KTO KARATAY ÜNİVERSİTESİ
LİSANSÜSTÜ EĞİTİM ENSTİTÜSÜ
ÇOCUK GELİŞİMİ ANABİLİM DALI
TEZLİ YÜKSEK LİSANS PROGRAMI

4-6 YAŞ ÇOCUKLARIN EKRAN KULLANIM ALIŞKANLIKLARI İLE ÖZ DÜZENLEME BECERİLERİ ARASINDAKİ İLİŞKİ

Döndü KOYUNCUOĞLU

Yüksek Lisans Tezi

KONYA
Şubat, 2022

4-6 YAŞ ÇOCUKLARIN EKRAN KULLANIM ALIŞKANLIKLARI İLE ÖZ DÜZENLEME BECERİLERİ ARASINDAKİ İLİŞKİ

Döndü KOYUNCUOĞLU

KTO Karatay Üniversitesi
Lisansüstü Eğitim Enstitüsü
Çocuk Gelişimi Anabilim Dalı
Tezli Yüksek Lisans Programı

Yüksek Lisans Tezi

Dr. Öğr. Üyesi Emine Gülriz AKAROĞLU

Konya
Şubat 2022

BİLDİRİM

Enstitü tarafından onaylanan Yüksek Lisans/Doktora tezimin tamamını veya herhangi bir kısmını basılı veya dijital biçimde arşivleme ve aşağıda belirtilen koşullar dahilinde erişime açma iznini KTO Karatay Üniversitesine verdiğimi bildiririm. Bu izinle, Üniversiteye verilen kullanım hakları dışındaki tüm fikri mülkiyet haklarım bende kalacak ve gelecekteki çalışmalar (makale, kitap, lisans, patent vb.) için tezimin tamamının veya bir bölümünün kullanım hakları yalnızca bana ait olacaktır.

Tezimin bütünüyle kendi çalışmam olduğunu, başkalarının haklarını ihlal etmediğimi ve tezimin tek yetkili sahibi olduğumu beyan ve taahhüt ederim. Telif hakkı bulunan ve sahiplerinden yazılı izinle kullanılması zorunlu olan kaynakları, yazılı izin alarak kullandığımı ve istenildiğinde izinlerin suretlerini Üniversiteye teslim etmeyi taahhüt ederim.

Yükseköğretim Kurulu tarafından yayımlanan "Lisansüstü Tezlerin Elektronik Ortamda Toplanması, Düzenlenmesi ve Erişime Açılmasına İlişkin Yönerge" kapsamında, tezim, aşağıda belirtilen koşullar haricince, YÖK Ulusal Tez Merkezi ve KTO Karatay Üniversitesi Açık Erişim Sisteminde erişime açılır.

☐ Enstitü / Fakülte Yönetim Kurulu kararı ile tezimin erişime açılması mezuniyet tarihimden itibaren 2 yıl ertelenmiştir.[1]

☐ Enstitü / Fakülte Yönetim Kurulunun gerekçeli kararı ile tezimin erişime açılması mezuniyet tarihimden itibaren … ay ertelenmiştir.[2]

☐ Tezimle ilgili gizlilik kararı verilmiştir.[3][4]

03 Şubat 2022

Döndü KOYUNCUOĞLU

[1] MADDE 6(1) Lisansüstü tezle ilgili patent başvurusu yapılması veya patent alma sürecinin devam etmesi durumunda, tez danışmanının önerisi ve enstitü anabilim dalının uygun görüşü üzerine enstitü veya fakülte yönetim kurulu iki yıl süre ile tezin erişime açılmasının ertelenmesine karar verebilir.

[2] MADDE 6(2) Yeni teknik, materyal ve metotların kullanıldığı, henüz makaleye dönüşmemiş veya patent gibi yöntemlerle korunmamış ve internetten paylaşılması durumunda 3. şahıslara veya kurumlara haksız kazanç imkanı oluşturabilecek bilgi ve bulguları içeren tezler hakkında tez danışmanının önerisi ve enstitü anabilim dalının uygun görüşü üzerine enstitü veya fakülte yönetim kurulunun gerekçeli kararı ile altı ayı aşmamak üzere tezin erişime açılması engellenebilir.

[3] MADDE 7(1) Ulusal çıkarları veya güvenliği ilgilendiren, emniyet, istihbarat, savunma ve güvenlik, sağlık vb. konulara ilişkin lisansüstü tezlerle ilgili gizlilik kararı, tezin yapıldığı kurum tarafından verilir. Kurum ve kuruluşlarla yapılan işbirliği protokolü çerçevesinde hazırlanan lisansüstü tezlere ilişkin gizlilik kararı ise, ilgili kurum ve kuruluşun önerisi ile enstitü veya fakültenin uygun görüşü üzerine üniversite yönetim kurulu tarafından verilir. Gizlilik kararı verilen tezler Yükseköğretim Kuruluna bildirilir.

[4] MADDE 7(2) Gizlilik kararı verilen tezler gizlilik süresince enstitü veya fakülte tarafından gizlilik kuralları çerçevesinde muhafaza edilir, gizlilik kararının kaldırılması halinde Tez Otomasyon Sistemine yüklenir.

ETİK BEYAN

KTO Karatay Üniversitesi Lisansüstü Eğitim Enstitüsü Tez/Proje Hazırlama ve Yazım Kurallarına uygun olarak Dr. Öğr. Üyesi Emine Gülriz AKAROĞLU danışmanlığında tarafımdan üretilen bu tez çalışmasında; sunduğum tüm veri, enformasyon, bilgi ve belgeleri bilimsel etik kuralları çerçevesinde elde ettiğimi, tüm değerlendirme, analiz, bulgu ve sonuçları bilimsel usullere uygun olarak sunduğumu, tez çalışmasında yararlandığım kaynakların tümüne bilimsel normlara uygun biçimde atıfta bulunarak kaynak gösterdiğimi, tezimin/projemin kaynak gösterilen durumlar dışında özgün olduğunu bildirir, aksi bir durumda aleyhime doğabilecek tüm hak kayıplarını kabullendiğimi beyan ederim.

03 Şubat 2022

_____

Döndü KOYUNCUOĞLU

TEŞEKKÜR

Lisansüstü eğitimim boyunca bana teorik anlamda birçok bilgi ve tecrübe kazandıran KTO Karatay Üniversitesi Sağlık Bilimleri Enstitüsü Çocuk Gelişimi Anabilim Dalı öğretim üyelerine,

Desteklerini esirgemeyen danışman hocam Sn. Dr. Öğr. Üyesi Gülriz AKAROĞLU'na,

Veri toplama aşamasında desteklerini gördüğüm Karaman Merkezdeki anasınıfı ve anaokulu müdür ve öğretmenlerine,

Veri toplama sürecinde desteğini esirgemeyen Öğr. Gör. Keriman YILDIZ'a

Lisansüstü eğitim süreci boyunca desteğini hissettiğim Elif SAVRAN'a

Şuana kadar benden desteklerini hiç esirgemeyen annem Havva KOYUNCUOĞLU'na ve babam Ramazan KOYUNCUOĞLU'na çok teşekkür ederim.

Şubat, 2022 Döndü KOYUNCUOĞLU

ÖZET

Döndü KOYUNCUOĞLU

4-6 YAŞ ÇOCUKLARIN EKRAN KULLANIM ALIŞKANLIKLARI İLE ÖZ DÜZENLEME BECERİLERİ ARASINDAKİ İLİŞKİ

Yüksek Lisans Tezi

Tez Danışmanı

Dr. Öğr. Üyesi Emine Gülriz AKAROĞLU

Konya, 2022

4-6 yaş çocukların ekran kullanım alışkanlıkları ile öz düzenleme becerileri arasındaki ilişkinin incelendiği bu çalışmada ilişkisel tarama modeli kullanılmıştır. Çalışma grubunu, Karaman il merkezinde ikamet eden, 2020-2021 eğitim-öğretim yılında anaokuluna veya anasınıfına devam eden 4-6 yaş aralığındaki çocukların anneleri oluşturmuştur. Çalışmaya gönüllü olarak katılmayı kabul eden 159'u erkek (%52,6), 144'ü kız (%47,4) çocuğuna sahip toplam 303 anne çalışma grubunu oluşturmuştur. Araştırmada veri toplama araçları olarak çocukların ekran kullanım alışkanlıklarını belirlemek amacıyla 'Problemli Medya Kullanım Ölçeği (PMKÖ)', öz düzenleme becerilerini belirlemek amacıyla '4-6 Yaş Çocuklarına Yönelik Öz Düzenleme Becerileri Ölçeği' ve katılımcıların sosyo-demografik özelliklerini saptamak amacıyla araştırmacı tarafından hazırlanan "Kişisel Bilgi Formu'' kullanılmıştır. Araştırmadan elde edilen verilerin analizinde Statistical Package for Social Sciences (SPSS) 25.0 programı kullanılmıştır. Ölçeklerden elde edilen puan ortalamaları arasında anlamlı ilişki Pearson Korelasyon Analizi ile test edilmiştir. Yine gruplar arasındaki ikili değişkenler bağımsız gruplar t testi ile analiz edilmiştir. Grupların normal dağılmadığı durumlarda nonparametrik testlerden çoklu grupların karşılaştırılmasında ilişkisiz örneklemler için Kruskal Wallis H testi, ikili grupların karşılaştırılmasında ise Mann Witney U testi kullanılmıştır. Ekran kullanımı ile öz düzenleme becerileri arasında negatif yönde ve düşük düzeyde anlamlı bir ilişki olduğu saptanmıştır. Çocukların ekran kullanımı arttıkça, öz düzenleme becerileri düşmektedir. Çocukların ekran kullanım alışkanlıkları, cinsiyet ve anne eğitim düzeyi ile anlamlı olarak farklılaşırken yaş, kardeş sayısı, baba eğitim düzeyi ve gelir düzeyi ile anlamlı bir fark oluşmamıştır. Çocukların öz düzenleme becerileri kardeş sayısı, anne-baba eğitim düzeyi, gelir düzeyi ve ekran kullanımına başlama yaşları ile anlamlı olarak farklılaşırken cinsiyet ve yaş ile anlamlı bir fark oluşmamıştır.

Anahtar Kelimeler

Çocuk gelişimi, ekran maruziyeti, medya, öz düzenleme, yürütücü işlevler.

ABSTRACT

Döndü KOYUNCUOĞLU

CORRELATION BETWEEN SCREEN USE HABITS AND SELF-REGULATION SKILLS IN CHILDREN AGED 4 TO 6 YEARS

Graduate Thesis

Thesis Advisor

Dr. Öğr. Üyesi Emine Gülriz AKAROĞLU

Konya, 2022

This study examining the correlation between screen use habits and self-regulation skills in children aged 4 to 6 years used the correlational screening model. The study group comprised of the mothers of children aged 4 to 6 years who resided in the city center of Karaman and attended a kindergarten or kindergarten in the 2020-2021 academic year. A total of 303 mothers of 159 male (52.6%) and 144 female (47.4%) children who volunteered to take part in the study constituted the study group. In the research, 'problematic media use scale', 'Self-Regulation Skills Scale for 4-6 Years-Old Children' and 'Personal Information Form' were used as data collection tools. In analysis of the data acquired, the study used the SPSS 25.0 program. The study determined that there was a significant correlation between screen use and self-regulation skills in a negative direction. As screen use of the children increased, their self-regulation skills decreased. Screen use habits of the children were significantly different from gender and maternal education level. However, these habits were not significantly different from age, number of siblings, paternal education level and level of income. The study found a significant difference between self-regulation skills of the children and number of siblings, maternal-paternal education level, level of income and age at starting to use screen. However, there was no significant difference between self-regulation skills of the children and gender and age.

Keywords

Child development, screen exposure, media, self-regulatıon, executive functions.

