bunun öncesinde katılımcıların aile yaşam doyumu ve teknoloji bağımlılığı düzeylerinden bahsetmekte yarar vardır. Araştırmada katılımcıların aile yaşam doyumu puanları ortalaması $135,39 \pm 29,250$ hesaplanmıştır. Bu değer katılımcıların oldukça yüksek aile yaşam doyumu skorlarına sahip olduğunu ifade etmektedir. Pamak Alsancak (2025) tarafından yapılan benzer nitelikteki araştırmada katılımcıların aile yaşam

doyumunu puanları ortalaması $125,19 \pm 25,26$ hesaplanmıştır (s. 45). Problemleri internet kullanımı ile aile yaşam doyumu arasındaki ilişkiyi inceleyen Pehlivan'ın (2024) lise öğrencileri üzerinde yürüttüğü çalışmada, katılımcıların aile yaşam doyumu puan ortalaması $100,65 \pm 18,37$ olarak hesaplanmıştır (s. 52). Pehlivan'ın çalışmasında ortalamanın görece düşük çıkmasında, katılımcıların ergenlik döneminde bulunmalarının ve bu döneme özgü olarak aile içi çatışmaların daha yoğun yaşanmasının etkili olmuş olabileceği düşünülebilir. Üniversite öğrencilerinin artık ergen döneminin sonuna yaklaşmış genç yetişkinliğin ilk dönemine tekabül etmesiyle aileye dönük etkileşim ve iletişim giderek artabilir. Nitekim bu çalışmada yaş değişkeni ile aile yaşam doyumu arasında anlamlı ilişki bulunmuş ve yaş yükseldikçe aile yaşam doyumu da artmıştır (Tablo 4.24).

Araştırmada teknoloji bağımlılığı puan ortalamalarına hem ölçek toplamında ve alt boyutlarında hem de bağımlılığa kategorik düzeylerinde bakılmıştır. Katılımcıların ölçek toplamından aldıkları puan ortalamaları $50,99 \pm 16,31$ olarak hesaplanmıştır (Tablo 4.11). Mubarek (2025) tarafından ortaokul öğrencileri üzerine yapılan ve duygusal zekâ ile teknoloji bağımlılığı ilişkisini inceleyen benzer nitelikteki çalışmada katılımcıların teknoloji bağımlılığı ölçek puan ortalaması $53,81 \pm 19,13$ bulunmuştur (s. 74). Türkoğlu (2024) tarafından üniversite öğrencilerinde teknoloji bağımlılığı ile aleksitim ve kısa semptom envanterinin incelenmesi çalışmasında öğrencilerin teknoloji bağımlılığı puan ortalaması $48,83 \pm 15,76$ bulunmuştur. Bu üç çalışmanın da puanları birbirine yakın bulunmuş ve çalışmamızdaki sonuçları destekler niteliktedir. Bu çalışmada kategorik olarak teknoloji bağımlılığı düzeylerine bakıldığında %39,5'i orta düzeyde bağımlı; %8,6'sı oldukça bağımlı ve %1'i tam bağımlı bulunmuştur. Dolayısıyla katılımcıların toplamda %49,1'i orta ve üstü düzeyde bağımlı bulunmuştur. Karahan (2024) tarafından yapılan benzer nitelikteki bir çalışmada da lise öğrencilerinin orta düzeyde dijital teknoloji bağımlılığına sahip oldukları bulunmuştur. Bu çalışma ile mevcut çalışmamızın verileri örtüşmektedir.

Araştırmada aile yaşam doyumu ile cinsiyet arasında anlamlı fark bulunmamıştır. Kiye (2023) tarafından yapılan ve aile yaşam doyumunu bazı değişkenlere göre incelenmesi konulu çalışmasında cinsiyet değişkeni ile aile yaşam doyumu anlamlı farklılaşmamıştır (s. 406). Araştırmada aile yaşam doyumu ile demografik değişkenlerden sınıf değişkeni, aile yapısı arasında da anlamlı fark bulunmazken ekonomik düzey değişkeni ile anlamlı fark bulunmuştur. Yüksek gelire sahip olanların aile yaşam doyumları skorları da yüksektir (Tablo 4.17). Turgut (2019) tarafından yapılan benzer nitelikteki çalışmada aile iklimi ile refah düzeyi arasında anlamlı farklılık bulunmuştur. Bu iki çalışmadaki sonuçlar birbirlerini destekler niteliktedir. Aile

yaşam doyumu ile teknoloji kullanım amacı, en sık kullanılan sosyal medya platformu ve aile içi ilişkilerine etkisi arasında anlamlı farklılık bulunmamıştır. Fakat yaş değişkeni ile aile yaşam doyumu arasında çok zayıf düzeyde pozitif korelasyon bulunmuştur. Kiye (2023) tarafında yapılan çalışmada da yaş değişkeni ile aile yaşam doyumu anlamlı farklılaşmaktadır.

Literatürde aile yaşam doyumu ile ilişkin gerçekleştirilen araştırmalara bakıldığında (Cavga, 2019) aile yaşam doyumu ile psikolojik dayanıklılık arasında pozitif ilişki; sosyal medya kullanım bozukluğu arasında negatif ilişki bulunmuştur. Diğer bir çalışmada da yine sosyal medya bağımlılığı ile aile yaşam doyumu arasında zayıf düzeyde negatif korelasyon bulunmuştur (Şahin, 2021). Fakat başka bir araştırmada da sosyal medya bağımlılığı ile aile yaşam doyumu arasında anlamlı fark bulunmamıştır (Mangır, 2021). Benzer nitelikteki başka bir çalışmada da Ergenlerin internet oyun oynama bozukluğu ile aile yaşam doyumları arasında negatif yönlü ve zayıf düzeyde bir ilişki olduğu bulunmuştur (Şimşek, 2021). Aile yaşam doyumu ve dini yönelim arasındaki ilişkiyi inceleyen bir araştırmada da iki değişken arasında pozitif korelasyon bulunmuştur (Yüceloğlu, 2024). Bu araştırmada ise aile yaşam doyumu ve teknoloji bağımlılığı arasında negatif ilişki bulunmuştur. Dolayısıyla bu araştırmada elde edilen bulgular, literatürde aile yaşam doyumu ile çeşitli bireysel ve çevresel faktörler arasındaki ilişkileri inceleyen çalışmalarla birlikte değerlendirildiğinde benzer sonuçlar ortaya koyduğu söylenebilir. Önceki araştırmalarda aile yaşam doyumunun psikolojik dayanıklılık ile pozitif yönde ilişkili olduğu, buna karşılık sosyal medya kullanım bozukluğu ve internet oyun oynama bozukluğu gibi teknoloji temelli bağımlılıklarla negatif yönde ilişkiler gösterdiği görülmektedir. Bununla birlikte bazı çalışmalarda sosyal medya bağımlılığı ile aile yaşam doyumu arasında anlamlı bir ilişki bulunmadığı saptanmıştır. Bu durum, aile yaşam doyumunun yalnızca tek bir değişkenle açıklanamayacağını, bireysel özellikler, aile içi dinamikler, aile iklimi ve sosyo ekonomik ve çevresel bağlamın birlikte değerlendirilmesi gerektiğini düşündürmektedir. Ayrıca araştırmalarda aile yaşam doyumu ile dini yönelim arasında pozitif bir korelasyon bulunması da aile yaşam doyumunun manevi dinamiklerden de beslendiği ve aile yaşam doyumunu şekillendirdiğini göstermektedir.

Bu araştırmada teknoloji bağımlılığının çeşitli demografik değişkenler bağlamında incelenmesi, literatürdeki benzer çalışmalarla karşılaştırıldığında hem örtüşen hem de ayrışan bulgular ortaya koymaktadır. Araştırmamızda çevrimiçi oyun oynama boyutunda cinsiyet değişkenine göre anlamlı farklılık bulunurken, sınıf düzeyi ve aile gelir düzeyi açısından anlamlı bir farklılık saptanmamıştır. Bu bulgu, teknoloji bağımlılığının özellikle cinsiyet temelli farklılaşabileceğini, ancak sosyoekonomik göstergelerle doğrudan ilişkili

olmayabileceğini düşündürmektedir. Güçlü'nün (2015) çalışmasında demografik değişkenler açısından anlamlı fark bulunmazken öğrenim görülen bölüm değişkeninde farklılık saptanması, eğitim ortamının teknoloji kullanım alışkanlıklarını şekillendirebileceğini göstermektedir. Ardıç'ın (2023) araştırmasında teknoloji bağımlılığı ile aile içi iletişim boyutları arasında anlamlı farklılıkların bulunması, bağımlılığın yalnızca bireysel değil, ailevi düzeyde de etkiler yarattığını ortaya koymaktadır. Ekici'nin (2023) çalışmasında teknoloji bağımlılığı ile duygusal yeme davranışı ve mutluluk arasında negatif korelasyon bulunması, bağımlılığın psikososyal refahı zayıflattığını göstermektedir. Benzer şekilde Ulutaş'ın (2023) yetişkinler üzerinde yaptığı çalışmada dijital bağımlılığın iş performansı ve örgütsel adalet algısıyla negatif ilişkili bulunması, bağımlılığın toplumsal ve kurumsal düzeyde de sonuçlar doğurduğunu ortaya koymaktadır.



6. SONUÇLAR VE ÖNERİLER

Bu araştırma, aile yaşam doyumunun belirleyicilerinden birini oluşturduğu kabul edilen teknoloji bağımlılığının aile yaşam doyumunu nasıl etkilediğini konu edinmiş ve sosyal hizmet perspektifinden incelemiştir.