İÇİNDEKİLER

KABUL VE ONAY i
BİLDİRİM ii
ETİK BEYAN iii
TEŞEKKÜR iv
ÖZET v
ABSTRACT vi
İÇİNDEKİLER vii
TABLOLAR DİZİNİ ix
KISALTMALAR DİZİNİ xi
1. GİRİŞ 1
1.1. Problem Durumu 1
1.2. Araştırmanın Amacı 3
1.3. Araştırmanın Varsayımları 4
1.4. Araştırmanın Sınırlılıkları 5
2. ARAŞTIRMANIN KURAMSAL VE KAVRAMSAL TEMELİ 6
2.1. Medya ve Çocuk 6
2.2. Ekran ve Çocuk 7
2.2.1. Televizyon ve Akıllı Telefonlar 8
2.2.2. Bilgisayar ve Tablet Bilgisayarlar 9
2.2.3. İnternet ve Dijital Oyunlar 11
2.3. Öz Düzenleme Kavramı 13
2.3.1. Öz Düzenlemenin Gelişimi 15
2.4. Konu İle İlgili Yurtdışında ve Yurtiçinde Yapılan Araştırmalar 17
2.4.1. Ekran Kullanımı İle İlgili Araştırmalar 17
2.4.2. Öz Düzenleme Becerileri İle İlgili Araştırmalar 23
3. YÖNTEM 28
3.1. Araştırmanın Modeli 28
3.2. Çalışma Grubu 28
3.3. Veri Toplama Araçları 28
3.3.1. Problemli Medya Kullanım Ölçeği (PMKÖ) 28
3.3.2. 4-6 Yaş Çocuklarına Yönelik Öz Düzenleme Becerileri Ölçeği (Anne Formu) 29

3.3.3. Kişisel Bilgi Formu 29
3.4. Verilerin Toplanması 29
3.5. Verilerin Analizi 30
3.6. Araştırmanın Etik Yönü 31
4. BULGULAR 32
4.1. Çocukların Ekran Kullanım Alışkanlıklarına Yönelik Bulgular 32
4.2. Çocukların Öz Düzenleme Becerilerine Yönelik Bulgular 40
4.3. Ekran Kullanım Alışkanlıkları İle Öz Düzenleme Becerilerine Yönelik Bulgular 48
5. TARTIŞMA 58
6. SONUÇ VE ÖNERİLER 71
6.1. Sonuç 71
6.2. Öneriler 73
KAYNAKLAR 74
ÖZGEÇMİŞ 82
EK 1. KİŞİSEL BİLGİ FORMU 83
EK 2. PROBLEMLİ MEDYA KULLANIM ÖLÇEĞİ (Kısa Form) 85
EK 3. 4-6 YAŞ ÇOCUKLARINA YÖNELİK ÖZ DÜZENLEME BECERİLERİ ÖLÇEĞİ (ANNE FORMU) 87
EK 4. ÖLÇEKLERİN KULLANIM İZNİ 89
EK 5. KARAMAN VALİLİĞİ İZİN BELGESİ 90
EK 6. ETİK KURUL/KOMİSYON İZNİ/MUAFİYETİ 91

TABLOLAR DİZİNİ

Tablo 1. Araştırma değişkenlerinin en düşük-en yüksek değerleri, ortalama ve standart sapmaları, çarpıklık-basıklık değerleri 30
Tablo 2. Çalışma grubunun sosyo-demografik özellikleri 32
Tablo 3. Çocukların günlük ekran karşısında geçirdikleri süreye ilişkin dağılımlar 34
Tablo 4. Çocukların teknolojik aletleri kullanmaya başlama yaşlarına ilişkin dağılımlar 35
Tablo 5. Çocukların ekran kullanımının cinsiyet değişkeni açısından karşılaştırılması 36
Tablo 6. Çocukların ekran kullanımının anne eğitim düzeyi değişkeni açısından karşılaştırılması 36
Tablo 7. Çocukların ekran kullanımının baba eğitim düzeyi değişkeni açısından karşılaştırılması 37
Tablo 8. Çocukların ekran kullanımının kardeş sayısı değişkeni açısından karşılaştırılması 38
Tablo 9. Çocukların ekran kullanımının farklı yaşlar açısından karşılaştırılması 38
Tablo 10. Çocukların ekran kullanımının ailenin ekonomik düzeyi açısından karşılaştırılması 39
Tablo 11. Ekran kullanımı ile ilgili aile içi kuralları olan ve olmayan ailelerde çocukların ekran kullanım sürelerine göre dağılımları 40
Tablo 12. Çocukların öz düzenleme beceri düzeylerinin cinsiyet değişkeni açısından karşılaştırılması 41
Tablo 13. Çocukların öz düzenleme beceri düzeylerinin anne eğitim düzeyi açısından karşılaştırılması 42
Tablo 14. Çocukların öz düzenleme beceri düzeylerinin baba eğitim düzeyi açısından karşılaştırılması 43
Tablo 15. Çocukların öz düzenleme beceri düzeylerinin çocuk sayısı değişkeni açısından karşılaştırılması 44
Tablo 16. Çocukların öz düzenleme beceri düzeylerinin yaşlar açısından karşılaştırılması 46
Tablo 17. Çocukların öz düzenleme beceri düzeylerinin ailenin ekonomik düzeyi açısından karşılaştırılması 47
Tablo 18. Çocukların ekran kullanım alışkanlıkları ile öz düzenleme becerileri arasındaki ilişkiler 49
Tablo 19. Problemli medya kullanımının öz düzenleme becerisi üzerindeki yordayıcı etkisine ilişkin regresyon analizi sonuçları 50
Tablo 20. Problemli medya kullanımının öz düzenleme becerisinin alt boyutları üzerindeki yordayıcı etkisine ilişkin regresyon analizi sonuçları 50

Tablo 21. Çocukların öz düzenleme beceri düzeylerinin tablet kullanımına başlama yaşları açısından karşılaştırılması 51
Tablo 22. Çocukların öz düzenleme beceri düzeylerinin cep telefonu kullanımına başlama yaşları açısından karşılaştırılması 53
Tablo 23. Çocukların öz düzenleme beceri düzeylerinin televizyon kullanımına başlama yaşları açısından karşılaştırılması 55
Tablo 24. Çocukların öz düzenleme beceri düzeylerinin bilgisayar kullanımına başlama yaşları açısından karşılaştırılması 56

KISALTMALAR DİZİNİ

Kısaltma	Açıklama
PMKÖ	Problemli Medya Kullanım Ölçeği
TÜİK	Türkiye İstatistik Kurumu

1. GİRİŞ

1.1. Problem Durumu

Günümüzde bilim ve teknoloji alanında meydana gelen gelişmeler insan hayatında önemli değişimlere neden olmuştur. Bu değişim nedeniyle teknolojik cihazlar ve bunların kullanımı toplumda daha fazla yer etmeye başlamıştır (Zehir, Zehir, Ağgül Yalçın ve Yalçın, 2020). Bu gelişmeler ve yeniliklerden, insan hayatına sağladığı kolaylıklardan vazgeçmek neredeyse imkansız hale gelmiştir (Gökel, 2020). TÜİK (2021) raporuna göre hanelerin %92'sinin evden internete erişim imkânın olduğu ayrıca hanelerin %16,8'inde masaüstü bilgisayar, %38,3'ünde taşınabilir bilgisayar (dizüstü, netbook), %26,3'ünde tablet bilgisayar, %99,3'ünde cep telefonu/akıllı telefon bulunduğu bildirilmiştir. Dijital teknolojilerin aile içerisinde kullanımının artması nedeniyle çocuklar bu cihazlarla daha erken yaşlarda tanışmakta ve bu teknolojik değişime ayak uydurmaktadırlar. Çocuklar ilk olarak yetişkinleri gözlemleyip taklit ederek sonra kendilerine sunulan çizgi film, reklam, video gibi görselleri izleyerek daha sonra ise bu cihazları kendileri kullanarak dijital teknolojilerle etkileşime girmektedirler (Ateş ve Durmuşoğlu Saltalı, 2019). Cengiz Saltuk ve Erciyes (2020) tarafından yapılan nitel bir araştırmada 20 katılımcı ile görüşme sonucunda, 4-5 yaş çocuklarının çoğunluğunun televizyon, tablet ve akıllı telefon kullandığı tespit edilmiştir.

Teknolojik cihazlar iletişim, bilgiye erişim, insan hayatını kolaylaştırma, eğitsel faaliyetlerde kullanılma gibi etkin yöntemlerle kullanıldığında önemli faydalar sağlamaktadırlar. Çocukların bilinçli bir şekilde teknolojik aletlerle tanışması çocuğun okula hazırlanmasında olumlu katkılar sağlamakta, öğrenme ve bilişsel gelişimini desteklemektedir (Aral ve Doğan Keskin, 2018). Ancak doğru kullanılmaması durumunda birçok olumsuzluğa neden olmakta ve bu durum çocukları da etkilemektedir. Son on yılda çocukların dijital teknoloji kullanımı hızlı bir şekilde artmış ve çocuklar vakitlerinin büyük bir bölümünü internet, televizyon, bilgisayar, akıllı telefon ve diğer teknolojik araçlarla geçirmeye başlamıştır (Ulusoy ve Bostancı, 2014). Ateş ve Durmuşoğlu Saltalı (2019) tarafından yapılan bir araştırmada çocukların %34.5'i bir saatin altında, %34.5'i bir üç saat arası, %31.0'ı ise 3 saatin üzerinde cep telefonu ya da tablet karşısında vakit geçirdiği bildirilmiştir.

Aral ve Doğan Keskin (2018), ebeveyn bakış açısıyla 0-6 yaş dönem çocukların teknolojik araç kullanımlarını inceledikleri çalışmalarında çocukların televizyonla çoğunlukla bir yaşındayken, cep telefonuyla bir iki yaş arasında, bilgisayar ve tabletle ise iki üç yaş arasında tanıştıklarını vurgulamışlardır. Çocukların cep telefonuna, bilgisayara ve tablete gün içinde 30 dakika ve altında zaman ayırdıkları, televizyona ise gün içinde 31- 60 dakika arasında zaman ayırdıkları belirlenmiştir.

Televizyon, akıllı telefon, tablet, bilgisayar gibi medya araçlarının küçük yaşlarda kullanılmaya başlanması yaşla birlikte çocukların ekran karşısında çok fazla vakit geçirmesine neden olabilmektedir. Amerikan Pediatri Akademisi (2016), 2 yaşından önce çocukların mümkün olduğunca medya araçlarından uzak tutulmasını, 2-5 yaş arasındaki çocuklar için ebeveyn kontrolü şartıyla günde bir saatten fazla olmamak üzere dijital medya kullanımını ve 6 yaşından büyük çocuklar için ise bu sürenin en fazla iki saat olmasını tavsiye etmektedir. 2-8 yaş grubundaki çocukların ekran karşısında vakit geçirirken ailelerin mutlaka çocukların yanlarında olmasını ve kullandıkları medya içeriklerini, indirilen uygulamaları kontrol etmelerini önermektedir. Uygun içerikteki uygulama, oyun ve programları mutlaka ailenin seçmesi gerektiğini vurgulamaktadır.

Okul öncesi dönem; özbakım becerileri, bilişsel, duygusal, sosyal, fiziksel gelişimin hızlı olduğu, temel alışkanlıkların kazanıldığı ve bu alışkanlıkların sonradan değiştirilmesinin güç olduğu bir süreçtir. Mevcut teknolojik gelişmeler çocukların ekran önünde geçirdiği süreyi artırmakta ve bu durum gelişim açısından savunmasız olan okul öncesi dönem çocuklarını olumsuz olarak etkilemektedir (Golden, Blake ve Giuliano, 2020). Okul öncesi dönemde ekran önünde geçirilen zamanın artması çocuklarda duygusal zekayı azaltmakta (Cho ve Lee, 2017), dikkatsizlik, saldırganlık, liderlik performansında düşme, yaşam becerilerinde yaşa uyumsuzluk, kişilik bozukluklarına, his kaybına, kişilerarası ilişkilerde bozukluğa, kaçınma ve özgüven sorunlarına ayrıca dil, sosyal beceriler, ince ve kaba motor becerilerde zayıflamaya neden olmaktadır (McArthur, Browne, Tough ve Madigan, 2020, Akça, 2018).

Elektronik cihazların her yerde bulunması ulaşılabilirliği artırmış ve küçük çocuklar arasında medyaya yüksek düzeyde maruz kalmaya neden olmuştur. Erken çocuklukta düşük televizyon izleme ve daha az medyaya maruz kalma yüksek öz düzenleme ile

ilişkilendirilmiştir. Erken çocukluk, özdenetim gelişiminin temel dönemidir ve çocukluk boyunca öz düzenlemede gelişme gösteren bireyler, yetişkinlik döneminde yüksek akademik başarı ve düşük suça eğilim göstermektedirler. Erken çocuklukta öz-düzenlemesinin varsayılan belirleyicileri televizyon izleme ve elektronik oyunlar gibi elektronik medyayla uğraşırken geçirilen zamandır (Cliff, Howard, Radesky, McNeill ve Vella, 2018).

1.2. Araştırmanın Amacı

Bu çalışmanın amacı, 4-6 yaş çocukların ekran kullanım alışkanlıkları ile öz düzenleme becerileri arasındaki ilişkiyi belirlemektir.

Araştırmanın genel amacı doğrultusunda aşağıdaki alt amaçlar belirlenmiştir:

1. Araştırmaya katılan çocukların sosyo demografik özellikleri nelerdir?
2. Çocukların günlük ekran karşısında geçirdikleri süre ne kadardır?
3. Çocuklar teknolojik aletleri hangi yaşta kullanmaya başlamışlardır?
4. Çocukların ekran kullanımı cinsiyet değişkeni açısından anlamlı düzeyde farklılaşmakta mıdır?
5. Çocukların ekran kullanımı anne eğitim düzeyi değişkeni açısından anlamlı düzeyde farklılaşmakta mıdır?
6. Çocukların ekran kullanımı baba eğitim düzeyi değişkeni açısından anlamlı düzeyde farklılaşmakta mıdır?
7. Çocukların ekran kullanımı kardeş sayısı değişkeni açısından anlamlı düzeyde farklılaşmakta mıdır?
8. Çocukların ekran kullanımı yaş değişkeni açısından anlamlı düzeyde farklılaşmakta mıdır?
9. Çocukların ekran kullanımı ailelerin gelir düzeyi değişkenine göre anlamlı düzeyde farklılaşmakta mıdır?
10. Ekran kullanımı ile ilgili aile içi kuralların olması çocukların ekran kullanım sürelerini etkilemekte midir?
11. Çocukların öz düzenleme becerileri cinsiyet değişkeni açısından anlamlı düzeyde farklılaşmakta mıdır?
12. Çocukların öz düzenleme becerileri anne eğitim düzeyi değişkeni açısından anlamlı düzeyde farklılaşmakta mıdır?

13. Çocukların öz düzenleme becerileri baba eğitim düzeyi değişkeni açısından anlamlı düzeyde farklılaşmakta mıdır?
14. Çocukların öz düzenleme becerileri kardeş sayısı değişkeni açısından anlamlı düzeyde farklılaşmakta mıdır?
15. Çocukların öz düzenleme becerileri yaş değişkeni açısından anlamlı düzeyde farklılaşmakta mıdır?
16. Çocukların öz düzenleme becerileri ailelerin gelir düzeyi değişkenine göre anlamlı düzeyde farklılaşmakta mıdır?
17. Çocukların ekran kullanımı ile öz düzenleme becerileri arasında anlamlı bir ilişki var mıdır?
18. Çocukların problemli medya kullanımının öz düzenleme becerisi üzerinde yordayıcı etkisi var mıdır?
19. Çocukların problemli medya kullanımının öz düzenleme becerisinin alt boyutları üzerinde yordayıcı etkisi var mıdır?
20. Çocukların tablet kullanımına başlama yaşlarına göre öz düzenleme becerilerinde değişim var mıdır?
21. Çocukların cep telefonu kullanımına başlama yaşlarına göre öz düzenleme becerilerinde değişim var mıdır?
22. Çocukların televizyon kullanımına başlama yaşlarına göre öz düzenleme becerilerinde değişim var mıdır?
23. Çocukların bilgisayar kullanımına başlama yaşlarına göre öz düzenleme becerilerinde değişim var mıdır?

1.3. Araştırmanın Varsayımları

Araştırmaya katılan annelerin ölçek sorularını cevaplarken samimi oldukları, gerçek duygu ve düşüncelerini yansıttıkları varsayılmaktadır.

Ölçek formlarının örnekleme giren bütün annelere uygun ortam ve eşit koşullarda uygulanacağı varsayılmaktadır.

Kullanılan istatistiksel testlerin araştırmanın amacına ve sonuçların tespitine uygun olduğu varsayılmıştır.

1.4. Araştırmanın Sınırlılıkları

Araştırmanın örneklemi Karaman ili merkezinde ikamet eden ve anaokuluna devam eden 4-6 yaş aralığındaki 159'u erkek, 144'ü kız çocuğuna sahip anneler ile sınırlıdır. Dolayısıyla bu araştırmanın sonuçları bu gruba giren çocuklara genellenebilir.

Bu araştırmada kullanılan veriler süre olarak 2020-2021 yılında anaokuluna veya anasınıfına devam eden öğrenciler ile sınırlıdır.

Bu araştırma annelerin araştırmada kullanılan ölçeklere verdikleri cevaplar ile sınırlıdır.

Çocukların demografik özellikleri kişisel bilgi formundan elde edilen veriler ile sınırlıdır.

Çocukların ekran kullanımı hakkında elde edilen bilgiler ‘‘Problemli Medya Kullanım Ölçeği (PMKÖ)" ve öz düzenleme becerileri hakkında elde edilen bilgiler "4-6 Yaş Çocuklarına Yönelik Öz Düzenleme Becerileri Ölçeği (Anne Formu)" maddeleri ile sınırlıdır.

2. ARAŞTIRMANIN KURAMSAL VE KAVRAMSAL TEMELİ

2.1. Medya ve Çocuk

İletişim ortamı, iletişim araçları olarak tanımlanan medya farklı içerikteki yazılı veya görsel mesajları oluşturan ve yayan araçlar ile organlar bütünüdür. Medya, toplumdaki insanları eğlendirmek ve bilgilendirmek amacıyla kitle iletişim araçlarının kullanımı olarak da tanımlanmaktadır (Tekin ve Erdoğan, 2020). Geçmişte medya denilince sadece radyo ve televizyon akıllara gelirken günümüzde teknolojik ilerlemeler ile akıllı telefon, tablet, bilgisayar ve internet araçları da kastedilmektedir. Teknolojideki hızlı ilerlemeler medya araçlarına ulaşım ve erişimi kolaylaştırmış bununla birlikte insanların kullanım yaygınlığı hızla artmıştır (Kadan ve Aral, 2018). Medya, erişim olanaklarının artması ile erişkin ve çocukların hayatının önemli bir parçası haline gelmiş özellikle de boş zamanlarının büyük bir kısmını geçirdikleri bir alan olmuştur (Sevcıkova, 2015).

Medya, klasik (geleneksel) medya ve yeni (dijital) medya olmak üzere iki alt başlığa ayrılmaktadır. Klasik medya içerisinde, gazete, radyo, televizyon, kitap bulunurken yeni medya kapsamında, akıllı telefon, tablet, bilgisayar, internet, sosyal medya, video, oyun konsolları, çevrimiçi ve çevrimdışı uygulamalar gibi dijital teknolojiler yer almaktadır. Klasik medya iletişimindeki tek yönlülük ile alıcının pasifliği, bilgisayar, akıllı telefon ve internetin gelmesiyle birlikte değişmiş; dijital medyada çift yönlü etkileşim, çoklu ortam biçimine sahip olma ve çok sayıda bilgi aktarımı yapılma olanakları oluşmuştur (Mutlu, 2019).

Dijital ortam, sosyal medya, video oyunları, fotoğraf, haber, reklam, televizyon ve radyo yayınları gibi çeşitli amaçlara hizmet eden birçok web sitesini içerisinde barındırmaktadır. Bilgiye, etkileşime günün her saatinde kolay ulaşılması dijital ortama yetişkin ve çocukların daha fazla zaman ayırmasına, cep telefonu, bilgisayar, tablet ve internete erişebildikleri tüm araçlara bağımlı hale gelmesine neden olmaktadır (Furuncu, 2019).

Son birkaç on yılda, mevcut medya çeşitliliğinde bir patlama olmuştur. Televizyon, tablet, internet, bilgisayar, cep telefonları ve son zamanlarda akıllı telefonlar, birçok çocuğun hayatına girmiştir ve boş zamanlarını geçirdikleri alanlara hakim olmaya başlamıştır (Sevcıkova, 2015). Amerikan Pediatri Akademisi (2016), 2 yaşından önce

çocukların mümkün olduğunca medya araçlarından uzak tutulmasını, 2-5 yaş arasındaki çocukların ise günde bir saatten fazla olmamak üzere dijital medya kullanımını tavsiye etmektedir. Aşırı ekran süresine maruz kalmak, çocuklar için çeşitli olumsuz sonuçlarla ilişkilendirilmiştir. Zamanlarının çoğunu televizyon seyretmek veya bilgisayar/video oyunları oynamak için harcayan çocuklar fiziksel, sosyal ve akademik faaliyetlerden uzaklaşmaktadırlar (Gentile, Reimer, Nathanson, Walsh ve Eisenmann, 2014).

Medyanın içeriği, ekran süresinin miktarından bağımsız etkilere sahip olabilmektedir. Daha uzun ekran süresi, çocukların şiddet içeren, cinsel içerikli, madde kullanımını yücelten ve sağlıksız yiyeceklerin reklamını yapan içeriğe maruz kalmasını artırır; bunların tümü çocuklar için olumsuz sonuçlara katkıda bulunabilir. Sosyal bilişsel ve öğrenme teorileri, medyanın öğrenme mekanizmaları yoluyla çocukların davranışlarını etkileyebileceğini öne sürmektedir. Özellikle, medya içeriği çocukların algılarını, duygularını, inançlarını ve başkalarına karşı davranışsal tepkilerini etkileyebilmektedir (Gentile vd., 2009).

2.2. Ekran ve Çocuk

Ekran kelimesi geçmişten günümüze farklı şekillerde tanımlanmıştır. 19. yüzyılda bilgiyi gösteren ve aktaran sistemler olarak tanımlanırken daha sonraki dönemlerde medyanın önemli bir parçası haline gelmiştir. Bir cismin görüntüsünü aktarmak amacıyla tasarlanan saydam olmayan düz yüzey ve ayrıca korumak, kapatmak anlamlarına gelen ekran kelimesi dilimize Fransızcadan geçmiştir. Günümüzde ekran hayatın önemli bir parçasını oluşturmaktadır. Televizyon, akıllı telefonlar, bilgisayar ile tablet bilgisayarlar hayatın büyük kısmına nüfuz etmiş ve insanların yaşam, eğitim ve çalışma alanlarını şekillendirmiştir (Eken, 2019).

Dijital medya ve ekranlar artık çocukların hayatında her yerde bulunmaktadır. Küçük çocuklar için mevcut olan yeni medya seçeneklerinin artması, bu demografide ekran kullanımının artmasıyla sonuçlanmıştır. Çocuklar ekran cihazlarını izlerken, çevreleriyle etkileşim ve keşif yoluyla beceri geliştirmeye daha az zaman harcamaktadırlar (Pagani, Fitzpatrick, Barnett ve Dubow, 2010).

Ekran cihazlarının kullanımı, modern ebeveynlikte standart bir uygulama haline gelmektedir. Araştırmalar, ekran cihazlarının hem bebek bakıcılığı hem de eğitim

desteği için stratejik bir araç olarak kullanılabileceğini göstermektedir. Araştırmacılar okul öncesi çocukların ekran izleme süresinin belirleyicileri olarak yaş, cinsiyet, ırk ve sosyo-ekonomik durumu göstermektedir. Düşük gelir ve düşük ebeveyn eğitimi daha uzun televizyon izleme süresiyle, yüksek gelir (ancak ebeveyn eğitiminin değil) daha fazla bilgisayar kullanımıyla, yüksek gelir ve yüksek ebeveyn eğitimi çocuklarla daha fazla zaman kitap okumakla ilişkilendirilmektedir (Chen, Chen, Wen ve Snow, 2020).

Birçok ebeveyn, özellikle küçük çocuklar sıkıldıklarında, ağladıklarında veya onlara eşlik edecek birine ihtiyaç duyduklarında, çocuklarını sakinleştirmek ve rahatlatmak için dokunmatik ekranlı cihazları "elektronik bebek bakıcısı" olarak kullanmaktadır. Televizyondan farklı olarak, dokunmatik ekranlı cihazlar, farklı uygulamalar, video oyunları, videolar ve hatta sosyal sohbet gibi çeşitli yeni özellikleri kullanmaya olanak tanımaktadır (Lin vd., 2020). Aşırı ekran süresine maruz kalmak, çocuklar için çeşitli olumsuz sonuçlarla ilişkilendirilmektedir. Araştırmalar, aşırı medya kullanımının bebeklerde ve yeni yürümeye başlayan çocuklarda zor mizaç veya öz düzenleme problemleriyle ilişkili olduğunu göstermektedir (Sugawara, Matsumoto, Murohashi, Sakai ve Isshiki, 2015).

2.2.1. Televizyon ve Akıllı Telefonlar

Televizyon, ekran denilince ilk akla gelen klasik medya aracıdır ve sözlü, yazılı mesajları aynı anda iletebilen hem gözle hem de kulakla algılanan bir cihazdır (Mutlu, 2019).

Televizyon seyretmek, o ortamın biçimsel özelliklerine maruz kalmak yoluyla küçük çocukları doğrudan etkileyebilmektedir. Yanıp sönen ışıklar, hızlı sahne değişiklikleri, hızlı düzenlemeler ve işitsel kesintiler gelişen beyinler için aşırı uyarıcı olabilmektedir. Bu nedenle televizyona önemli ölçüde maruz kalmak, erken çocuklukta veya ergenlikte dikkat ve diğer davranışsal problemlere neden olabilmektedir (Kühhirt ve Klein, 2020). Deneysel kanıtlar, televizyon programlarının hızlı ilerlemesinin çocukların yürütücü işlev ve davranışları üzerinde olumsuz bir etkisi olduğunu göstermektedir (Cragg ve Gilmore, 2014).

Televizyona aşırı maruz kalma, ebeveyn-çocuk etkileşimlerini azaltarak, çocukların bilişsel yetenekleri, dil gelişimi ve davranışsal gelişimi için yararlı olan etkinliklere

daha az zaman harcayarak çocukların gelişimini dolaylı olarak etkilemektedir (Kühhirt ve Klein, 2020). Çalışmalar, erken çocukluk döneminde aşırı televizyon izlemenin bilişsel, dil ve sosyal/duygusal gecikmelerle ilişkili olduğunu göstermiştir. Obezite, saldırgan davranışlar, sosyal davranış sorunları, dikkat sorunları ile duygusal sorunlar gibi fiziksel, bilişsel ve psikolojik sorunların riskleri de artmaktadır (Lin, Cherng, Chen, Chen ve Yang, 2015).

Akıllı telefonlar, 2007 yılında piyasaya sürülmesiyle birlikte günümüzde birçok insanın sahip olduğu ve kullandığı cihazlardır (Cho ve Lee, 2017). Akıllı telefonların her yerde bulunabilmesi, taşınabilirliği, rahatlığı, günlük yaşama entegrasyonu, sesli ve görüntülü iletişim olanaklarından dolayı insanların sıklıkla kullandığı ve çocukların doğumdan itibaren hayatlarının içinde olan bir iletişim aracıdır (Golden, Blake ve Giuliano, 2020). Çocuklar oyun oynamak, video izlemek, iletişim kurmak, resim çekmek ve uygulamalara erişmek için mobil cihazları kullanmaktadır (Kabali vd., 2015).

Çocuklar, sık sık akıllı telefonlarını kullanan yetişkinlerle çevrili olduğunda, onları gözlemleyecek ve muhtemelen bu davranışı taklit etmek isteyerek büyüyecektir. Ebeveynler çocuklarının akıllı telefon kullanımıyla ilgili endişelerini dile getirirken, sınır belirlemenin bir mücadele olduğunu belirtmektedirler (Brown ve Smolenaers, 2018).

Çocukların akıllı telefonları aşırı kullanımı, sorunlu davranışlara yol açtığı, duygusal zeka gelişimini engellediği için, çocukların akranlarıyla etkileşim ve fiziksel aktivitelerdeki fırsatlarını azaltmaktadır. Bu da akıllı telefonların anlık ve tek taraflı tepkileri nedeniyle sosyal beceri ve duygusal kontrol eksikliğine yol açabilmektedir (Cho ve Lee, 2017).

Araştırmalar, yüksek seviyelerde genel ekran süresi, akıllı telefon kullanımı ve bu aktivitelere eşlik eden hareketsiz yaşam tarzının her yaştan çocuk için zararlı olabileceğini göstermektedir. Olumsuz etkilerin çoğu, bu hareketsiz aktiviteler aktif oyunun yerini aldığında ortaya çıkmaktadır (Golden, Blake ve Giuliano, 2020).