Araştırma, nicel araştırma modelinde tasarlanmış ve literatürdeki bilgiler odağında hipotezler (denenceler) ile sürdürülmüştür. Bu hipotezler çeşitli istatistiksel analizlerle test edilmiş ve birtakım sonuçlara ulaşılmıştır. Öncelikle araştırmada katılımcıların aile yaşam doyumunu ölçmek maksadıyla standardize edilmiş ve geçerlik güvenirlik testleri gerçekleştirilmiş olan “Aile Yaşam Doyumu (AYDÖ)” kullanılmıştır. Araştırmada katılımcıların teknoloji bağımlılığını tespit etmek maksadıyla da standardize edilmiş, geçerlik ve güvenirlik analizleri yapılmış bir ölçek olan “Teknoloji Bağımlılığı Ölçeği (TBÖ)” kullanılmıştır. Ayrıca tez danışmanı ve araştırmacı tarafından hazırlanan ve katılımcıların demografik bilgileri ile teknoloji kullanımına yönelik özelliklerini ve alışkanlıklarını ortaya koyacak; hipotezlerimize temel teşkil edecek soru formu hazırlanmıştır. Elde edilen sonuçlara bakıldığında araştırmaya n=382 üniversite öğrencisi katılmıştır, katılımcıların üçte ikisinden fazlası kadın ve yaş ortalaması 21,14±1,858’tür. Katılımcıların üçte ikisinden fazlası çekirdek aile türüne sahiptir. Katılımcıların %85’i gelir düzeyini “orta gelir” olarak tanımlamışlardır. Okul döneminde aileleriyle görüşme sıklığına bakıldığında %61’inin her gün en az bir defa aileleriyle görüştüğü saptanmıştır. Hiç görüşmediğini ifade edenlerin oranı %1,8 olarak saptanmıştır. Bu sonuç gittikçe bireyselleşen toplumumuzda Türk Ailesi için oldukça olumlu bir sonuç olarak değerlendirilebilir. Katılımcıların aileleriyle birlikte nadiren ve ara sıra teknolojik araçları kullandıkları saptanmıştır. Katılımcıların teknolojiye ayırdıkları süreye saat cinsinden bakıldığında %57,3’ünün 4 ila 7 saat arasında; %21,5’inin ise 8 ila 11 saat arasında teknolojik araçlara zaman ayırdıkları saptanmıştır. Teknolojik araçları kullanım amaçlarına yönelik elde edilen sonuçlara bakıldığında katılımcılara çoktan seçmeli üç seçenek (eğitim, sosyal medya, eğlence ve oyun) sunulmuş ve bunlardan sadece birini işaretlemeleri istenmiş. Katılımcıların üçte ikisinin kullanım amacının sosyal medya olduğu sonucuna ulaşılmıştır. En çok kullanılan sosyal medya platformunun ise Instagram (%69,1) olduğu saptanmıştır. Teknoloji kullanımının aile içi ilişkilerini nasıl etkilediğine yönelik düşüncelerinin sorulduğu anket sorusuna %53’ü “Hayır, Etkisi Yok” derken %34,3’ü olumsuz etkilediğini ve geri kalan %11,8’inin de olumlu etkilediğini düşündükleri bulunmuştur.

Katılımcıların aile yaşam doyumu ile ilişkin ulaşılan sonuçlara bakıldığında öncelikle güvenilirlik analizi yapılmış ve Cronbach Alpha Katsayısı (,980) ile çok yüksek güvenilirlik tespit edilmiştir. Bu ölçeğin katılımcılar tarafından anlaşıldığı, dikkatle anketin yanıtlandığı ve ölçülmek istenen kriterlerin doğru ölçüldüğü anlaşılmaktadır. Katılımcıların ölçekten aldıkları puan ortalaması $135,59 \pm 29,25$ ile oldukça yüksek bulunmuştur. Benzer şekilde teknoloji bağımlılığı ölçeğinin Cronbach alpha değeri (,921) ile çok yüksek güvenilirlikte bulunmuştur. Katılımcıların teknoloji bağımlılığı puan ortalaması da $50,99 \pm 16,13$ ile orta düzeyde bağımlılık tespit edilmiştir. Katılımcıların yarısından fazlasının orta ve üstü düzeyde teknoloji bağımlılığına sahip olduğu sonucuna ulaşılmıştır.

Araştırmada aile yaşam doyumu ile cinsiyet değişkeni ve sınıf değişkeni arasında anlamlı fark bulunmazken yaş değişkeni ile anlamlı fark bulunmuştur. Dolayısıyla “H-1/a: Üniversite öğrencilerinin cinsiyetleri ile aile yaşam doyumları arasında anlamlı farklılık vardır.” hipotezi ve “H-1/b: Üniversite öğrencilerinin sınıf düzeyleri ile aile yaşam doyumları arasında anlamlı farklılık vardır.” hipotezleri doğrulanmazken; “H-1/f: Üniversite öğrencilerinin yaşları ile aile yaşam doyumları arasında anlamlı ilişki vardır.” hipotezi doğrulanmıştır.

Çalışmada aile yaşam doyumu ile aile yapısı arasında anlamlı fark bulunmazken; aile gelir düzeyi, aile ile görüşme sıklığı ve aile ile teknoloji kullanımı değişkenleri arasında anlamlı farklılık bulunmuştur. Dolayısıyla “H-1/c: Üniversite öğrencilerinin aile yapısı ile aile yaşam doyumları arasında anlamlı farklılık vardır.” hipotezi doğrulanmazken; “H-1/d: Üniversite öğrencilerinin aile gelir düzeyi ile aile yaşam doyumları arasında anlamlı farklılık vardır.” hipotezi, “H-1/e: Üniversite öğrencilerinin aile görüşme sıklığı ile aile yaşam doyumları arasında anlamlı farklılık vardır.” ve “H-2/a: Üniversite öğrencilerinin aileleri ile birlikte teknoloji kullanımı sıklığı ile aile yaşam doyumları arasında anlamlı farklılık vardır.” hipotezi doğrulanmıştır.

Araştırma bulgularına göre aile yaşam doyumu ile teknoloji kullanımına ayrılan süre değişkeni arasında anlamlı farklılık bulunmuştur. Dolayısıyla “H-2/b: Üniversite öğrencilerinin teknolojik araçlara ayırdıkları süre ile aile yaşam doyumları arasında anlamlı farklılık vardır.” hipotezi doğrulanmıştır. Aile yaşam doyumu ile teknoloji kullanım amacı, en sık kullanılan sosyal medya platformu ve teknoloji kullanımının aile içi ilişkilerini etkileme düşüncesi değişkenleri arasında anlamlı farklılık bulunmamıştır. Dolayısıyla “H-2/c: Üniversite öğrencilerinin teknoloji kullanım amacı ile aile yaşam doyumları arasında anlamlı farklılık vardır.” hipotezi, “H-2/d: Üniversite öğrencilerinin en sık kullandıkları sosyal medya aracı ile aile yaşam doyumları arasında anlamlı farklılık vardır.” hipotezi ve “H-2/e: Üniversite

öğrencilerinin teknoloji kullanımlarının aile içi ilişkilerine etkisi görüşleri ile aile yaşam doyumları arasında anlamlı farklılık vardır.” hipotezi doğrulanmamıştır.

Araştırmamızda teknoloji bağımlılığı ile cinsiyet yaş ve sınıf düzeyleri arasında anlamlı farklılık bulunmamıştır. Yalnızca yaş değişkeni ve cinsiyet değişkeni ile teknoloji bağımlılığının ÇOAB alt boyutunda anlamlı fark tespit edilmiştir. Dolayısıyla “H-3/a: Üniversite öğrencilerinin cinsiyetleri ile teknoloji bağımlılık düzeyleri arasında anlamlı farklılık vardır.” hipotezi ile “H-3/f: Üniversite öğrencilerinin yaşları ile teknoloji bağımlılık düzeyleri arasında anlamlı ilişki vardır.” hipotezi kısmen doğrulanırken; “H-3/b: Üniversite öğrencilerinin sınıf düzeyleri ile teknoloji bağımlılık düzeyleri arasında anlamlı farklılık vardır.” hipotezi doğrulanmamıştır.

Araştırmada teknoloji bağımlılığı ile aile yapısı, aile gelir düzeyi, aile ile teknoloji kullanımı arasında ölçek toplamında anlamlı farklılık bulunmamıştır. Dolayısıyla “H-3/c: Üniversite öğrencilerinin aile yapısı ile teknoloji bağımlılık düzeyleri arasında anlamlı farklılık vardır.” hipotezi kısmen doğrulanmış; “H-3/d: Üniversite öğrencilerinin aile gelir düzeyi ile teknoloji bağımlılık düzeyleri arasında anlamlı farklılık vardır.” hipotezi doğrulanmamıştır. Aile yapısı değişkeninde teknoloji bağımlılığının AMAB alt boyutunda anlamlı fark bulunmuştur. Fakat aile ile görüşme sıklığı ile teknoloji bağımlılığı ölçeğinin AMAB alt boyutunda anlamlı fark bulunmamış, diğer alt boyutlarda ve ölçek toplamında anlamlı fark bulunmuştur. Dolayısıyla H-3/e: Üniversite öğrencilerinin aile görüşme sıklığı ile teknoloji bağımlılık düzeyleri arasında anlamlı farklılık vardır.” hipotezi doğrulanmıştır. Yine benzer şekilde aile ile birlikte teknoloji kullanımı değişkeni ile teknoloji bağımlılığının AMAB alt boyutunda anlamlı farklılık bulunmuştur. Dolayısıyla “H-4/a: Üniversite öğrencilerinin aileleri ile birlikte teknoloji kullanımı sıklığı ile teknoloji bağımlılık düzeyleri arasında anlamlı farklılık vardır.” hipotezi kısmen doğrulanmıştır.