2.2.2. Bilgisayar ve Tablet Bilgisayarlar

Bugünün çocukları bilgisayarlarla çevrili olarak büyümektedir. Çocuklar bilgisayarları önce gözlemlerler daha sonra etkileşime girerler ve sonuç olarak, nasıl çalıştıkları ve

neler yapabileceklerine dair kavramlar oluşturmaya başlarlar. Çocuklar bilgisayarı, akıllı, mekanik, programlanabilir ve her şeyi bilen veri tabanları olarak algılamaktadırlar. Çocuklar ayrıca bilgisayarları yapabildikleri uygulamalara göre oyun oynamak, bilgi almak ve videoları izlemek için kullanılabilen cihazlar olarak da görmektedir (Rücker ve Pinkwart, 2016).

Çocuklar arasında bilgisayar kullanımının artması çocukların gelişimi üzerindeki olumlu ve olumsuz etkileri konusunda ebeveynleri düşündürmektedir. Bilgisayarın küçük çocuklar tarafından etkin kullanımı için yetişkin rehberliği önemlidir. Bilgisayar kullanımı için ebeveyn rehberliği, küçük çocuğun bilişsel ve duygusal gelişimine uygun niteliksel öğrenmeyi sağlamaktadır. Bunun aksine olumsuz etkiler, bilgisayar kullanımının çocuğun ebeveyn ve akranlarıyla olan etkileşiminin yerine geçmeye başladığında ortaya çıkmaktadır. Artan bilgisayar kullanımı, yüz yüze sosyal teması azaltmakta, aile ve yakın arkadaşlarla sosyal bağları zayıflatmaktadır. Buna ek olarak, video izlemek veya bilgisayar oyunları oynamak için aşırı zaman ayırmak, çocuğun fiziksel aktivitelerini de azaltmaktadır (Fairlie ve Kalil, 2017).

2010 baharında ilk piyasaya sürülmelerinden bu yana, tablet bilgisayarlar ve uygulamaları, okul öncesi çocuklar dahil olmak üzere geniş bir kullanıcı yelpazesiyle dünya çapında popüler hale gelmiştir. Dokunmatik ekranlı tabletler, uyarıcı ve sezgisel dokunmatik özellikleri nedeniyle küçük çocuklar tarafından giderek daha fazla kullanılmaktadır. Tablet bilgisayarlar küçük çocukların dijital dünya ile erken yaşlardan itibaren etkileşime girmesine olanak tanımaktadır (Kucirkova, Messer, Sheehy ve Panadero, 2014).

Geleneksel masaüstü veya dizüstü bilgisayarlardan farklı olarak, teknolojinin daha küçük boyutu ve doğrudan manipülasyona izin veren dokunmatik ekranları nedeniyle küçük çocuklar için tabletlerin kullanımı daha kolaydır. Tabletler aynı zamanda bilişsel olarak daha basit ve önceki teknolojilerden daha sezgiseldir bu da onları, motor becerilerini ve el-göz koordinasyonunu tam olarak geliştirmemiş küçük çocuklar için daha uygun hale getirmektedir (Blackwell, Lauricella ve Wartella, 2016). Cihazın kompakt boyutu ve hafifliği, çocukların akıllı ekran cihazını kucağına ya da evlerinde düz bir yüzeye koymasına olanak tanımaktadır. Tablet bilgisayarlar çocukların geleneksel oyuncaklarla oynamak için kullandıkları aynı hareketleri kullanarak

ekrandaki dijital içeriği değiştirmelerine olanak tanıdığından, bu cihazlar fiziksel etkileşim yoluyla öğrenmeye de erişim sağlamaktadır. Çocuklar, yetişkinlerin ve ailenin diğer üyelerinin davranışlarını gözlemleyerek dokunmatik ekranlı cihazlarla nasıl etkileşim kuracaklarını öğrenmektedirler. 3 ila 5 yaşındaki çocukların çoğu, bir yetişkin olmadan ekranı kaydırabilmekte, öğeleri sürükleyebilmekte, uygulamaları açabilmekte ve uygulamalardan çıkabilmektedir (Papadakis, Zaranis ve Kalogiannakis, 2019).

Çocuklar tarafından giderek artan tablet bilgisayar kullanımının, çocukların zihinsel ve fiziksel sağlığı için birçok potansiyel faydası ve riski bulunmaktadır. Tablet bilgisayarların, çocukların erken okuryazarlık becerilerinin geliştirilmesinde, ikinci bir dil edinmelerinde, bağımsız öğrenmelerini teşvik etmede olumlu etkisi olduğu bildirilmiştir. (Neumann ve Neumann, 2014; Pellerin, 2013). Bunun yanında kontrolsüz kullanılan tablet bilgisayarlar çocuklarda aşırı ekran maruziyetine, uyku bozukluklarına, fiziksel aktivitelerde azalmaya, bilişsel ve sosyal gelişim bozukluklarına neden olabilmektedir (Howie, Coenen, Campbell, Ranelli ve Straker, 2017).

Hadlington ve arkadaşlarının (2019) yaptıkları çalışmaya göre çocuklar tabletleri daha çok oyun oynamak ve çizgi film izlemek için kullanmaktadırlar. Ebeveynler çocuklarının tablet kullanımını sınırlamaya yönelik uygulamalar yaparken bu durum çocukların gizli tablet kullanımına neden olabilmektedir. Çocuklar tablet bilgisayarlarını kullanırken çevrelerinde neler olup bittiğine dair bilinçli farkındalıklarını kaybedecek kadar içine girmektedir. Tablet kullanımı çocuğun yaşamının önemli bir parçası haline gelmekte ve çocukların dijital teknolojiye bağımlılığın belirtisi olan davranışları tanımladığını göstermektedir (Hadlington, White ve Curtis, 2019).

2.2.3. İnternet ve Dijital Oyunlar

İnternet, sosyal hayatımızın tüm yönlerine nüfuz etmiş ve giderek daha popüler bir oyun ve eğlence aracı haline gelmiştir. TÜİK 2021 verileri, hanelerin %92,0'ının evden internete erişim imkanına sahip olduğunu ve geniş bant ile internete erişim sağlayan hanelerin oranın ise %92,0 olduğunu bildirmiştir. Evdeki geniş bant ağlarına erişimin hızlı yayılması ve büyümesi, internet'in gelişimi ve kullanımında değişikliklere neden olmuştur. Geniş bant erişimi, yararlı bilgilere erişime ve insanların birbirleriyle bağlantı kurmasına yardımcı olsa da, zararlı içerikleri (pornografi, şiddet, ırkçılık veya nefreti

yansıtan resimler veya metinler), çocuklar tarafından kullanılabilir hale getirmiştir (Jin, 2013). Taşınabilir elektronik cihazların artan kullanımı nedeniyle, çocukların internete maruz kalması ve internete erişmesi için daha fazla fırsat bulunmaktadır (Wang, Tong ve Danovitch, 2019).

Teknolojik gelişmeler, bilgisayarların, oyun konsollarının ve akıllı telefonların daha fazla kullanılabilirliği nedeniyle dijital oyunlar giderek daha popüler hale gelmiştir. Dijital oyunlar denildiğinde bilgisayarlar, konsollar ve mobil cihazlar gibi çoklu dijital teknolojiler kullanılarak oynanabilen çeşitli oyun türleri akla gelmektedir. Dijital bir oyun, "değişken ve ölçülebilir bir sonucu olan, farklı sonuçların farklı değerlere atandığı, oyuncunun sonucu etkilemek için çaba sarf ettiği, kurallara dayalı biçimsel bir sistem" olarak tanımlanmıştır. Mobil teknolojinin hızla gelişmesiyle birlikte, masaüstü bilgisayarların birçok işlevi, özellikle oyun uygulamaları, tablet ve akıllı telefon gibi mobil cihazlara aktarılmıştır (Saleme, Pang, Dietrich ve Parkinson, 2020). Erken çocuklukta dijital oyunlar genellikle ebeveyn eşliğinde sunulmaktadır. Dijital oyun kullanımı erken çocukluk döneminde en yüksek düzeyde beş yaş civarında olmaktadır (Çelik, 2017).

Dijital oyunlar, olumsuz psikolojik ve davranışsal etkileri nedeniyle çocuk gelişimi literatüründe sıklıkla eleştirilmiştir. Tarihsel olarak araştırmalar şiddet içerikli video oyunlarına ve oyuncular üzerindeki olumsuz etkilerine odaklanmıştır. Bununla birlikte, dijital oyunların çocukların olumlu sosyal beceri ve davranışları alanındaki uygulamaları hala çok sınırlıdır (Saleme vd., 2020).

Bilgisayarlarda, video konsollarında, akıllı telefonlarda ve tabletlerde oynanan oyunları içeren dijital oyunların avantajı, zorluklarının ve hedeflerinin uzamsal düşünme için elverişli olmasıdır. Spesifik olarak, bu hedeflere ulaşmak için, oyuncular mekansal görselleştirme becerilerini kullanmalıdır. Örneğin, birçok dijital oyun sırasında oyuncular hızlı hareket eden nesnelerin veya karakterlerin nerede çarpışıp yere düşebileceğini tahmin etmelidir. Bu tahminler genellikle oyuncuların görsel nesnelerin dönüşümlerini ve hareketlerini kavramsallaştırmasını gerektirir. Dijital oyunlar, kullanıcıların nesneleri gerçek hayatta imkansız olabilecek şekillerde fiziksel olarak manipüle etmelerine olanak tanır. Bu fiziksel etkileşim sayesinde, kullanıcılar ekrandaki

nesneleri gerçek dünyadaki referanslarına bağlayabilirler (Polinsky, Flynn, Wartella ve Uttal, 2021).

2.3. Öz Düzenleme Kavramı

Geleneksel olarak öz düzenleme, davranışları ve duyguları kontrol etme yeteneği olarak tanımlanmaktadır (Bandura, 1982). Öz düzenleme, çocukların bir hedefe ulaşmak için çalışırken davranış, biliş ve duyguları düzenleme becerisi de dahil olmak üzere bireysel ve sosyal yönleri içerecek şekilde gelişmiştir (Braund ve Timmons, 2021).

Stuart Shanker'e göre öz düzenleme, bireyin stresi nasıl yönettiği ile biyolojik, duygusal, bilişsel, sosyal ve toplum yanlısı alan aracılığıyla nasıl toparlandığına odaklanmaktadır. Bu modelde çocuk sakin ve odaklanmış durumda olmadığı zamanlarda davranışlarını düzenleyememektedir. Bu nedenle, eğitimcilerin ve diğer yetişkinlerin rolü, çocukların davranışlarını düzenleyebilmeleri için sakin kalmalarına ve stres düzeylerini düşürmelerine yardımcı olmaktır. (akt. Braund ve Timmons, 2021).

James'a göre öz düzenleme öz'ün dikkat ve davranışları kontrol etmede içe yönelik etkinliğidir. Başka bir ifadeyle öz-düzenlemenin düşünce ve davranışların kasıtlı kontrolü olarak ortaya çıkmasından alışkanlığa doğru ilerlemesidir. Bu aktivite ya alışkanlık şeklinde otomatiktir ya da irade açısından çaba gerektirmektedir (akt. Fox ve Riconscente, 2008).

Öz-düzenleme, çocukların yaşıtları ve yetişkinlerle birlikte öğrenme etkinliklerine verimli bir şekilde katılma ile yeni veya zorlu durumlara başarılı bir şekilde uyum sağlama becerilerini destekleyen kritik bir sosyal-duygusal beceri olarak kabul edilmektedir (Vallotton ve Ayoub, 2011).

Bilişsel modele göre öz-düzenleme, çocukların belirli bir duruma uygun şekilde hareket edebilmek için düşüncelerini, duygularını ve davranışlarını kontrol etme girişimlerinde yer alan süreçleri ifade etmektedir. Dikkati kaydırma ve odaklama, dikkati dağıtan bilgileri görmezden gelme, davranışı etkinleştirme ve engelleme ile önemli bilgileri saklama ve saklama yeteneklerini içermektedir. Bu nedenle öz-düzenleme, davranışı kontrol etme, yönlendirme ve planlama ile ilişkilendirilmektedir (Cadima, Barros, Ferreira, Serra-Lemos, Leal ve Verschueren, 2019).

Öz düzenleme, geniş anlamda duyguların, bilişin ve davranışların düzenlenmesini içeren çok boyutlu bir yapıdır ve birbiriyle ilişkili yukarıdan aşağıya ve aşağıdan yukarıya bileşenlerden oluşmaktadır. Aşağıdan yukarıya bileşenler otomatik, uyaran odaklı, hızlı ve zihinsel kapasite gerektirmezken, yukarıdan aşağıya bileşenler yürütücü işlevlerle ilgilidir. Bilişsel disiplinlerde sıklıkla kullanılan bir terim olan yürütücü işlevler, dikkat veya bilişsel esneklik, çalışan bellek ve engelleyici kontrolü içeren üst düzey bir süreçler dizisidir (Lenes, McClelland, Braak, Idsøe ve Størksen, 2020).

Dikkat veya bilişsel esneklik, dikkati dağıtan durumları görmezden gelmeyi, bir göreve odaklanabilmeyi ve dikkati sürdürebilmeyi, gerektiğinde dikkati yeni görevlere kaydırabilmeyi içermektedir. Dikkat veya bilişsel esneklik, çocukların farklı görev talepleri arasında odağı değiştirmelerine ve yeni ayrıntılara dikkat etmelerine olanak tanımaktadır. Çalışan bellek, bilgiyi işlerken akılda tutmayı sağlamaktadır. Çalışan bellek, çocukların yönergeleri hatırlamasını, güncellemesini, takip etmesini sağlamakta ve sorunlara karşı çözümlerin planlanmasına olanak tanımaktadır. Çocukların etkinliklere katılırken sınıf kurallarını hatırlamalarına yardımcı olmaktadır. Engelleyici kontrol ise çocukların dürtüsel bir tepkiyi durdurabilme yeteneklerini içermektedir. Bir başka ifadeyle bir durum ya da olay karşısında ortaya çıkan amaç dışındaki davranışı bilinçli olarak engelleyebilmektir. Engelleyici kontrol, çocukların dürtüsel eylemlerini daha uyumlu olanlar lehine bastırmasına yardımcı olmaktadır. Bütünleştirici bir öz-düzenleme çerçevesi içinde bu beceriler birbiriyle örtüşmekte ve çocuklar bir duruma uygun davranışı daha iyi uygulamak için bunların hepsini kullanmaktadır. Yürütücü işlevin üç yönü de, öz düzenlemeyi geliştirmek için hassas bir dönem olan erken çocukluk döneminde hızla gelişmektedir (McClelland ve Cameron, 2012; İvrendi, 2020; Gonzales, Bowles, Geldhof, Cameron, Tracy ve McClelland, 2021).

Gözüm (2020) tarafından yapılan çalışmaya göre çalışma belleği ve dikkat, engelleyici kontrolü pozitif yönde etkilemektedir. İvrendi (2020) tarafından yapılan bir araştırmaya göre çalışma belleği performansı yüksek olan çocukların matematik başarısının arttığı bununla birlikte engelleyici kontrol ve çalışma belleği performansı birlikte yüksek olan çocukların ise fen başarısının artış gösterdiği bulunmuştur.

2.3.1. Öz Düzenlemenin Gelişimi

Öz düzenleme, kişinin eylemlerini, duygularını, dikkatini ve düşüncesini kontrol etmeyi ve yönlendirmeyi gerektiren çok boyutlu bir yapı olduğundan, gelişmesi uzun yıllar almaktadır. Öz düzenleme uzun yıllar içinde gelişmesine rağmen erken çocukluk döneminde hızlı büyüme potansiyeli göstermektedir. Öz düzenleme becerisi beyin olgunlaşmasına bağlı olan yürütücü işlevlerin gelişimi ile etkileşim içinde gelişmektedir. Yürütücü işlev bileşenlerinin yaşamın erken dönemlerinde var olduğuna inanılmaktadır ancak çocukluk boyunca farklı oranlarda gelişmektedir. Dikkatin yürütücü işlevlerin temelini oluşturduğu, gelişen dikkatle birlikte odaklanma süresinin arttığı ve kurallar üzerine düşünme yeteneğinin oluştuğu bilinmektedir. Öz-düzenleme doğumda gelişmeye başlar ve çocuklarda anaokuluna başlamadan önce gözlemlenebilmektedir (Puranik, Boss ve Wanless, 2019; Gonzales, Bowles, Geldhof, Cameron, Tracy ve McClelland, 2021). Erken çocuklukta öz düzenleme, tepkisel reflekslerden bilinçli planlama süreçlerine doğru büyüyerek gelişmektedir. 1 ila 3 yaş arasında, öz düzenleme becerileri ilkeldir ancak hızla gelişmektedir. İkinci yılın ilk yarısında çocuklar toplumsal gereksinimler ve beklentiler konusunda farkındalık kazanmakta ve bu beklentilere uyum sağlamak, sosyal ve fiziksel hedeflere ulaşmak için eylemler başlatıp sonlandırabilmektedirler. Yaşamın üçüncü yılında, çocukların büyüyen temsil becerileri, yalnızca bir ebeveynin ani yasaklarına veya hatırlatmalarına tepki olarak değil, kurallar gibi içsel temsillere yanıt olarak kendi eylemleri üzerinde kontrol uygulama yeteneklerinin temelini oluşturmaktadır (Vallotton ve Ayoub, 2011). Öz düzenleme, gelişimin ilk yıllarında, bebeklik döneminde ebeveynler tarafından desteklenen dış uyaranlara ağırlıklı olarak tepki veren bir kalıptan, erken çocuklukta içsel durumların kasıtlı kontrolüne doğru değişmektedir. Yaşamın ilk yıllarında ebeveyn-çocuk etkileşimi sırasında annenin olumlu etkisi, bebeklerin gelişen dikkat davranışı ile ilişkilidir. Çocuğa karşı sıcak, kabul edici davranışlar sergilemek gibi daha olumlu duygularla etkileşime giren ebeveynler, çocuğun kendini rahat hissedeceği ve öz-düzenlemeyi teşvik eden bir ortam oluşturmaktadırlar. Ebeveynler çocuklarına karşı daha olumlu rehberlik, öğretme ve cesaretlendirme kullandıklarında, çocukların öz düzenleme düzeyleri artmaktadır (Vink ve ark., 2020). Erken çocuklukta dil gelişimi öz düzenleme becerilerini etkilemektedir. Çocukların erken dil becerileri özellikle de konuşulan kelime dağarcığının genişliği öz düzenleme yetenekleriyle olumlu yönde

ilişki göstermektedir. Çocukların kelime dağarcığının fazla olması kendi duygu, düşünce ve davranışlarını daha kolay ifade edebilmesine ve çevreden gelen yönergeleri anlayabilmesini sağlayarak öz düzenleme becerilerini desteklemektedir (Vallotton ve Ayoub, 2011).

Öz düzenleme becerileri, çocuk gelişiminin temel taşı olarak kabul edilmiş, dil, matematik ve sosyal gelişim ile ilişkilendirilmiştir. Öz düzenleme, okula hazır bulunuşluğun ve erken okul başarısının kritik bir bileşeni olarak kabul edilmektedir. Öz-düzenleme becerileri, çocukların sınıf ortamına uyum sağlamalarına ve sınıf ortamından en iyi şekilde yararlanmalarına yardımcı olarak sosyal ortamlardaki etkileşimlerini desteklemektedir. Yüksek düzeyde öz düzenlemeye sahip çocuklar, dikkati hedeflenen görevlere yönlendirirken, dikkati dağıtan durumları görmezden gelebilir, birden fazla görev talimatını hatırlayabilir ve uygulayabilir, görevler arasında geçiş yapabilir ve uygunsuz tepkileri durdurabilirler. Öz düzenleme becerileri, çocukların öğretmen yönergelerini daha kolay anlamalarını, bağımsız çalışmalarını ve sınıftaki etkinlikler arasında kolay geçiş sağlamalarını desteklemektedir (Cadima, Barros, Ferreira, Serra-Lemos, Leal ve Verschueren, 2019).

Erken çocukluk döneminde güçlü öz-düzenlemeye sahip olma ileri yaşlarda çocuklarda yüksek akademik başarı, düşük madde bağımlılığı ve düşük suça eğilimi ile ilişkilendirilirken zayıf öz-düzenleme ise, düşük akademik başarı, kurallara uymama, akran reddi, obezite, şiddet ve suç işlemeye yatkınlık, duygusal ve davranışsal sorunlarla ilişkilendirilmektedir (Savina, 2021; Vink ve ark., 2020). Okul öncesi yıllarda, daha yüksek öz-düzenleme puanlarının daha iyi matematik, kelime bilgisi ve okuma puanlarının yanı sıra dinlediğini anlama ile uyumlu olduğu bulunmuştur (Ponitz, McClelland, Matthews ve Morrison, 2009).

Erken çocukluk döneminde öz-düzenleme gelişiminin önemli bir belirleyicisi, televizyon izleme ve elektronik oyunlar gibi elektronik medyayla geçirilen zamandır (Cliff, Howard, Radesky, McNeill ve Vella, S2018). McNeil ve arkadaşları erken çocukluk döneminde medya kullanımının yürütücü işlevler ve psikososyal gelişim ile ilişkisini araştırmışlardır. 3 ila 5 yaşlarında daha yüksek seviyelerde medya maruziyeti, dışsallaştırma ile davranış problemlerinde artış ve olumsuz psikolojik gelişimle sonuçlanmıştır. Düşük düzeyde medya maruziyeti yürütücü işlevlerde anlamlı değişiklik

oluşturmazken yüksek medya maruziyeti (≥30 dakika / gün) yürütücü işlevler için zararlı bulunmuştur (McNeill, Howard, Vella, ve Cliff, 2019).

Cliff, Howard, Radesky, McNeill ve Vella (2018) tarafından yapılan araştırmaya göre iki yaşına kadar düşük ekran maruziyeti, dört yaşında daha iyi öz düzenleme ve altı yaşında daha düşük ekrana maruz kalma ile ilişkilendirilmiştir.

Lin ve arkadaşlarının (2020) Güney Tayvan'da yaptıkları araştırmanın sonucuna göre dokunmatik ekranlı cihazlarla fazla zaman geçiren küçük çocuklarda duygusal problemler, endişeli/depresif semptomlar, somatik şikayetler, sosyal geri çekilme semptomları, dikkat problemleri ve saldırgan davranışlar artmış ancak dil gecikmesi saptanmamıştır.

Keskindemirci ve Gökçay (2020) tarafından yapılan araştırmada dil gelişimi geciken çocukların ekran maruziyetinin fazla olduğu tespit edilmiştir. Ses ve görsel uyarıların çocuklarda dikkat dağınıklığına neden olduğu ancak ailelerin, arka ekran maruziyetini çocukları için zararlı olmadığını düşündüğü saptanmıştır.

Cho ve Lee (2017) tarafından yapılan araştırma sonuçlarına göre çocukların %2'si günde 4 saatten fazla akıllı telefon kullanmaktadır. Ebeveynler, çocukların eğlenmesi (%40) ve eğitici değeri (%34) nedeniyle akıllı telefon kullanıma izin vermektedir. Ebeveynler çocuklarının akıllı telefon kullanımını sınırladığında çocukta saldırganlık, dikkat dağınıklığı gibi belirtilerin azaldığı görülmüştür.

2.4. Konu İle İlgili Yurtdışında ve Yurtiçinde Yapılan Araştırmalar

2.4.1. Ekran Kullanımı İle İlgili Araştırmalar

Kabali ve arkadaşlarının (2015) yaptıkları araştırmaya göre çocuklar günde ortalama olarak, 45 dakikayı televizyon izleyerek, 27 dakikayı mobil cihazda televizyon programlarını veya videoları izleyerek, 22 dakikayı mobil cihazdaki uygulamaları kullanarak ve 15 dakikayı bir video konsolunda oyun oynayarak geçirmektedir. Televizyon ekran süresi tüm yaş gruplarında sabit kalırken, mobil cihaz ekran süresi yaşla birlikte artmıştır. Ayrıca araştırma, 3 ve 4 yaşındaki çocukların çoğunun mobil cihazları yardım almadan kullanabildiğini ve 3 çocuktan 1'inin aynı anda birkaç medya cihazı kullandığını ortaya çıkarmıştır.

Hinkley, Carson, Kalomakaefu ve Brown (2017), annelerin ekran başında kalma süresinin iyi olma halleri üzerindeki etkisine ilişkin algılarının, çocukların ekran başında geçirdikleri süre ile olan ilişkisine, uygun ekran süresi algılarının aracılık edip etmediğini incelemiştir. Araştırma sonuçlarına göre, annelerin çocukların fiziksel refahı üzerinde daha yüksek düzeyde algılanan olumsuz sonuçlar bildirmesine rağmen çocukların bilişsel ve sosyal iyilik hallerine zarar vermediğine inandıkları belirlenmiştir.

Cho ve Lee (2017) tarafından yapılan araştırma sonuçlarına göre akıllı telefon kullanımına yüksek bağımlılık eğilimi gösteren çocukların ebeveynleri ağırlıklı olarak 20'li yaşlarında, istikrarlı bir işten yoksun ve lise mezunudur. Bu araştırmaya göre, küçük çocukların %2'si günde 4 saatten fazla akıllı telefon kullanmaktadır. Ebeveynler, çocukların eğlenmesi (% 40) ve eğitici değeri (% 34) nedeniyle akıllı telefon kullanıma izin vermektedir. Ebeveynler, çocukların kullandığı akıllı telefon uygulamasının içeriğini incelememekte ve bu durum çocukların gelişimleri için tehlike oluşturmaktadır. Ebeveynler çocuklarının akıllı telefon kullanımını sınırladığında çocukta saldırganlık, dikkat dağınıklığı gibi belirtilerin azaldığı görülmüştür.

Papadakis, Zaranis ve Kalogiannakis (2019) tarafından yapılan araştırmaya göre ebeveynler mobil cihazları yararlı bulurken çocuklarının öğrenmesini destekleyebilecek dijital teknolojilerin yapıcı kullanımı ile bu cihazların sağlıksız kullanımı arasındaki çizginin nerede olduğunu anlamakta güçlük çektiklerini bildirmişlerdir.

Madigan, Browne, Racine, Mori ve Tough (2019) Kanada da yaşayan çocukların ekran karşısında geçirdikleri süre ve gelişimsel performansları arasındaki ilişkiyi araştırdıkları çalışmalarında ortalama olarak 24, 36 ve 60 aylık çocukların sırasıyla günde yaklaşık 2.4, 3.6 ve 1.6 saat televizyon izlediğini tespit etmişlerdir. Ekran süresinin çocukların en iyi şekilde gelişme yeteneklerini etkileyebileceğini, çocukların ekranları izlerken, motor ve kişilerarası iletişim becerilerini uygulama ve bunlarda ustalaşma konusunda önemli fırsatları kaçırıyor olabileceğini vurgulamışlardır.