Çalışmada teknoloji bağımlılığı ile teknolojik araçlara ayrılan süre, teknoloji kullanım amacı ve aile içi ilişkilerine dönük düşünceleri arasında anlamlı fark bulunmuştur. Dolayısıyla “H-4/b: Üniversite öğrencilerinin teknolojik araçlara ayırdıkları süre ile teknoloji bağımlılık düzeyleri arasında anlamlı farklılık vardır.” hipotezi, “H-4/c: Üniversite öğrencilerinin teknoloji kullanım amacı ile teknoloji bağımlılık düzeyleri arasında anlamlı farklılık vardır.” hipotezi ve “H-4/e: Üniversite öğrencilerinin teknoloji kullanımlarının aile içi ilişkilerine etkisi görüşleri ile teknoloji bağımlılık düzeyleri arasında anlamlı farklılık vardır.” hipotezi doğrulanmıştır.

En sık kullanılan sosyal medya platformu değişkeni ile teknoloji bağımlılığı toplam ölçeğinde anlamlı fark bulunmazken AMAB alt boyutunda anlamlı fark bulunmuştur. Dolayısıyla “H-4/d: Üniversite öğrencilerinin en sık kullandıkları sosyal medya aracı ile teknoloji bağımlılık düzeyleri arasında anlamlı farklılık vardır.” hipotezi kısmen doğrulanmıştır. Benzer şekilde teknoloji kullanım amacı ile teknoloji bağımlılığının SAAB ve AMAB alt boyutunda anlamlı anlamlı farklılık bulunmamıştır. Teknoloji bağımlılığı ile teknoloji kullanımının aile içi ilişkilerini etkileme düşüncesi değişkenleri arasında anlamlı farklılık bulunmuştur.

Son olarak teknoloji bağımlılığı ile aile yaşam doyumu arasında anlamlı ilişki bulunmuştur. Bu ilişki negatif yöndedir. Dolayısıyla “H-5: Üniversite öğrencilerinin teknoloji bağımlılık düzeyleri ile aile yaşam doyumları arasında anlamlı ilişki vardır.” hipotezi doğrulanmıştır. Sonuç olarak teknoloji bağımlılığı aile yaşam doyumunu negatif yönde etkilemektedir. Diğer bir ifadeyle BAİBÜ üniversite öğrencileri örnekleminde teknoloji bağımlılığı attıkça aile yaşam doyumu düzeyi azalmaktadır.

Bu araştırma elde edilen bulgular neticesinde şunlar önerilmektedir:

- Teknoloji hayatın vazgeçilmez bir unsuru olmuştur. Teknolojik araçların bağımlılığa dönüşmeden önce sosyal hizmetin koruyucu önleyici fonksiyonlarını harekete geçirerek bilinçli teknoloji kullanımı atölyelerinin oluşturulması önerilmektedir.
- İlkokul düzeyinden başlamak üzere üniversite ve hatta çalışma hayatında hizmetiçi eğitimlerde teknoloji bağımlılığına dikkat çekilmeli ve bu yönde eğitimler düzenlenmelidir.
- Ailede teknoloji kullanımına ilişkin kuralların netleştirilmesi ve “ortak ekransız zaman” rutinlerinin oluşturulması önerilmektedir.
- Okul-aile işbirliği ilköğretim aşamasından başlayarak eğitim kademelerinin tümünde etkin kılınmalı, öğrencilerin ve ailelerin dijital okuryazarlık yetkinlikleri geliştirilmelidir. Bu bağlamda okullarda ergen destek grupları, aile destek grupları oluşturularak sosyal hizmetin mezzo düzeyde müdahalelerine yer verilmelidir.
- Üniversite öğrencilerinin psiko-sosyal risklerden korumak adına ilköğretim kademesinden başlamak üzere üniversite kademesini de içine alan okul sosyal hizmet uygulamaları acilen yürürlüğe konulmalı.

- Makro düzeyde teknoloji bağımlılığı ile mücadele programlarının ailelerle sosyal hizmet uygulamaları ile bütünleştirilmesi ve aile danışmanlığı hizmetlerinin yaygınlaştırılması önerilmektedir.
- Çevrimiçi oyun bağımlılığında cinsiyetin belirleyici olması, özellikle erkek ergen ve genç yetişkinlerin risk grubunda olabileceğini bulguladık. Dolayısıyla Sosyal hizmet uzmanları, ailelerle sosyal hizmet bağlamında bu farklılığı dikkate alarak ebeveynlere yönelik farkındalık çalışmalarını toplum katılımını sağlayarak artırabilir.
- Yeşilay YEDAM ile Aile ve Sosyal Hizmetler Bakanlığı, Milli Eğitim Bakanlığı, Sağlık Bakanlığı, Ulaştırma, Haberleşme ve Alt Yapı Bakanlığı ile üniversitelerin sosyal hizmet, sosyoloji, psikoloji ve psikiyatri bilim dalları multidisipliner ekip çalışmalarının niteliğini ve niceliğini artırarak teknoloji bağımlılığına yönelik koruyucu-önleyici, değiştirici-geliştirici ve iyileştirici rehabilite edici fonksiyonları bütüncül biçimde takip edilmelidir.

KAYNAKLAR

- Abay, A. R. (2025). Eğitim yoluyla dönüşen aile ve toplum, *Yeni Türkiye Dergisi*, 142, 125-135.
- Akgül A. & Çevik, O. (2003). *İstatistiksel analiz teknikleri*, Emet Ofset.
- Akgül, C. S. (2020). *Yeniden yapılanan ailelerde ebeveyn ile çocuk arasındaki ilişkiye yönelik aile danışmanlığı bağlamında yeni bir model önerisi* [Yayımlanmamış doktora tezi]. Yalova Üniversitesi.
- Akın, M. H. (2019). Sosyal etkileşim ve sosyal benlik kaynağı olarak aile. *Medeniyet ve Toplum Dergisi*, 3(1), 1-14.
- Akkaş, İ. (2019). *Teknoloji bağımlılığı*. Eğitim Yayınevi.
- Aksan, G. (2025). Ebeveyn ve genç ilişkisinde aile tutumları ve aile değerleri üzerine karşılaştırmalı bir çalışma, *HABITUS Toplumbilim Dergisi*, (6), 95-124.
- Aktaş, G. (2014). Aile ve evlilik süreci. N. Güngör Ergan ve B. Şahin Kütük (Ed), *Aile sosyolojisi içinde* (ss. 25-53). Atatürk Üniversitesi Açık ve Uzaktan Öğretim Fakültesi Yayınları.
- Aktaş, H, & Yılmaz, N. (2016). Üniversite gençlerinin yalnızlık ve utangaçlık unsurları açısından akıllı telefon bağımlılığı. *International Journal of Social Sciences and Education Research*, 3, 85-100.
- Akün, E. (2013). Yapısal aile sistemleri kuramı bağlamında ergenlik döneminde aile yapısı ve ergenlik dönemi sorunları. *Ankara Üniversitesi Dil ve Tarih-Coğrafya Fakültesi Dergisi*, 53(1), 85-116.
- Akyol, S. U. (2013). *Boşanmış ve boşanmamış aileye sahip ergenlerin yalnızlık, yaşam doyumu, sosyal destek ve bazı değişkenler açısından incelenmesi* [Yayımlanmamış Yüksek Lisans Tezi]. Pamukkale Üniversitesi.
- Akyürek, M. İ. (2020). Lise öğrencilerinde akıllı telefon kullanımı ve bağımlılığı. *Turkish Journal of Educational Studies*, 7(2), 42-63.
- Al-Barashdi, H. S., Bouazza, A., Jabur, N. H. (2015). Smartphone addiction among university undergraduates: A literature review. *Journal of Scientific Research & Reports*, 4(3), 210-225.
- Algan, T. (2023). *Çözüm Odaklı Aile Danışmanlığı'na dayalı ailelerle sosyal hizmet uygulamasının evli bireylerin psikolojik iyi oluş düzeyi ve aile yaşam doyumuna etkisi* [Yayımlanmamış Doktora Tezi]. Ankara Üniversitesi.
- Alyanak, P. D. B. (2016). İnternet Bağımlılığı. *Klinik Tıp Pediatri Dergisi*, 8(5), 20-24.
- Ardıç, T. (2023). Teknoloji bağımlılığı ve aile içi iletişim ilişkisi üzerine teorik ve uygulamalı bir çalışma [Yayımlanmamış yüksek lisans tezi]. Kırıkkale Üniversitesi.