Behnamnia, Kamsin, Ismail ve Hayati (2020) dijital oyun tabanlı öğrenme uygulama teknolojilerinin (tabletler ve akıllı telefonlar) okul öncesi dönemdeki çocuklarda (3-6 yaş) yaratıcılık becerilerini geliştirip geliştiremeyeceğini ve yaratıcı becerilerin etkili olan ana bileşenlerinin neler olduğunu araştırmışlardır. Dijital oyun tabanlı öğrenme ile öğrencilerin yaratıcı beceriler ve eleştirel düşünme, bilgi aktarımı, dijital deneyimdeki

becerilerin edinimi ve öğrenmeye karşı olumlu bir tutum geliştirme becerilerini potansiyel olarak etkileyebileceğini ve derin, kavrayışlı öğrenmeyi sağlayabileceğini tespit etmişlerdir. Dijital oyunların da öğrenme sürecine olumlu etkisi vardır ve problem çözme becerisi ile çocuklarda öğrenme sürecini hızlandırmaktadır. Bu çalışmanın bulguları ayrıca, dijital oyun temelli öğrenmelerin yaratıcılığı ve bilim, teknoloji, mühendislik ve matematik gibi konuları birleştirmek için uygun olduğunu, çünkü çocukların görünmezin soyut ve karmaşık kavramını göstermelerine olanak tanımaktadır.

Chen, Chen, Wen, ve Snow (2020) Çinli okul öncesi çocukların ekran görüntüleme (telefonlarda, televizyonlarda, tabletlerde ve bilgisayarlarda) hakkındaki ebeveyn raporlarını ve bunun ebeveyn etkinliği ve ebeveynlerin evde okuryazarlık uygulamaları ile ilişkisini araştırmıştır. Çalışma, kendi ebeveynlik yetenekleri konusunda yetersiz, endişeli veya şüpheli hisseden ve düşük sosyoekonomik geçmişe sahip ebeveynlerin okul öncesi dönem çocuklarına daha az resimli kitap sağlama eğiliminde olduklarını ve çocuklarının televizyon, tablet gibi ekran cihazlarında daha fazla zaman geçirmelerine izin verdiğini göstermektedir. Televizyon izleme ve tablet kullanım sıklığının ev okuryazarlığı uygulaması için tutarlı bir şekilde zararlı olduğu ancak bilgisayar kullanımının olumlu etkileri olduğu tespit edilmiştir. Ebeveynler kendilerini yetersiz olarak algıladıklarında, bu amaçla kullanacak kitapları aramak yerine, çocuklarını eğlendirmek için medya teknolojisi cihazlarına başvuruda bulunmaktadırlar.

McArthur, Browne, Tough ve Madigan (2020) Kanada'da okul öncesi çağındaki çocuklarda ekran kullanımının yörüngelerini, tahmin eden sosyo-demografik faktörleri belirlemek için 3 zaman noktasında (24, 36, 60 ay) ekran kullanım modellerini incelemişlerdir. Bulgulara göre çocuklarda, 24 ayda (günde ~ 4 saat) yüksek düzeyde ekran kullanımı tespit edilimiş ve erken çocukluk dönemi boyunca yüksek düzeyde ekran kullanımı devam etmiştir. Ekran kullanım süresi 36 ayda zirveye ulaşırken, 36 aydan 60 aya bir düşüş gözlenmiştir. Bu durum, okula başlamayla medya cihazlarına erişimin azalması açısından çevresel değişikliklerle ilişkili olabilir. Ekran kullanım süresinin artması çocuklarda yüksek seviyelerde dışsallaştırma semptomları (dikkatsizlik, saldırganlık), daha düşük adaptif davranış seviyeleri (yaşa uygun yaşam becerileri, liderlik) ve zayıf performans (yaşa uygun dil, sosyal beceriler, ince ve kaba motor beceriler) göstermelerine neden olmaktadır. Araştırma aynı zamanda etnik azınlık

statüsünün, düşük gelirin, düşük anne eğitiminin ve yüksek düzeyde anne ekranı kullanımının yüksek kalıcı ekran kullanım yörüngesi ile ilişkili olduğunu belirlemiştir. Bu çalışma, ekran kullanım kalıplarının yaşamın ilk yıllarında oluştuğunu vurgulamaktadır. Bu nedenle, yaşa uygun bir şekilde teknolojiye katılımı teşvik etmek için aile düzeyinde müdahaleye olan ihtiyacı, özellikle risk altındaki popülasyonlara ve değişimin aracıları olarak ebeveynlere dikkat çekmektedir.

Kühhirt ve Klein (2020), ebeveyn eğitimine göre iki ve dört yaş arasındaki çocukların televizyon maruziyetindeki farklılıkları ve bunların çocukların dil yeteneği, tümevarımlı muhakeme yeteneği ve beş yaş civarında davranışsal gelişim ile ilişkilerini araştırmışlardır. Farklı eğitim geçmişine sahip ebeveynler, çocuklarının televizyon izlemesine izin verme miktarı açısından farklılık göstermektedir. Eğitim düzeyi arttıkça izin süreleri azalmaktadır. Araştırma ile aile ortamında televizyona maruz kalmanın çocukların kelime hazinesi, tümevarımsal akıl yürütme yeteneği ve davranışsal gelişim üzerinde güçlü bir olumsuz etkisi olduğuna dair hiçbir kanıt bulunmamıştır. Çalışmada çocukların televizyon maruziyetinin içeriği ve bağlamı dikkate alınmamıştır.

Hiltunen ve arkadaşları (2020) okul öncesi çağındaki çocuklardan oluşan bir örneklemde, yatma zamanları, uyanma süreleri, uyku süresi ve uyku tutarlılığı ile ekran süresi ve uyku alışkanlıkları arasındaki ilişkiyi araştırmışlardır. Sonuçlar, hem hafta içi hem de hafta sonlarında, toplam ekran süresinin daha yüksek miktarının geç yatma saatleri ve daha kısa uyku süresi ile ilişkili olduğunu göstermiştir.

Lin ve arkadaşları (2020) ebeveyn eğitiminin Asyalı okul öncesi çocuklarda ekran süresi, uyku bozuklukları ve psikososyal adaptasyon üzerindeki etkilerini incelemişlerdir. Ebeveyn eğitim programı, okul öncesi çocuklar arasında ekran süresini etkili bir şekilde azaltmaya yardımcı olmuştur. Ayrıca, müdahale deney grubundaki uyku kalitesini ve dikkat puanını etkili bir şekilde artırmıştır ancak içselleştirme veya dışsallaştırma puanlarında önemli bir farklılık oluşturmamıştır.

Genç tarafından (2014) yapılan araştırmaya göre okul öncesi dönemdeki çocuklar, televizyon, akıllı telefon, bilgisayar ve tablet ile günde ortalama üç saat vakit geçirmektedirler. Ebeveynlerin neredeyse yarısı (%49) akıllı telefon kullanan çocuklarıyla ilgili olumsuz görüş bildirirken, % 27'si kullanım konusunda olumlu, %

26'sı tarafsız hissettiğini belirtmiştir. Ebeveynler yüksek sosyo-ekonomik ve eğitim seviyelerine rağmen çocukları ile birlikte nadiren kitap okumaktadırlar.

Gündoğdu ve arkadaşlarının (2016) yaptığı araştırmada okul öncesi çocukların gün içerisinde bir saat ve üzeri medyaya maruz kaldığı tespit edilmiştir. Çocukların daha çok yemek yeme sırasında teknolojik alet kullandığı ve ailelerin bu araçların zararları hakkındaki bilgi düzeyinin düşük olduğu rapor edilmiştir.

Çelik (2017) tarafından yapılan araştırma sonuçlarına göre araştırmaya katılan çocukların yarısından fazlasının ekran kullanım sürelerinin günlük iki saatin üzerinde olduğu saptanmıştır. Aynı araştırmaya göre çocuğun yaşı, annenin çalışması, ebeveynlerin eğitim durumu ve devam edilen okulun çocukların ekran kullanımını etkilediği görülmüştür. Anne öğrenim düzeyi arttıkça çocukların ekran karşısında geçirdikleri sürenin azaldığı tespit edilmiştir. Ebeveynlerin çoğunluğu ekran kullanım konusunda aile içinde belirlenmiş kuralların olduğunu, çocukların çoğunlukla yemek yerken ekrana maruz kaldığını bildirmişlerdir.

Aral ve Doğan Keskin (2018) tarafından yapılan bir araştırma da 0-6 yaş grubu çocukların % %44,8'i cep telefonu, %43,1'i tablet, %21'i bilgisayar kullanmakta ve %70,2'si televizyon izlemektedir. Çocuklar ekranı "çizgi film izleme" ve "dijital oyun oynama" amacıyla kullanmaktadır. Çocuklar televizyonla çoğunlukla bir yaşında, cep telefonuyla bir iki yaş arasında, bilgisayar ile de iki üç yaş aralığında karşılaşmaktadır. Ebeveyn görüşlerine göre çocuklar cep telefonu, bilgisayar ve tablete gün içinde 30 dakika ve altında zaman ayırırken, televizyona ise 31-60 dakika zaman ayırdıkları belirlenmiştir. Ebeveynlerin büyük çoğunluğu çocuklarının teknolojik alet kullanımına sınırlama getirdiğini belirtmişlerdir.

Kadan ve Aral (2018) tarafından yapılan araştırmaya göre okul öncesi dönemdeki çocukların çoğunluğu cep telefonunu oyun oynama ve çizgi film izlemek amacıyla kullandığı ayrıca çocukların bir kısmının evinde tablet bulunduğunu ve resim yapmak için kullandıklarını, çocukların çoğunluğunun yemek yerken televizyon izlediklerini tespit etmişlerdir.

Mutlu (2019) tarafından yapılan çalışmaya göre ekran önünde geçirilen süre ile cinsiyet, gelir durumu ve ebeveyn eğitim düzeyi arasında ilişki olmadığı bunun yanında kreşe gitme, ebeveyn ekran kullanımı, en az bir kardeş varlığı ile ekran maruziyetinin arttığı

saptanmıştır. Aynı çalışmaya göre iki yaşın üzerindeki çocuklarda ekran maruziyetinin artması ile beden kitle indekslerinde artma ve günlük uyku sürelerinin azaldığı tespit edilmiştir. Çocukların %38,9'u 30 dakika-1 saat, %29,6'sı 1-2 saat, %12,4'ü 3-4 saat, %5,3'ü 5 saatten fazla televizyon izlediği görülmüştür. Aileler çocuklarının televizyon izlemeye başlama yaşını büyük çoğunlukla bir yaş sonrasında olduğunu belirtmişlerdir. Ekranın, yemek yeme ve sakinleştirmek amacıyla daha çok kullanıldığı belirtilmiştir.

Üstündağ (2019) tarafından yapılan araştırma 4-6 yaş arası çocukların oyun oynamak için telefon ve tablet kullandıklarını tespit etmiştir. Çocuklar oyun oynama sebeplerini, seviyorum, eğlenceli ve hoşuma gidiyor şeklinde sıralamışlardır. Çocukların en çok oynamayı tercih ettikleri dijital oyun ise boyama olarak belirlenmiştir.

Altun (2019) tarafından yapılan araştırmaya göre çocukların alıcı ve ifade edici dil kelime bilgisi ile televizyon izleme süresi ve bilgi iletişim teknolojileri arasında anlamlı bir ilişki bulunmamıştır.

Ateş ve Durmuşoğlu Saltalı (2019) tarafından yapılan araştırmaya göre çocukların çoğunluğunun bir saatin üzerinde bir kısmının da üç saat üzerinde cep telefonu ve tablet kullandığını belirlenmiştir. Ebeveynlerin yaklaşık olarak yarısı çocuklarının cep telefonu ve tablet kullanımı konusunda kontrol sağlayamadıkları ancak büyük çoğunluğu içerik konusunda kontrol sağlayabildiklerini bildirmişlerdir. Çocuklar bu aletleri çoğunlukla oyun oynama ve eğlenme amaçlı, bir kısmı da eğitim amaçlı kullanmaktadır. Ayrıca ailelerin çocukları oyalamak için de teknolojik aletlere yönlendirdiği tespit edilmiştir.

Yıldız ve arkadaşlarının (2020) yaptıkları araştırma sonuçlarına göre ebeveynlerin internet kullanımı ile çocukların ego sağlamlığı arasında bir ilişki olmadığı saptanmıştır (Yıldız, Arslan, Eravcı ve Adagideli, 2020).

Çelen Yoldaş ve Özmert (2020) tarafından yapılan araştırmada iki yaşından küçük çocukların ekran izleme süresinin ortalama 1.47 saat olduğu tespit edilmiştir. Hatta bu yaş grubunda maksimum ekran izleme süresinin 12 saate kadar çıktığı bildirilmiştir. Ekran izleme süresinin özellikle 36 aydan sonra belirgin olarak arttığı da aktarılmaktadır. Aileler ekranı, bakım aracı ve çocukların gelişimini destekleyici olarak kullanabilmektedirler bu durum ekran maruziyetini artırmaktadır.

Gökel (2020) tarafından yapılan araştırma teknolojik aletlerin hayatımızın birçok noktasına yerleştiğini, ebeveynlerin ve çocukların bu araçlara bağımlı hale geldiğini bu durumun fiziksel ve zihinsel gelişimleri ile okul, aile, sosyal hayat ve iş yaşantılarını olumsuz yönde etkilemeye başladığını tespit etmiştir.

Cengiz Saltuk ve Erciyes (2020) araştırmalarında okul öncesi çocukların çoğunluğunun televizyon, tablet ve akıllı telefon kullandığını annelerin televizyon izleme süresi konusunda sınırlama yapmadığını bildirmişlerdir.

Zehir ve arkadaşları (2020) tarafından yapılan araştırmaya göre ebeveynlerin okul öncesi dönem çocuklarının teknolojik aletleri tek başına kullanmasına izin verdikleri ancak içerik kontrolü yaptıkları, bazı ebeveynlerin de çocuklarının girdiği internet sitelerini takip ettiği belirlenmiştir. Ebeveynlerin, çocuklarını teknolojik aletlerin zararlarından korumak için yardımcı olabilecek kişilerin başında öğretmenleri düşündükleri, süre kısıtlaması yaptıkları, kullanıma izin vermeme ya da oyun, kitap okuma, boyama gibi etkinliklere yönelterek sınırlamaya çalıştıkları belirlenmiştir (Zehir vd., 2020).

2.4.2. Öz Düzenleme Becerileri İle İlgili Araştırmalar

Vallotton ve Ayoub (2011) tarafından yapılan araştırmaya göre dil becerilerinin çocukların öz düzenleme performansını artırdığı belirlenmiştir. Aynı araştırma sonucuna göre öz düzenleme becerileri cinsiyet değişkeni açısında farklılaşmamaktadır.

Cadima, Barros, Ferreira, Serra-Lemos, Leal ve Verschueren, (2019) tarafından yapılan araştırmaya göre öz-düzenlemenin, okul öncesi yılın sonunda, alıcı kelime dağarcığının başlangıç seviyelerini kontrol ederek, ifade edici kelime dağarcığını yordadığını ve alıcı kelime dağarcığının, ilk öz-düzenleme seviyelerini kontrol ederek, öz-düzenlemeyi yordadığını göstermiştir.

Lenes, McClelland, Ten Braak, Idsøe ve Størksen, (2020) tarafından Norveç'te yapılan bir araştırmaya göre erken çocukluk döneminde öz düzenleme becerilerinin gelişimi, çocukların birinci sınıftaki matematik becerileri ile beşinci sınıftaki okuduğunu anlama ve matematik başarılarını anlamlı şekilde yordadığı belirlenmiştir.

Fındık Tanrıbuyurdu (2012) tarafından yapılan çalışmaya göre öz düzenleme becerilerinin yaşla birlikte arttığı, 5 yaşında en yüksek düzeyde olduğu, cinsiyet, anne-baba yaşı, doğum sırası açısından ise etkilenmediği belirtilmiştir.

Dağgül (2016) tarafından yapılan çalışmaya göre öz düzenleme becerileri ile cinsiyet arasında anlamlı bir ilişki bulunurken kardeş sayısı, anne-baba öğrenim düzeyi ve gelir durumu arasında anlamlı bir ilişki bulunmamıştır. Öz düzenleme becerilerinin kızlarda erkeklere göre daha yüksek olduğu tespit edilmiştir. Kardeş sayısı ile öz düzenleme becerileri arasında istatistiksel açıdan anlamlı bir fark olmamasına karşın tek çocuk olanların öz düzenleme beceri puanlarının daha yüksek olduğu belirtilmiştir. Anne-baba eğitim düzeyi açısından da istatistiksel açıdan anlamlı bir fark olmamasına karşın eğitim düzeyi yüksek olanların çocuklarının öz düzenleme beceri puanlarının daha yüksek olduğu belirtilmiştir.

Aksoy ve Yaralı (2017) çalışmalarında kız çocuklarının erkek çocuklara göre öz düzenleme becerisinin daha gelişmiş olduğunu tespit etmişlerdir.

Öztabak (2017) tarafından yapılan çalışmaya göre okul öncesi çocukların öz düzenleme becerilerinin anne-baba yaş ve öğrenim durumundan etkilenmediği belirlenmiştir. Öz düzenleme becerilerinden dikkat/dürtü kontrolünün erkeklerde kız çocuklarına göre daha düşük olduğu, olumlu duygu durumlarının ise cinsiyete göre değişiklik göstermediği tespit edilmiştir.

Aydın (2018) tarafından yapılan çalışmaya göre çocukların dikkat/dürtü puanının 6 yaşındaki çocuklarda 5 yaşındakilere göre daha yüksek olduğu, cinsiyet, kardeş sayısı, anne-baba eğitim düzeyi, değişkeni açısından ise anlamlı bir fark olmadığı tespit edilmiştir.

Şepitçi (2018) tarafından yapılan çalışmaya göre öz düzenleme becerilerinin, çocuğun yaşına, anne-baba öğrenim durumuna göre anlamlı farklılık gösterdiği ancak çocuğun cinsiyetine, kardeş sayısına göre anlamlı bir farklılık göstermediği tespit edilmiştir. Öz düzenleme becerilerinin yaş ve anne-baba öğrenim düzeyi artışı ile arttığı belirtilmiştir. Cinsiyet ve kardeş sayısı değişkeni açısından anlamlı bir fark olmamasına karşın öz düzenleme puanlarının kız çocuklarında ve 3 ve üzeri kardeşi olanlarda daha yüksek olduğu bulunmuştur. Öz düzenleme becerileri ile okula uyum becerileri arasında pozitif yönlü anlamlı bir ilişki olduğu belirlenmiştir.

Tekin (2018) tarafından yapılan araştırmaya göre öz düzenleme becerileri çocuğun cinsiyet, kardeş sayısı ve anne-babanın çalışma durumu ile değişmezken, anne-babanın öğrenim durumu ile anlamlı farklılık oluştuğu bildirilmiştir. Anne-babanın öğrenim düzeyi arttıkça genel öz düzenleme becerileri ile dikkat-dürtü kontrolü, olumlu duygu alt boyutlarında artış olduğu tespit edilmiştir.

Temiz (2019) tarafından yapılan araştırmaya göre çocuğun davranışsal öz düzenleme becerilerinin doğum sırası ve cinsiyet değişkeni ile değişiklik göstermediği, anne çalışma durumu, anne-baba öğrenim durumu ve gelir düzeyi artışına göre pozitif yönde anlamlı farklılık olduğu bildirilmiştir.

Beyazıt (2019) tarafından yapılan araştırmaya göre kızların öz düzenleme becerilerinin erkeklere göre daha yüksek olduğu, yaşla öz düzenleme becerilerinin değişmediği tespit edilmiştir.

Tuzcuoğlu, Azkeskin, Küsmüş ve Cengiz (2019) tarafından yapılan araştırma sonuçlarına göre öz düzenleme becerisi kız çocuklarında erkek çocuklarına göre anlamlı olarak yüksek olduğu bulunmuştur. Çalışma öz düzenleme becerisinin yaşın artmasıyla arttığını, kardeş sayısından etkilenmediğini ve anne-baba eğitim durumuna göre değişmediğini ortaya koymuştur.

Bayındır ve Biber (2019) 60-72 aylık çocukların okula hazır bulunuşluk düzeyleri ile öz düzenleme beceri düzeyleri arasındaki ilişkiyi inceledikleri araştırmalarında öz düzenleme becerinin cinsiyet değişkenine göre anlamlı olarak farklılaşmadığını ve çocukların yaşları arttıkça öz düzenleme becerilerinin arttığını belirlemişlerdir.

Uykan ve Akkaynak (2019) tarafından yapılan araştırmaya göre öz düzenleme becerileri cinsiyet değişkenine göre anlamlı olarak değişmezken sosyoekonomik düzey, anne eğitim düzeyine göre anlamlı olarak değişmektedir. Öz düzenleme performansı anne eğitim düzeyi ve gelir durumunun artması ile olumlu yönde değişmektedir.

İleri (2019) tarafından yapılan araştırmaya göre öz düzenleme becerileri ilk çocuk olma, tek kardeş olma, anne-baba yaşının 24-29 arasında olması, babanın çalışması, anne-baba öğrenim durumunun artması ile artış gösterdiği annenin çalışması ile düşüş gösterdiği son olarak yaş ve cinsiyet değişkeni ile değişkenlik göstermediği belirlenmiştir.

Karakurt (2019) tarafından yapılan araştırmaya göre 48-72 aylık çocukların öz düzenleme becerileri anne-baba öğrenim durumu, gelir düzeyi, çocuğun yaşının artışı ve kız çocuk olma ile arttığı, doğum sırası ve kardeş sayısı açısından ise farklılaşmadığı tespit edilmiştir.

Mercan (2019) tarafından yapılan araştırmaya göre öz düzenleme becerileri çocuğun yaş, kardeş sayısı, doğum sırası, anne çalışma durumu, anne-baba yaşı ve öğrenim durumu değişkenlerine göre farklılaştığı cinsiyet ve baba yaşı durumuna göre değişiklik göstermediği belirtilmiştir. İlk doğum, kardeş sayısının azlığı, 5 yaş ile anne-baba öğrenim durumunun artışı ve yaşlarının 30'un altında olması ile çocukların öz düzenleme becerileri artmaktadır.

Şamlı (2019) tarafından yapılan çalışmaya göre okul öncesi çocukların öz düzenleme becerileri çocuğun cinsiyeti ve kaçıncı çocuk olarak dünyaya geldiğine göre değişmezken kardeş sayısı, anne-baba öğrenim ve çalışma durumuna göre farklılaştığı belirlenmiştir. Cinsiyet açısından öz düzenleme becerilerinde anlamlı farklılık olmamasına rağmen kız çocuklarının öz düzenleme puanlarının erkeklerden yüksek olduğu bildirilmiştir. Öz düzenleme becerilerinin, annenin çalışması ve anne-baba öğrenim durumunun artışı arttığı çocukların kardeş sayısının artması ile düştüğü belirlenmiştir.

Özsoy Yanbak (2019) tarafından yapılan bir araştırmaya göre çocukların öz düzenleme becerileri cinsiyet, kardeş sayısı, baba öğrenim düzeyi değişkenlerinden etkilenirken doğum sırası, anne öğrenim düzeyi, anne-baba yaş değişkenlerinden etkilenmediği tespit edilmiştir. Öz düzenleme becerileri kızlarda erkeklere göre, tek çocuk olanlarda 1-2-3 ve üzeri kardeşi olanlardan daha yüksek olduğu tespit edilmiştir. Aynı zamanda baba eğitim düzeyi ile öz düzenleme becerileri arasında pozitif yönde anlamlı ilişki bulunmuştur.

Emre, Temiz, Tarkoçin ve Ulutaş Keskinkılıç, (2020) tarafından yapılan bir çalışmaya göre 60-72 aylık çocukların sosyal memnuniyetsizlik düzeyi arttıkça öz düzenleme becerileri anlamlı düzeyde düşmektedir.

Öksüz (2020) tarafından yapılan 4-6 yaş çocukların öz düzenleme becerileri ile kaygı düzeyleri arasındaki ilişkinin incelendiği araştırmada cinsiyet, yaş ve ebeveyn eğitim durumu ile öz düzenleme becerisi arasında anlamlı bir fark bulunmamıştır.

Yıldız (2020) tarafından yapılan araştırmaya göre öz düzenleme becerilerinin yaşla birlikte arttığı, 1 kardeşi olanlarda daha yüksek olduğu, anne-baba öğrenim düzeyi artışı ile pozitif yönde ilişkili olduğu ancak cinsiyet değişkeninden etkilenmediği belirlenmiştir.

Arslan ve arkadaşlarının (2021) Okul öncesi dönem çocuklarının öz düzenleme becerilerinin incelendiği bir araştırmada çocukların öz düzenleme becerilerinin kızlarda erkeklere göre daha yüksek olduğu, yaşın artmasıyla birlikte arttığı ve gelir durumu artışı ile negatif yönde ilişkili olduğu tespit edilmiştir.

Saraç, Abanoz ve Ogelman (2021) tarafından yapılan araştırmaya göre öz düzenleme becerileri tüm alt boyutlarda (dikkat, çalışma belleği ve engelleyici kontrol) kızlarda erkeklere göre daha yüksek olduğu, anne-baba eğitim düzeyi artışı ve annenin çalışma durumuna göre de artış gösterdiği tespit edilmiştir.

3. YÖNTEM

3.1. Araştırmanın Modeli

4-6 yaş çocukların ekran kullanım alışkanlıkları ile öz düzenleme becerileri arasındaki ilişkinin incelendiği bu çalışmada ilişkisel tarama modeli kullanılmıştır. İlişkisel tarama modeli, iki veya daha fazla değişken arasındaki birlikte değişim varlığını ve derecesini belirlenmesi amacıyla yapılan araştırmalardır (Büyüköztürk, Çakmak, Akgün, Karadeniz ve Demirel, 2014).

3.2. Çalışma Grubu

Çalışma grubunu, Karaman il merkezinde ikamet eden, 2020-2021 eğitim-öğretim yılında anaokuluna veya anasınıfına devam eden 4-6 yaş aralığındaki çocukların anneleri oluşturmuştur. Karaman il merkezinde 10 anaokulu ile 13 ilkokul bünyesinde bulunan anasınıfına devam eden toplam 1720 çocuğun annesine veri toplama araçları Google Form üzerinden öğretmenler aracılığı ile ulaştırılmıştır. Çalışmaya gönüllü olarak katılmayı kabul eden 159'u erkek (%52,6), 144'ü kız (%47,4) çocuğuna sahip toplam 303 anne çalışma grubunu oluşturmuştur.

3.3. Veri Toplama Araçları

Araştırmada veri toplama araçları olarak çocukların ekran kullanım alışkanlıklarını belirlemek amacıyla 'Problemli Medya Kullanım Ölçeği (PMKÖ)', öz düzenleme becerilerini belirlemek amacıyla '4-6 Yaş Çocuklarına Yönelik Öz Düzenleme Becerileri Ölçeği' ve katılımcıların sosyo-demografik özelliklerini saptamak amacıyla araştırmacı tarafından hazırlanan "Kişisel Bilgi Formu'' kullanılmıştır. Bu ölçekler hakkında aşağıda bilgi verilmiştir.

3.3.1. Problemli Medya Kullanım Ölçeği (PMKÖ)

Problemli Medya Kullanım Ölçeği; 2017 yılında Domoff ve arkadaşları tarafından, 4-12 yaş grubundaki çocuklarda ekran bağımlılığını saptamak üzere geliştirilmiştir. Problemli medya kullanımını ölçen ölçek, 5'li likert tipinde 9 maddeden oluşmaktadır. Maddeler 1'den (asla) 5'e (her zaman) giden Likert ölçeği üzerinden puanlanmaktadır.