- Arslan, A. (2019). Ortaöğretim öğrencilerinin dijital bağımlılık düzeylerinin çeşitli değişkenler açısından incelenmesi: Sivas ili örneği. *Gazi Journal of Education Sciences (GJES)*, 5(2), 63–80.
- Arslan, A. (2023). Characteristics, types and functions of family concept. *African Educational Research Journal*, 11(1), 45-48.
- Atabay, M., Şimşek, M., Güllüoğlu, K. ve Erdoğan, F. (2023). Ortaokul öğrencilerinin dijital oyun oynama alışkanlıklarının oyun bağımlılıkları ve çeşitli demografikler açısından karşılaştırılması. *International Journal of Computers in Education*, 6(1), 30–46.
- Ayakdaş Dağlı, D. & Yüyen M.N. (2023). Davranışsal bağımlılıklar ve hemşirelik yaklaşımı. *Bağımlılık Dergisi*, 24(1), 104-112.
- Ayaz, A., & Barış, A. B. (2024). Sosyal medya bağımlılığı: Üniversite öğrencileri üzerine bir inceleme. *Uluslararası Anadolu Sosyal Bilimler Dergisi*, 8(4), 1006-1025.
- Aydın, F. (2017). Teknoloji bağımlılığının sınıf ortamında yarattığı sorunlara ilişkin öğrenci görüşleri (Yüksek Lisans Tezi). Ankara Üniversitesi Eğitim Bilimleri Enstitüsü, Ankara.
- Ayhan, B., & Köselören, M. (2019). İnternet, online oyun ve bağımlılık. *Online Journal of Technology Addiction and Cyberbullying*, 6(1), 1-30.
- Babacan, M. E. (2016). Toplumsal Derinlik, Sosyal Medya ve Gençlik. *İnsan Ve Toplum*, 6(1), 23-46.
- Bahar, A. (2018). Uyuşturucu madde kullanımının nedenleri ve bağımlılık oluşum sürecinde iletişimsel yaklaşımların rolü ve önemi: Polis kayıtları üzerinden olgusal bir inceleme. *Connectist: Istanbul University Journal of Communication Sciences* (55), 1-36.
- Balcı, Ş., ve Gölcü, A. (2016). Türkiye’de Üniversite Öğrencileri Arasında Facebook Bağımlılığı: “Selçuk Üniversitesi Örneği”. *Selçuk Üniversitesi Türkiyat Araştırmaları Dergisi*(34), 255-278.
- Barraca, J., Yarto, L. L., & Olea, J. (2000). Psychometric properties of a new family life satisfaction scale. *European Journal of Psychological Assessment*, 16(2), 98-106.
- Baş, F. (2024). Üniversite öğrencilerinin sosyal medya kullanım pratikleri ve sosyal medyanın etkilerine yönelik görüşleri: ASÜ örneğinde bir araştırma. *Gümüşhane Üniversitesi İlahiyat Fakültesi Dergisi*, 13(26), 659-698.
- Bau, N., & Fernández, R. (2021). *Culture and the family* (NBER Working Paper No. 28918). National Bureau of Economic Research.
- Baydar, G. (2014). Aile ile çalışma ve ön değerlendirme. M. Z. Danış (Ed), *Ailelerle sosyal hizmet içinde* (ss. 62-81). Atatürk Üniversitesi Açık ve Uzaktan Öğretim Fakültesi Yayınları.
- Baydemir, M. B. (2021). Bilimsel Araştırmalarda İstatistiğin ve Doğru Yöntem Seçimlerinin Önemi. *Bitlis Eren Üniversitesi Sosyal Bilimler Dergisi*, 10(1), 29-34. <https://doi.org/10.47130/bitlissos.919607>

- Bertalanffy, L. Von. (1968). *General systems theory: Foundation, development, applications*. Brazillier.
- Bowen, M. (1978). *Family therapy in clinical practice*. Jason Aronson.
- Bölükbaş, K. (2005). *İnternet kafeler, internet ve toplum*. Anı Yayıncılık.
- Brown, J. (1999). Bowen family systems theory and practise: Illustration and critique. A.N.Z.J. Family Therapy, 20(2), 94-103. doi: 10.1002/j.1467-8438.1999.tb00363.x
- Brown, N., McIlwraith, T. & Tubelle de González, L. (2020). Perspectives: An open introduction to cultural anthropology (2nd. Edition). American Anthropological Association
- Bulut M ve Gül Bilen D. (2021) Teknoloji bağımlılığı: Tarihçesi ve nedenleri. Özçetin A, editör. Teknoloji Bağımlılığı. 1. Baskı. Ankara: Türkiye Klinikleri.
- Bulut, I. (1993). *Ruh Hastalığının Aile İşlevlerine Etkisi*. Ankara: T.C. Başbakanlık Kadın ve Sosyal Hizmetler Müsteşarlığı Yayınları.
- Canatan, K ve Yıldırım, E. (2013). *Aile Sosyolojisi*. Açılım Kitap.
- Carver, M. D., & Jones, W. H. (1992). The family satisfaction scale. *Social Behavior and Personality*, 20(2), 71-84.
- Cavga, Z. (2019). Lise öğrencilerinde aile yaşam doyumu ile psikolojik dayanıklılık ve sosyal medya kullanım bozukluğu arasındaki ilişkinin incelenmesi. (Yayımlanmamış yüksek lisans tezi). İstanbul Sabahattin Zaim Üniversitesi, İstanbul.
- Ceyhan, A. A. (2011). Ergenlerin problemli internet kullanım düzeylerinin yordayıcıları. *Çocuk ve Gençlik Ruh Sağlığı Dergisi*, 18, 85-93.
- Collins, D., Jordan, C., & Coleman, H. (2013). *An introduction to family social work* (4th. Edition). Cengage Learning.
- Copello, A. G., Velleman, R. D. B. ve Templeton, L. J. (2005). Family interventions in the treatment of alcohol and drug problems. *Drug and Alcohol Review*, 24(4), 369–385.
- Creswell, J.W. (2017). *Araştırma deseni: Nitel, nicel ve karma yöntem yaklaşımları* (3. Baskı) (S. B. Demir, Çev. Ed.). Eğiten Kitap.
- Cücü Alevsaçanlar, S. (2020). İnternet bağımlılığına etki eden faktörlerin gözden geçirilmesi. *Current Addiction Research*, 4(2), 54-62.
- Çağan, K. (2018). Ailenin işlevleri. K. Canatan Aile Sosyolojisi (7. Baskı), Ed: K. Canatan & E. Yıldırım (Ed.), *Aile sosyolojisi içinde* (s. 83-93). Açılım Kitap.
- Çalışkan, M., Toker, M. & Özbay, Y. (2017). Aile yaşam doyumu ölçeğinin geçerlik ve güvenirlik çalışması. *Uluslararası Erken Çocukluk Eğitimi Çalışmaları Dergisi*, 2(1), 1-9.

- Çalışkan, M., Toker, M. ve Özbay, Y. (2017). Aile Yaşam Doyumu Ölçeğinin geçerlik ve güvenirlik çalışması. *Uluslararası Erken Çocukluk Eğitimi Çalışmaları Dergisi*, 2, 1-9.
- Çamur Duyan, G. (2003). Aile yaşam döngüsü ve gelişimsel farklılıklar. *Toplum ve Sosyal Hizmet*, 14(2), 33-41.
- Çiftçi, H. (2018). Üniversite öğrencilerinde sosyal medya bağımlılığı. *MANAS Sosyal Araştırmalar Dergisi*, 7(4), 417-434.
- Çömlekçi, M. F. ve Başol, O. (2019). Gençlerin sosyal medya kullanım amaçları ile sosyal medya bağımlılığı ilişkisinin incelenmesi. *Celal Bayar Üniversitesi Sosyal Bilimler Dergisi*, 17(4), 173-188.
- Demetrovics, Z., & Griffiths, M. D. (2012). Behavioral addictions: Past, present and future. *Journal of Behavioral Addictions*, 1(1), 1-2.
- Demir Özcan, N. (2014). Aile Kuramları. N. Güngör Ergen ve B. Şahin Kütük (Ed), *Aile sosyolojisi içinde* (ss. 70-91). Atatürk Üniversitesi Açık ve Uzaktan Öğretim Fakültesi Yayınları.
- Dijital Oyunlar Raporu (2019). <https://www.guvenliweb.org.tr/dosya/2qtoV.pdf> Erişim Tarihi (10 Ağustos 2025).
- Dinç, M. (2015). Teknoloji bağımlılığı ve gençlik. *Gençlik Araştırmaları Dergisi*, 3(3), 31-65.
- Durğun, A. (2016). Aile içi problemler ve çözüm önerileri. *Mehir Aile Dergisi*, (3), 83-95.
- Durğun, A., & Durğun, K. N. (2020). Yaşlı bireylerin yaşam doyumları ve dini tutumları üzerine bir araştırma. *APJEC - Academic Platform Journal of Education and Change*, 3(2), 208-231.
- Ekici, D. (2023). *Duygusal yeme davranışının teknoloji bağımlılığı ve mutlulukla ilişkisi* [Yayımlanmamış yüksek lisans tezi]. Kırşehir Ahi Evran Üniversitesi.
- Engin, M. (2021). Türkiye’de iç göçün aile kurumu üzerindeki etkileri. *Süleyman Demirel Üniversitesi Sosyal Bilimler Enstitüsü Dergisi*, (41), 230-243.
- Epik, M. T., Çiçek, Ö. ve Altay, S. (2017). Bir sosyal politika aracı olarak tarihsel süreçte ailenin değişen/değişmeyen rolleri. *Sosyal Politika Çalışmaları Dergisi*, 17(38), 35-58.
- Erickson, M.J. (1998). Evlilik ve aile terapisinde aile yaşam döngüsü teorisi ve paradigmasının yeniden gözden geçirilmesi. *Amerikan Aile Terapisi Dergisi*, 26 (4), 341-355.
- Erzincanlı, Y., & Taş, H. G. (2023). Teknoloji bağımlılığı- bilinçli farkındalık ilişkisi üzerine bibliyometrik bir analiz. *İnsan Hakları Eğitim ve Kültür Araştırmaları Dergisi*, 1(2), 69-82.
- Fellmann, L. (2023). Effects of family interventions on interpersonal conflicts: A network perspective. *Journal of Social Work*, 23(1), 1-19.
- Fidan, H. (2016). Mobil bağımlılık ölçeği'nin geliştirilmesi ve geçerliliği: bileşenler modeli yaklaşımı. *Addicta: The Turkish Journal on Addictions*, 3, 433-469.

- Frasca, G. (2001). Rethinking agency and immersion: Video games as a means of consciousness-raising. *Digital Creativity*, 12(3), 167–174.
- Genç, Y., Durğun, A., Kara, H. Z., & Çakır, R. (2018). İnternet kullanımının üniversite öğrencilerinin yalnızlık algılarına etkileri. *Akademik İncelemeler Dergisi*, 13(2), 301-336.
- Gerson, R. (1995). The family life cycle: Phases, stages, and crises. In R. H. Mikesell, D.-D. Lusteran, & S. H. McDaniel (Eds.), *Integrating family therapy: Handbook of family psychology and systems theory* (pp. 91–111). Washington, DC: American Psychological Association. doi:10.1037/10172-005
- Giddens, A. (2012). *Sosyoloji*. İstanbul: Kırmızı Yay.
- Gladding, S. T. (2011). *Aile terapisi tarihi, kuram ve uygulamaları* (İ. Keklik & İ. Yıldırım, Çev. Ed.). Türk Psikolojik Danışma ve Rehberlik Derneği.
- Glick, P. C. & Parke, R. Jr. (1965). New approaches in studying the life cycle of the family. *Demography*, 2(1), 187-202.
- Griffiths, M. D. (1999). Internet addiction: Fact or fiction?. *The Psychologist*, 12(5), 246-250.
- Güçlü, G. (2015). Yaşam boyu öğrenme argümanı olarak teknoloji bağımlılığı ve yaşama yansımaları [Yayımlanmamış yüksek lisans tezi]. Cumhuriyet Üniversitesi.
- Güdücü, B. (2006). *Bir Kamusal Alan Olarak İnternet Kullanımı* [Yayımlanmamış Yüksek Lisans Tezi]. Marmara Üniversitesi.
- Güleç, G., Köşger, F. Ve Eşsizoglu, A. (2015). DSM 5'te Alkol Ve Madde Kullanım Bozuklukları. *Psikiyatride Güncel Yaklaşımlar*, 7(4), 448-460.
- Hallaç, S., & Öz, F. (2014). Aile kavramına kuramsal bir bakış. *Psikiyatride Güncel Yaklaşımlar*, 6(2), 142–153.
- Hatipler, M. (2023). Modernizmden postmodernizme aile, *Sosyal, Beşeri ve İdari Bilimler Dergisi*, 6(4): 574-590.
- Haybron, D.M. (2001). Happiness and the importance of life satisfaction, <https://citeseerx.ist.psu.edu/document?repid=rep1&type=pdf&doi=867402452c582f34525b461749cc314a4800e787> Erişim Tarihi (10 Ağustos 2025).
- Hill, J., Fonagy, P., Ellen, S. ve Sargent, J. (2003). The ecology of attachment in the family. *Family Process*, 42(2), 205-221.
- Hill, R. (1958). Generic features of families under stress. *Social Casework*, 39, 139–150.
- ICD (2019). Dependence syndrome. <https://icd.who.int/browse10/2019/en#/F12.2> (Erişim: 24.07.2025).
- IFSW. (2025). Global definition of social work. Retrieved from <https://www.ifsw.org/what-is-social-work/global-definition-of-social-work/> (Erişim: 24.06.2025).

- Işıkoğlu Erdoğan, N. (2019). Dijital oyun popüler mi? Ebeveynlerin çocukları için oyun tercihlerinin incelenmesi. *Pamukkale Üniversitesi Eğitim Fakültesi Dergisi*, 46(46), 1-17.
- İnal, K. (2024). *Ortaokul çağındaki çocuklarda teknoloji bağımlılığı, yalnızlık ve sosyal desteğin okul sosyal hizmeti bağlamında incelenmesi* [Yayımlanmamış Yüksek Lisans Tezi]. Burdur Mehmet Akif Ersoy Üniversitesi.
- Kaptanoğlu Yıldırım, A. (2013). *Sağlık alanında hipotezden teze: Veri toplama ve çözümleme serüveni*. Beşir Kitabevi.
- Karagöz, Y. (2019). *SPSS-AMOS-META uygulamalı istatistiksel analizler* (Güncellenmiş 2. Basım). Nobel Akademik Yayıncılık.
- Karahan, E. (2024). *Sağlık hizmetleri alanında öğrenim gören lise öğrencilerinde dijital teknoloji bağımlılığı ile uyku kalitesi arasındaki ilişki* [Yayımlanmamış yüksek lisans tezi]. Atatürk Üniversitesi.
- Karasar, N. (2024). Bilimsel araştırma yöntemi: Kavramlar ilkeler ve teknikler. (39. Baskı). Ankara: Nobel Akademik Yayıncılık.
- Kaya Kılıç, A., & Tekin, H. H. (2021). Sosyal hizmet uzmanlarının mesleki uygulama düzeylerinin belirlenmesi. *Turkish Journal of Social Work*, 5(2), 196-208.
- Kayri, M. (2009). Araştırmalarda gruplar arası farkın belirlenmesine yönelik çoklu karşılaştırma (Post-Hoc) teknikleri. *Fırat Üniversitesi Sosyal Bilimler Dergisi*, 19(1), 51-64.
- Kiye, S. (2023). Aile yaşam doyumunun bazı değişkenlere göre incelenmesi. *Bayburt Eğitim Fakültesi Dergisi*, 18(38), 406-421.
- Kumcağız, H., Terzi, Ö., Koç, B., Terzi, M. (2020). Üniversite öğrencilerinde akıllı telefon bağımlılığı. *İnsan ve Toplum Bilimleri Araştırmaları Dergisi*, 9(1), 13-39.
- Lee, Z. W, Cheung, C. M., & Chan, T. K. (2015). Massively Multiplayer Online Game Addiction: Instrument Development and Validation. *Information & Management*, 52(4), 413-430.
- Mangır, M. (2021). Lise öğrencilerinin sosyal medya bağımlılığı ve aile yaşam doyumu arasındaki ilişkinin incelenmesi. (Yayımlanmamış yüksek lisans tezi). Selçuk Üniversitesi, Konya.
- Mertoğlu, M. (2020). Ortaokul ve lise öğrencilerinin internet bağımlılığı düzeyleri ile akademik başarıları ve bazı değişkenlerle ilişkilerinin incelenmesi-İzmir Bayraklı örneği. *Bolu Abant İzzet Baysal Üniversitesi Eğitim Fakültesi Dergisi*, 20(2), 932-944.
- Morrison, J. (2019). *DSM-5'i Kolaylaştıran "Klinisyenler İçin Tanı Rehberi"*. (M. Şahin, Ed.) (2. bs.). Nobel Akademik Yayıncılık.
- Mubarek, E. (2025). *Ortaokul öğrencilerinde duygusal zeka ve teknoloji bağımlılığı ilişkisi: Bazı demografik özellikler ve üstün yeteneklilik açısından incelenmesi* [Yayımlanmamış yüksek lisans tezi]. Hatay Mustafa Kemal Üniversitesi.

- Nakip, M. (2006). *Pazarlama araştırmaları teknikler ve (SPSS destekli) uygulamalar* (2.baskı). Seçkin Yayıncılık.
- Nalbantoğlu İ, Tuncay T. (2023). Madde bağımlılarının ve ailelerinin bağımlılıkla mücadele deneyimlerinin incelenmesi. *Bağımlılık Dergisi*, 24(2), 207-226.
- Nazlı, S. (2014). *Aile danışmanlığı* (17. baskı). Anı Yayıncılık.
- Neugarten, B. L., Havighurst, R. J., & Tobin, S. S. (1961). The measurement of life satisfaction. *Journal of Gerontology*, 16(2), 134-143.
- Nichols, M. P. (2013). *Aile terapisi: Kavramlar ve yöntemler* (O. Gündüz, Çev.; 1. baskı). Kaknüs Yayınları.
- Nystul, M. S., (2010). *Introduction to counseling an art and science perspective* (4 th Edition). Pearson.
- Özabacı, N. ve Erkan, Z. (2014). *Aile danışmanlığı. Kuram ve uygulamalara genel bir bakış*. Pegem.
- Özdemir, Ş., Torlak, Ö. ve Vatandaş, C. (2016). *Aile Yaşam Döngüsü ve Tüketim*. SEKAM Yayınları.
- Özdemir, Ş., Vatandaş, C., & Torlak, Ö. (2009). Sosyal problemleri çözmede aile yaşam döngüsünün (ayd) önemi. *Sosyal Politika Çalışmaları Dergisi*, 16(16), 7-18.
- Pamak Alsancak, H. (2025). *Affedicilik ve manevi başa çıkmanın aile yaşam doyumuna etkisinin incelenmesi* [Yayımlanmamış yüksek lisans tezi]. İstanbul Ticaret Üniversitesi.
- Pan, Y. C., Chiu, Y. C., ve Lin, Y. H. (2020). Systematic review and meta-analysis of epidemiology of internet addiction. *Neuroscience & Biobehavioral Reviews*, 118, 612-622.
- Pehlivan, A. (2024). *Lise öğrencilerinde problemli internet kullanımının aile yaşam doyumu ve öz düzenleyici özelliklere etkisi* [Yayımlanmamış doktora tezi]. İstanbul Sabahattin Zaim Üniversitesi.
- Petry, N., M. (2016). Introduction to behavioral addictions. In: N. M Petry(ed) *Behavioral addictions*. Oxford University Press.
- Rho, J. J. (1989). *Multiple factors contributing to marital satisfaction in Korean-American marriages and correlations with three dimensions of family life satisfaction: Marital, parental and self satisfactions* [Unpublished Doctoral Thesis]. Kansas State University.
- Schaefer, R. T. (2013). *Sosloloji*. S. Coşar (Çev. Edt.). Palme Yayıncılık.
- Serpe, R. T., & Stryker, S. (2011). The symbolic interactionist perspective and identity theory. In S. J. Schwartz, K. Luyckx, & V. L. Vignoles (Eds.), *Handbook of identity theory and research* (pp. 225–248). Springer.
- Sharma, M. K., & Palanichamy, T. S. (2018). Psychosocial interventions for technological addictions. *Indian Journal of Psychiatry*, 60(4), 541–545.

- Sharma, M. K., Rao, G. N., Benegal, V., Thennarasu, K., & Thomas, D. (2017). Technology addiction survey: An emerging concern for raising awareness and promotion of healthy use of technology. *Indian journal of psychological medicine*, 39(4), 495-499.
- Shields, M. K., & Behrman, R.E. (2000). Children and computer technology: Analysis and recommendations. *The future of children*, 10(2) 4-30.
- Shin, D. C. & Johnson, D. M. (1978). Avowed happiness as an overall assessment of the quality of life. *Social Indicators Research*, 5, 475-492.
- Şahin, S. (2021). Üniversite öğrencilerinde sosyal medya bağımlılığı, aile yaşam doyumu ve dini yönelim arasındaki ilişkinin incelenmesi. (Yayımlanmamış yüksek lisans tezi). Ondokuz Mayıs Üniversitesi, Samsun.
- Şimşek, İ. H. (2021). Ergenlerde aile yaşam doyumu, oyun bağımlılığı ve akademik kendini engelleme arasındaki ilişkinin incelenmesi. (Yayımlanmamış yüksek lisans tezi). İstanbul Sabahattin Zaim Üniversitesi, İstanbul.
- Tarhan, N. & Nurmedov, S. (2014). *Bağımlılık sanal veya gerçek* (5. Baskı). Timaş Yayınları.
- Taylan, H. H., Kara, H. Z., & Durğun, A. (2017). Ortaokul ve lise öğrencilerinin bilgisayar oyunu oynama alışkanlıkları ve oyun tercihleri üzerine bir araştırma. *PESA Uluslararası Sosyal Araştırmalar Dergisi*, 3(1), 78-87.
- Teater, B. (2015). *Sosyal hizmet kuram ve yöntemleri: Uygulama için bir giriş* (A. Karatay, Ed. & Çev.). Nika Yayınevi.
- Teixeira, R. (2016). Extended Families. *The Wiley Blackwell Encyclopedia of Gender and Sexuality Studies*, 1-2.
- Tel, M., ve Köksalan, B. (2009). Günümüzde yeni bir boş zaman aktivitesi olarak internet: öğretim üyeleri örneği. *Elektronik Sosyal Bilimler Dergisi*, 8 (28), 262-272.
- Thompson, H. M., Wojciak, A. S., & Cooley, M. E. (2019). Family-based approach to the child welfare system: An integration of Bowen Family Theory concepts. *Journal of Family Social Work*, 1-22. doi:10.1080/10522158.2019.1584776
- Ting, C. H., and Chen, Y. Y. (2020). Smartphone addiction. In *Adolescent addiction* (pp. 215-240). Academic Press.
- Tonga, İ. (2024). Dijital Oyun Bağımlılığı ve Okul Bağlılığı Arasındaki İlişki. İnönü Üniversitesi Eğitim Bilimleri Enstitüsü Dergisi, 11(21), 19-35. <https://doi.org/10.29129/inujse.1294209>
- Tuncay, T., & Tekin, H. H. (2021). *Sosyal hizmet mesleğinin abc'si: Temel kavramlar, sosyal sorunlar, çalışma alanları, müdahale ölçekleri* (Genişletilmiş 2. Baskı). Nika Yayınevi.
- Turgut, T. (2019). Üniversite öğrencilerinde aile iklimi ve iyi oluş arasındaki ilişkide benlik kurgularının aracı rolünün incelenmesi [Yayımlanmamış yüksek lisans tezi]. Marmara Üniversitesi.

- Turğut, F. (2017). Tarihsel süreçte aile kurumunun dönüşümü ve geleceğine yönelik çıkarımlar. *Medeniyet ve Toplum Dergisi*, 1(1), 93-117.
- TÜİK. (2025, 02 17). *Türkiye İstatistik Kurumu Yaşam Memnuniyeti Araştırması, 2021 (Sayı No: 53785)*. 11.08.2025 tarihinde Türkiye İstatistik Kurumu: <https://data.tuik.gov.tr/Bulten/Index?p=Yasam-Memnuniyeti-Arastirmasi-2024-53785> adresinden alındı.
- Türk Dil Kurumu. (2025). *Türk Dil Kurumu Sözlükleri*. 26 Temmuz 2025 tarihinde <https://sozluk.gov.tr/> adresinden edinilmiştir.
- Türkiye İstatistik Kurumu. (2024). Çocuklarda Bilişim Teknolojileri Kullanım Araştırması. <https://data.tuik.gov.tr/Bulten/Index?p=Cocuklarda-Bilisim-Teknolojileri-Kullanim-Arastirmasi-2024-53638>
- Türkiye İstatistik Kurumu. (2025). Hanehalkı bilişim teknolojileri kullanımı araştırması. [https://data.tuik.gov.tr/Bulten/Index?p=Hanehalki-Bilisim-Teknolojileri-\(BT\)-Kullanim-Arastirmasi-2025-53925](https://data.tuik.gov.tr/Bulten/Index?p=Hanehalki-Bilisim-Teknolojileri-(BT)-Kullanim-Arastirmasi-2025-53925)
- Türkiye Oyun Sektörü Raporu (2024). Gaming in Türkiye. <https://www.gaminginturkey.com/files/pdf/turkiye-oyun-sektoru-raporu-2024.pdf>
- Türkoğlu, Ş. (2024). *Üniversite öğrencilerinde teknoloji bağımlılığı ile aleksitimi ve kısa semptom envanterinin incelenmesi* [Yayımlanmamış yüksek lisans tezi]. Fırat Üniversitesi.
- Ulutaş, S. (2023). *Çalışanlarda dijital teknoloji bağımlılığı: İş performansı ve örgütsel adalet açısından değerlendirilmesi* [Yayımlanmamış yüksek lisans tezi]. İstanbul Topkapı Üniversitesi.
- Uslu, M. (2021), Türkiye’de sosyal medya bağımlılığı ve kullanımı araştırması. *Turkish Academic Research Review*, 6(2), 370-39.
- Uzbay, T. İ. (2009). Madde bağımlılığının tarihçesi, tanımı, genel bilgiler ve bağımlılık yapan maddeler. *MİSED*, 21-22, 5-15.
- Ünlü, N. (2020). *Teknoloji Bağımlılığı Araştırması Raporu*. TÜBİTAK BİLGEM Adına. DOI: 10.53478/TUBA.2020.013
- Vetere, A. (2001). Structural family therapy. *Child Psychology and Psychiatry Review*, 6(3), 133-139. doi: 10.1017/S1360641701002672
- Ward, P., Lundberg, N., Zabriskie, R., and Barrett, K. (2009). Measuring marital satisfaction: A comparison of the revised dyadic adjustment scale and the satisfaction with married life scale. *Marriage and Family Review*, 45, 412–429.
- We are Social (2025). Digital 2025. <https://datareportal.com/reports/digital-2025-global-overview-report>
- Yalçın Irmak, A., & Erdoğan, S. (2016). Ergen ve genç erişkinlerde dijital oyun bağımlılığı: güncel bir bakış, *Türk Psikiyatri Dergisi*, 27(2), 128-137.

- Yaman, Ö. M. (2021). *Türkiye 'de gençlik ve bağımlılık: Bibliyometrik ve tematik bir araştırma (1910-2020)*. Dem Yayınları.
- Yengin, D. (2019). Yeknoloji bağımlılığı olarak dijital bağımlılık. *The Turkish Online Journal of Design, Art and Communication – TOJDAC*, 9(2), 130-144.
- Yeşilay. (2020). Oyun Bağımlılığı. <https://www.yesilay.org.tr/tr/makaleler/oyun-bagimlili-nelere-yol-aciyor> adresinden erişildi
- Yeşilay. (2024). Sosyal hizmet, tedavinin en önemli yapı taşlarından bir tanesi. <https://www.yesilay.org.tr/tr/makaleler/sosyal-hizmet-tedavinin-en-onemli-yapi-taslarindan-bir-tanesi>
- Yıldırım, B. (2020). Sosyal hizmet uygulamasında Bowen'ın aile sistemleri yaklaşımı. *Sosyal Politika Çalışmaları Dergisi*, 20(47), 287-313.
- Yılmaz, B. (2024). *Ergenlerde teknoloji bağımlılığının yordayıcılarının ve etkilerinin karma yöntemle incelenmesi* [Yayımlanmamış Doktora Tezi]. Hacettepe Üniversitesi
- Yolcu, P. ve Çiftçi, H. (2023). Sosyal medya kullanım alışkanlıkları ve motivasyonlarının karşılaştırılması: Üniversite öğrencileri üzerine bir inceleme, *Van Yüzüncü Yıl Üniversitesi Sosyal Bilimler Enstitüsü Dergisi*, 60, 151-173.
- Young, K. (1999). İnternet addiction: Symptoms, evaluation, and treatment. in L. Vande Creek ve T. Jackson (Eds.) *Innovations in Clinical Practice: A Source Book*. 17. 19-31. Sarasota, FL: Professional Resource Press.
- Yörükoğulları, E., Orhun, Ö., Topdemir, H. G., ve İhsanoğlu, E. (2013). Bilim ve teknoloji tarihi. Anadolu Üniversitesi Yayınları.
- Yüceloğlu, Ş. (2024). 12-18 yaş arası boşanmış aile çocuklarının aile yaşam doyumu ile dini yönelimleri arasındaki ilişkinin incelenmesi. (Yayımlanmamış yüksek lisans tezi) Ondokuz Mayıs Üniversitesi, Samsun.
- Zabriskie, R. B., & Ward, P. J. (2013). Satisfaction with family life scale. *Marriage & Family Review*, 49(5), 446-463.
- Zastrow, C. (2017). *Sosyal hizmete giriş* (5. Baskı) D. B. Çiftçi (Çev .Ed.). Nika Yayınevi
- Zencirkıran, M. (2024). *Sosyoloji* (13. Yenilenmiş Baskı). DORA Yayıncılık.
- Zou, Z., Wang, H., d'Oleire Uquillas, F., Wang, X., Ding, J., Chen, H. (2017). Definition of Substance and Non-substance Addiction. In: Zhang, X., Shi, J., Tao, R. (eds) Substance and Non-substance Addiction. *Advances in Experimental Medicine and Biology*, vol 1010. Springer, Singapore.
- Zubaroglu Yanardağ, M., Bilge, M., & Yanardağ, U. (2020). Davranış bağımlılığına sahip müracaatçılara yönelik sosyal hizmet uygulamaları üzerine bir inceleme. *Celal Bayar Üniversitesi Sağlık Bilimleri Enstitüsü Dergisi*, 7(4), 551-560.

EKLER

EK-1 Yalova Üniversitesi Etik Kurul Onayı

	T.C. YALOVA ÜNİVERSİTESİ Etik Kurullar Koordinatörlüğü Etik Kurul Kararı Bilgi Formu	Belge Numarası	EKK-FRM-006
		İlk Yayın Tarihi	04/03/2025
		Güncelleme Tarihi	
		Güncelleme Numarası	

PROTOKOL NO	2025/261	TARİH	16.06.2025
--------------------	----------	--------------	------------

ARAŞTIRMA BAŞLIĞI	Üniversite Öğrencilerinde Teknoloji Bağımlılığı İle Aile Yaşam Doyumunun Sosyal Hizmet Perspektifinden İncelenmesi
ARAŞTIRMANIN TÜRÜ	1-Yüksek Lisans Tez Çalışması 2-Nicel Araştırma
ARAŞTIRMACILAR	1-Sorumlu Araştırmacı : Kübra Nur DURĞUN 2-Tez Danışmanı : Prof. Dr. Ali Rıza ABAY
ETİK KURUL TÜRÜ	SOSYAL VE BEŞERİ BİLİMLER BİLİMSEL ARAŞTIRMALAR ETİK KURULU
KARAR	Etik Onay Verilmesine Karar Verildi.

Prof. Dr. İsa KARAMAN
Etik Kurullar Koordinatörü

Ek-2 Kişisel Bilgi Formu

1. Cinsiyet Kadın () Erkek ()
2. Yaş.....
3. Sınıfınız? 1. Sınıf () 2. Sınıf () 3. Sınıf () 4. Sınıf () 5. Sınıf () 6. Sınıf ()
4. Aile yapınız nedir? Çekirdek aile () Geniş aile () Tek ebeveynli aile
5. Aile gelir düzeyiniz nedir? Düşük gelir () Orta gelir () Yüksek gelir ()
6. Ailenizle görüşme sıklığınız nedir?
Her gün () Haftada 2 -3 gün () Haftada 1 gün () Ayda 1 gün () Hiç görüşmüyorum ()
7. Ailenizle birlikte teknoloji kullanımı (ör. film izleme, oyun oynama) yapıyor musunuz?
Hiç () Nadiren () Ara sıra () Sık sık ()
8. Teknolojik araçlara ayırdığınız süre günlük ortalama ne kadardır?
0- 3 saat () 4 – 7 saat () 8 – 11 saat () 12 saat ve üzeri ()
9. Teknolojiyi en çok hangi amaçla kullanıyorsunuz?
Eğitim () Sosyal medya () Eğlence ve oyun ()
10. En çok hangi sosyal medya platformunu kullanıyorsunuz?
Instagram () TikTok () Facebook () YouTube () WeChat () Telegram ()
11. Günlük teknoloji kullanımınızın aile içi ilişkilerinizi etkilediğini düşünüyor musunuz?
Evet, olumlu etkiliyor () Evet, olumsuz etkiliyor () Hayır, etkisi yok ()

Ek-3 Teknoloji Bağımlılığı Ölçeği (TBÖ)

Teknoloji Bağımlılığı Ölçeği

	Her bir maddede tanımlanan davranışları hangi sıklıkta gösterdiğinizizi, o davranışın karşısında yer alan en uygun seçeneği işaretleyerek belirtiniz.	Hiçbir zaman	Nadiren	Orta sıklıkta	Çok sık	Her zaman
Sosyal Ağ Kullanma	1.Sosyal ağlarda olmadığım zamanlarda, en son bağlandığımda yaptıklarımı düşünüyorum.					
	2.Daha önemli işlerim olmasına rağmen sosyal ağlarda geçirdiğim süreyi arttırmak istiyorum.					
	3.Sosyal ağlarda harcadığım zamanı azaltmaya yönelik çabalarım başarısızlıkla sonuçlanıyor.					
	4.Sosyal ağlarda zaman harcarken dikkatimin dağıtılması beni rahatsız ediyor.					
	5.Sosyal ağ hesaplarımı kullanım sürem hakkında çevremdekilere doğru bilgi vermiyorum.					
	6.Yaşamımla ilgili olumsuz düşüncelerden kurtulmak için sosyal ağlara bağılanıyorum.					
Anlık Mesajlaşma	1.Anlık mesajlaşma ortamları dışında iken, sonradan bu ortamlarda yazacaklarımı hayal ediyorum.					
	2.Önemli bir işim olmasına rağmen kendimi genellikle mesajlarımı kontrol ederken buluyorum.					
	3.Anlık mesajlaşma uygulamalarını kullanamadığım zamanlarda huzursuz oluyorum.					
	4.Anlık mesajlaşma uygulamalarını kullanırken çok zaman harcıyorum.					
	5.Arkadaşlarımla anlık mesajlaşmalarla iletişim kurmayı, onlarla yüz yüze görüşmeye tercih ediyorum.					
	6.Yalnızlık hissettiğim anlarda anlık mesajlaşma uygulamalarını kullanıyorum.					
Çevrimiçi Oyun	1.Çevrimiçi oyun oynamadığım anlarda, sonraki oyunda uygulayacağım stratejileri planlıyorum.					
	2.Çevrimiçi oyun oynarken harcadığım süreyi biraz daha arttırmak istiyorum.					

	3.Çevrimiçi oyun oynayabilmek için uykusuz kaldığım geceler oluyor.					
	4.Çevrimiçi oyuna bağlanma sorunu yaşadığımda kendimi huzursuz hissediyorum.					
	5.Çevrimiçi oyun oynama sürem hakkında çevremdekilere doğru bilgi vermiyorum.					
	6.Gerçek hayatta karşılaştığım sorunları unutmak için çevrimiçi oyun oynuyorum.					
Web Siteleri Kullanma	1.Web sitelerinde gezinmediğim zamanlarda, daha sonra eriştiğimde yapacaklarımı hayal ediyorum.					
	2.Web sitelerinden çıkmam gereken anlarda “bir dakika daha” diyerek gezinmeye devam ediyorum.					
	3.Geç saatlere kadar web sitelerinde gezindiğim için uykusuz kalıyorum.					
	4.Web sitelerinde gezinirken başkaları tarafından rahatsız edildiğimde sinirleniyorum.					
	5.Web sitelerinde, planladığım süreden daha fazla süre geziniyorum.					
	6.Web sitelerinde gezinmek için derslerimi ihmal ediyorum.					

Ek-4 Ailey Yaşam Doyumu Ölçeği

AİLE YAŞAM DOYUMU ÖLÇEĞİ

Yönerge: Aşağıda verilen ifadeleri/sıfatları cümledeki boşluğa doldurarak kendinize en yakın hissettiğiniz duyguyu işaretleyiniz. Her bir satır için sadece bir kutucuk işaretleyiniz.

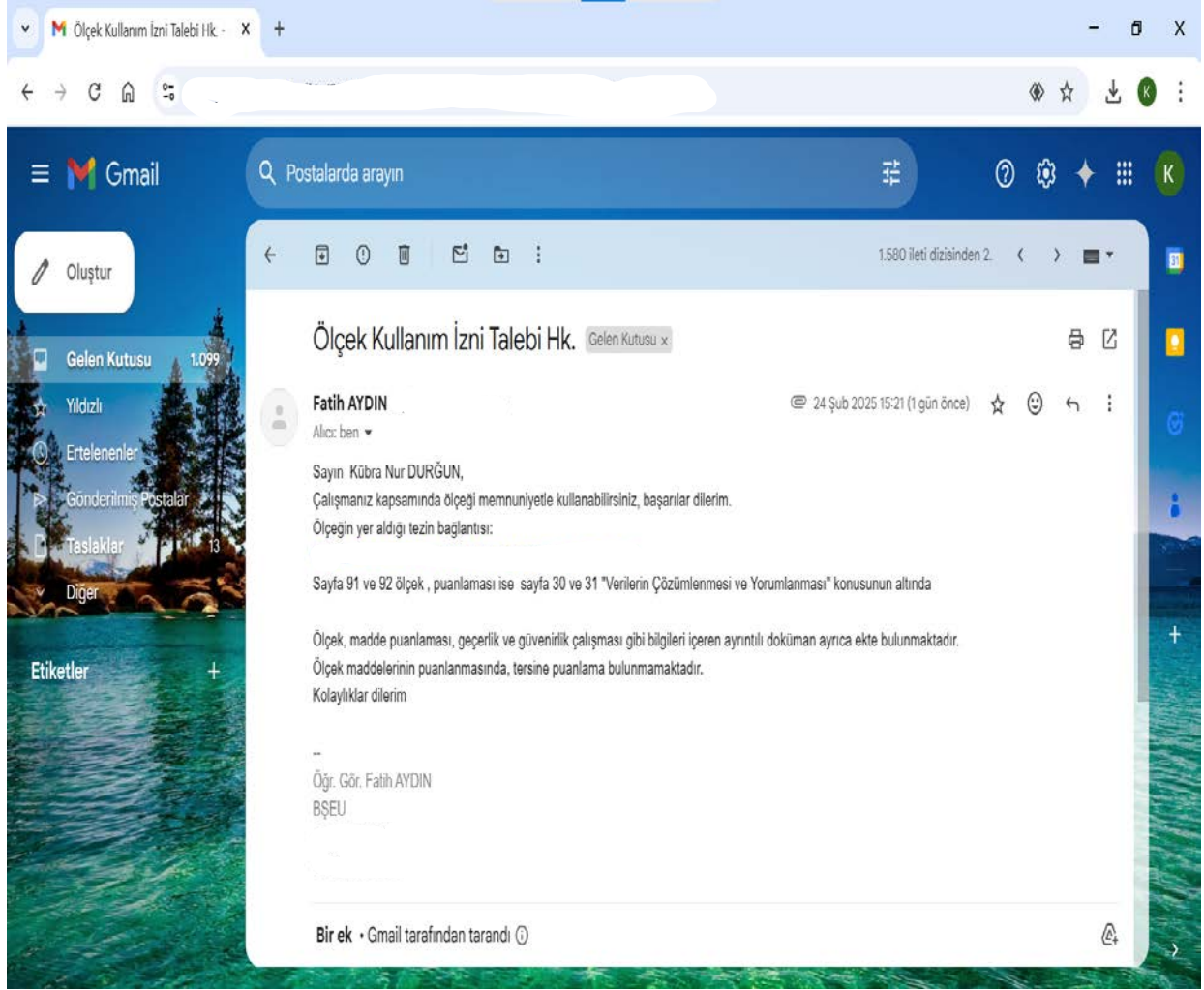
Evde ailemle birlikte olduğumda, kendimi genellikle hissederim.

		1	2	3	4	5	6	7		
1	Mutlu								Mutsuz	1
2	Birlikte								Yalnız	2
3	Neşeli								Hüzünlü	3
4	Rahat								Rahatsız edilmiş	4
5	Sakin								Telaşlı	5
6	Memnun								Memnuniyetsiz	6
7	Güvenli								Güvensiz	7
8	Hoşnut								Hoşnutsuz	8
9	Anlaşılmış								Anlaşılmamış	9
10	Keyifli								Üzgün	10
11	İyi								Kötü	11
12	Endişesiz								Endişeli	12
13	Yakın								Mesafeli	13
14	Cesaretlendirilmiş								Engellenmiş	14
15	Değer verilen								Değer verilmeyen	15
16	İtibarlı								İtibarsız	16
17	Seviliyor								Sevilmiyor	17
18	Kabul gören								Dışlanmış	18
19	Şanslı								Şanssız	19
20	Huzurlu								Tedirgin	20
21	Girişken								Çekingen	21
22	İçi rahat								Kaygılı	22

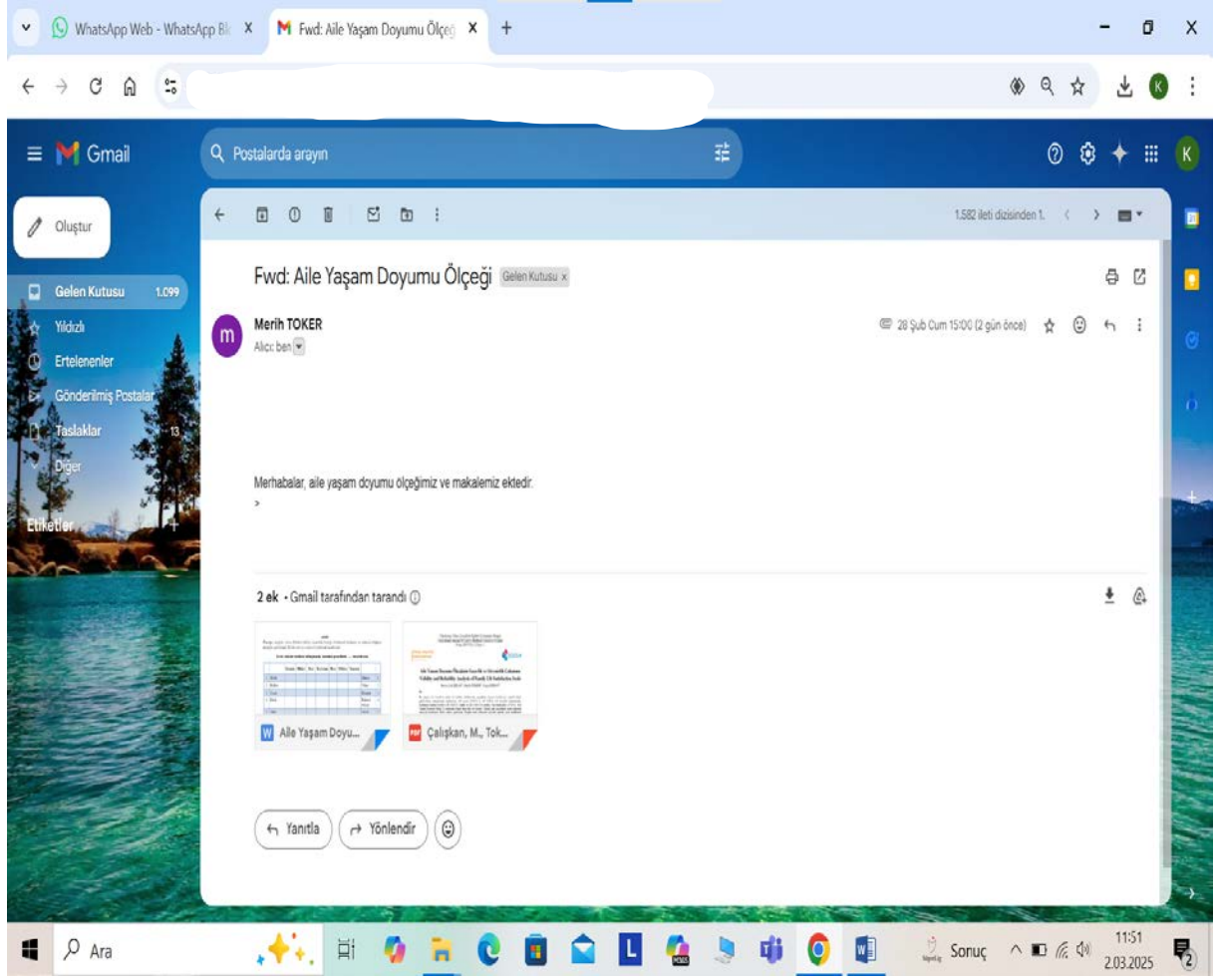
23	Saygı görmüş								Hiçe sayılmış	23
----	-----------------	--	--	--	--	--	--	--	---------------	----



Ek-5 Teknoloji Bağımlılığı Ölçeği Kullanım İzni



Ek-6 Aile Yaşam Doyumu Ölçeği Kullanım İzni



ÖZGEÇMİŞ

İlk ve orta öğrenimini Gaziantep’de tamamladı. 2019 yılında girdiği İstanbul Üniversitesi Çocuk Gelişimi lisans programından 2023 yılında mezun oldu. 2023 yılında Yalova Üniversitesi Lisansüstü Eğitim Enstitüsü Sosyal Hizmet Ana Bilim Dalı’nda yüksek lisans eğitimine başladı. Halen aynı programda yüksek lisans eğitimine devam etmektedir.

DİĞER YAYIN VE ESERLER

Abay, A. R. & Durğun, K. N. (2025). Teknoloji bağımlılığı konusunda yazılmış lisansüstü tezlerin içerik analizi. *Niğde Ömer Halisdemir Üniversitesi Sosyal Bilimler Enstitüsü Dergisi*, 7(2), 373-390. <https://doi.org/10.56574/nohusosbil.1664929>

Durgun, K. N., Ceylan, H., & Durğun, A. (2025). Türkiye’de aile iklimi ile aile yaşam doyumu konusunda yazılmış lisansüstü tezlerin İçerik Analizi. *Yalova Sosyal Bilimler Dergisi*, 15(1), 59-77. <https://doi.org/10.17828/yalovasosbil.1602121>

Ceylan, H., & Durğun, K. N. (2024). Türkiye’de sosyal bilimler alanında yaşlı ayrımcılığı konusunda yazılmış lisansüstü tezlerin içerik analizi. *Sosyal, Beşeri ve İdari Bilimler Dergisi*, 7(10), 749–762. <https://doi.org/10.26677/TR1010.2024.1461>