PMKÖ toplam puanı bütün maddelerden alınan puanların ortalamasının alınmasıyla elde edilir. Ölçekten alınan yüksek puanlar problemli kullanımı ifade etmektedir. Ölçeğin cronbach alfa katsayısı. 97 olarak tespit edilmiştir. Ölçek, Cansu Furuncu ve Erdinç Öztürk (2019) tarafından Türkçeye uyarlanmıştır. Furuncu ve Öztürk'ün 213 ebeveyn üzerinde yapmış olduğu çalışmasında ölçeğin cronbach alfa katsayısı 0.90 bulunmuştur.

3.3.2. 4-6 Yaş Çocuklarına Yönelik Öz Düzenleme Becerileri Ölçeği (Anne Formu)

4-6 Yaş Çocuklarına Yönelik Öz Düzenleme Becerileri Ölçeği; 2018 yılında Erol ve İvrendi tarafından 4-6 yaş çocuklarının öz-düzenleme becerilerini anne görüşlerine dayalı olarak belirlemeye yönelik geliştirilmiştir. Öz düzenleme becerilerini ölçen ölçek, 5'li likert tipinde 20 maddeden oluşur ve maddeler, '1-Hiçbir Zaman, 2-Nadiren, 3-Bazen, 4- Çoğunlukla, 5-Her Zaman' şeklindedir. Ölçek dört faktörden oluşmaktadır. Bunlar dikkat, çalışma belleği, engelleyici kontrol-duygu ve engelleyici kontrol-davranıştır. Türkiye'nin bir güneybatı ilinde anaokulları ve anasınıflarına devam eden 509 çocuk ile yürütülmüş olan ölçeğin cronbach alfa katsayısı. 90 olarak tespit edilmiştir.

3.3.3. Kişisel Bilgi Formu

Katılımcıların sosyo-demografik özelliklerini saptamak amacıyla araştırmacı tarafından hazırlanmıştır. Bu form; katılımcıların çocuklarının cinsiyet, yaş, kardeş sayısı ile anne-baba eğitim ve gelir durumunu aydınlatacak niteliktedir.

3.4. Verilerin Toplanması

Etik kurul izni ve Karaman Valiliğinden gerekli izinler alındıktan sonra veri formundaki sorular öğretmenler aracılığı ile annelere ulaştırılmıştır. Covid-19 pandemisi nedeniyle alınan önlemlerden dolayı veriler, Google Form üzerinden gönüllülük esasına göre doldurulmuş ve toplanmıştır. Formun başlangıç kısmında araştırma hakkında bilgilendirme yapılmıştır. Çalışmaya gönüllü olarak katılmayı kabul edenler araştırmaya dahil edilmiştir.

3.5. Verilerin Analizi

Araştırmadan elde edilen verilerin analizinde Statistical Package for Social Sciences (SPSS) 25.0 programı kullanılmıştır. Öncelikle "Problemli Medya Kullanım Ölçeği (PMKÖ)" ve "4-6 Yaş Çocuklarına Yönelik Öz Düzenleme Becerileri Ölçeği (Anne Formu)" alınan puanların gruplar arasında normal dağılıp dağılmadığı test edilmiştir. Araştırma değişkenlerinin en düşük-en yüksek değerleri, ortalama ve standart sapmaları, çarpıklık-basıklık değerleri Tablo 1'de sunulmuştur. Tablodan da izlenebileceği gibi bütün araştırma değişkenlerine ait çarpıklık ve basıklık değerleri normal sınırlar içerisindedir. Ölçeklerden elde edilen puan ortalamaları arasında anlamlı ilişki Pearson Korelasyon Analizi ile test edilmiştir. Problemli medya kullanımının öz düzenleme becerisi ile alt boyutları üzerindeki yordayıcı etkisini belirlemek için doğrusal regresyon analizi yapılmıştır. Yine gruplar arasındaki ikili değişkenler bağımsız gruplar t testi ile analiz edilmiştir. Grupların normal dağılmadığı durumlarda nonparametrik testlerden çoklu grupların karşılaştırılmasında ilişkisiz örneklemler için Kruskal Wallis H testi, ikili grupların karşılaştırılmasında ise Mann Witney U testi kullanılmıştır.

Tablo 1. Araştırma değişkenlerinin en düşük-en yüksek değerleri, ortalama ve standart sapmaları, çarpıklık-basıklık değerleri

Değişkenler	n	En Düşük	En Yüksek	Ort.	S	Çarpıklık	Hata	Basıklık	Hata
Ekran Kullanımı	303	1,00	4,56	2,13	,77	,792	,140	,168	,280
ÖZ Düzenleme	303	2,20	5,00	3,83	,50	-,659	,140	,545	,279
Dikkat	303	1,33	5,00	3,77	,66	-,839	,140	,997	,279
Çalışma Belleği	303	2,20	5,00	4,33	,54	-,888	,140	,957	,279
Engelleyici Kontrol Davranış	303	2,00	5,00	3,99	,65	-,408	,140	-,286	,279
Engelleyici Kontrol Duygu	303	1,50	5,00	3,10	,70	-,207	,140	-,039	,279

3.6. Araştırmanın Etik Yönü

Araştırma verilerini toplamak amacıyla öncelikle KTO Karatay Üniversitesi İlaç ve Tıbbi Cihaz Dışı Araştırmalar Etik Kurulundan 28.04.2021 tarih ve 7864 sayısı ile etik kurul izni alınmıştır. Verilerin toplanacağı okullarda uygulama yapabilmek için Karaman Valiliğinden 03.06.2021 tarihinde gerekli izinler alınmıştır. Çalışmanın amacı ve içeriği veriler toplanmadan önce ayrıntılı bir şekilde açıklanmış, çalışmaya katılımın gönüllülük esasına dayandığı ve toplanan verilerin gizli tutulacağı belirtilmiştir.

4. BULGULAR

Bu bölümde araştırmanın alt problemlerine yönelik toplanan verilerin analizlerinden elde edilen bulgulara yer verilmiştir. Demografik özellikler ile önce ekran kullanım alışkanlıkları daha sonra öz düzenleme becerileri arasındaki ilişkiler tablo haline getirilmiş ve yorumlanmıştır. Son olarak korelasyon ve regresyon analizi tablolarına yer verilmiştir.

4.1. Çocukların Ekran Kullanım Alışkanlıklarına Yönelik Bulgular

Çalışma grubunun sosyodemografik özellikleri, ekran karşısında geçirdikleri süreler ve ekran kullanımına başlama yaşlarına ilişkin dağılımlar sırasıyla aşağıda incelenmiştir. Ayrıca çocukların ekran kullanım alışkanlıklarının çocuğun yaşı, cinsiyeti, kardeş sayısı, ailenin gelir düzeyi, anne-baba öğrenim ve çalışma durumuna göre farklılaşıp farklılaşmadığına ilişkin analizler bu bölümde incelenmiştir.

1. Araştırmaya katılan çocukların sosyo demografik özellikleri nelerdir?

Tablo 2. Çalışma grubunun sosyo-demografik özellikleri

		Sayı (n)	**Yüzde (%)**
Çocukların cinsiyeti	Kız	144	47,4
	Erkek	159	52,6
	Toplam	303	100
Çocukların yaşı	4	92	30,3
	5	76	25,3
	6	135	44,4
	Toplam	303	100
Kardeş sayısı	Tek	79	26
	2	155	51
	3	56	18,8
	4 ve fazla	13	4,2
	Toplam	303	100
Annenin öğrenim durumu	İlköğretim	53	17,4
	Lise	68	22,8
	Üniversite	167	54,9
	Lisansüstü	15	4,9
	Toplam	303	100

Annenin çalışma durumu	Çalışıyor	141	46,7
	Çalışmıyor	162	53,3
	Toplam	303	100
Babanın öğrenim durumu	İlköğretim	50	16,4
	Lise	59	19,7
	Üniversite	161	53
	Lisansüstü	33	10,9
	Toplam	303	100
Babanın çalışma durumu	Çalışıyor	294	97
	Çalışmıyor	9	3
	Toplam	303	100
Ailenin Sosyo-Ekonomik durumu	Çok kötü	0	0
	Kötü	6	2
	Orta	149	49
	İyi	143	47,4
	Çok iyi	5	1,6
	Toplam	303	100
Ekran kullanımı ile ilgili aile içi kuralların varlığı	Var	256	84,5
	Yok	47	15,5
	Toplam	303	100
Çocuğunuz yemek yerken televizyon ya da diğer cihazları izler/kullanır mı?	Evet	181	59,5
	Hayır	122	40,5
	Toplam	303	100

Çalışmaya katılan çocukların %30,3'ü (n=92) 4 yaş, %25,3'ü (n=76) 5 yaş, %44,4'ü (n=135) 6 yaşındadır.

Ailelerin %26'sı (n=79) tek çocuğa sahip iken, %51'i (n=155) iki çocuğa, %18,8'i (n=56) üç çocuğa, %4,2'si (n=13) dört ve üzerinde çocuğa sahiptir.

Annelerin %17,4'ü (n=53) ilköğretim, %22,8'si (n=68) lise, %54,9'u (n=167) lisans ve %4,9'u (n=15) lisansüstü eğitim seviyesindedir.

Annelerin %46,7'si (n=141) aktif olarak bir işte çalışırken %53,3'ü (n=162) herhangi bir işte çalışmamaktadır.

Babaların %16,4'ü (n=50) ilköğretim, %19,7'si (n=59) lise, %53'ü (n=161) lisans ve %10,9'u (n=33) lisansüstü eğitim seviyesindedir.

Babaların %97'si (n=294) aktif olarak bir işte çalışırken %3'ü (n=9) herhangi bir işte çalışmamaktadır.

Ailelerin gelir durumu incelendiğinde %2'si (n=6) kötü, %49'u (n=149) orta, %47,4'ü (n=143) iyi ve %1,6'sı (n=5) çok iyi şeklinde belirtmişlerdir.

Ailelerin %84,5'i (n=256) ekran kullanımı ile ilgili aile içi kuralların olduğunu belirtirken %15,5'i (n=47) herhangi bir kural koymadıklarını belirtmişlerdir.

Çocukların %59,5'i (n=181) yemek yerken ekrana maruz kalırken %40,5'i (n=122) yemek yeme esnasında ekran kullanımı bildirmemiştir. Tablo 2'de katılımcılara ait sosyo-demografik bilgiler yer almaktadır.

2. Çocukların günlük ekran karşısında geçirdikleri süre ne kadardır?

Bu araştırma amacından elde edilen sonuçlar tablo haline getirilerek Tablo 3'de sunulmuştur.

Tablo 3. Çocukların günlük ekran karşısında geçirdikleri süreye ilişkin dağılımlar

	Sayı (n)	**Yüzde (%)**
0-30 dakika	26	8,6
30-60 dakika	58	19,1
1-2 saat	95	31,3
2-3 saat	66	21,7
3-4 saat	31	10,5
4 saat üzeri	27	8,8
Toplam	303	100

Çocukların gün içerisinde %8,6'u (n=26) 0-30 dakika, %19.1'i (n=58) 30-60 dakika, %31,3'ü (n=95) 1-2 saat, %21,7'si (n=66) 2-3 saat, %10,5'i (n=31) 3-4 saat ve %8,8'i (n=27) 4 saat ve üzeri ekrana maruz kalmaktadır (Tablo 3).

3. *Çocuklar teknolojik aletleri hangi yaşta kullanmaya başlamışlardır?*

Bu araştırma amacından elde edilen sonuçlar tablo haline getirilerek Tablo 4'de sunulmuştur.

Tablo 4. Çocukların teknolojik aletleri kullanmaya başlama yaşlarına ilişkin dağılımlar

		0-1 yaş	**1-2 yaş**	**2-3 yaş**	**3-4 yaş**	**4-5 yaş**	**5-6 yaş**	**Kullanmıyor**	**Toplam**
Televizyon	Sayı (n)	49	107	89	39	10	5	4	303
	Yüzde (%)	12	26	12	18	19	8	5	100
Cep Telefonu	Sayı (n)	14	50	72	78	32	19	38	303
	Yüzde (%)	5	16	24	26	11	6	12	100
Tablet	Sayı (n)	6	15	38	83	29	29	103	303
	Yüzde (%)	2	5	12	27	10	10	34	100
Bilgisayar	Sayı (n)	4	0	31	80	16	32	140	303
	Yüzde (%)	1	0	10	27	5	11	46	100

Çocukların %5'i (n=4) televizyon izlemezken, %12'si (n=49) 0-1 yaş, %26'sı (n=107) 1-2 yaş, %12'si (n=89) 2-3 yaş, %18'i (n=39) 3-4 yaş, %19'u (n=10) 4-5 yaş ve %8'i (n=5) 5-6 yaşında televizyon izlemeye başlamıştır.

Çocukların %12'si (n=38) cep telefonu kullanmazken, %5'i (n=14) 0-1 yaş, %16'sı (n=50) 1-2 yaş, %24'ü (n=72) 2-3 yaş, %26'sı (n=78) 3-4 yaş ve %11'i (n=32) 4-5 yaş ve %6'sı (n=19) 5-6 yaşında cep telefonu kullanmaya başlamıştır.

Çocukların %34'ü (n=103) tablet kullanmazken, %2'si (n=6) 0-1 yaş, %5'sı (n=15) 1-2 yaş, %12'si (n=38) 2-3 yaş, %27'si (n=83) 3-4 yaş ve %10'u (n=29) 4-5 yaş ve %10'u (n=29) 5-6 yaşında tablet kullanmaya başlamıştır.

Çocukların %46'sı (n=140) bilgisayar kullanmazken, %1'i (n=4) 0-1 yaş, %0'ı (n=0) 1-2 yaş, %10'u (n=31) 2-3 yaş, %27'si (n=80) 3-4 yaş ve %5'i (n=16) 4-5 yaş ve %11'i (n=32) 5-6 yaşında bilgisayar kullanmaya başlamıştır (Tablo 4).

4. Çocukların ekran kullanımı cinsiyet değişkeni açısından anlamlı düzeyde farklılaşmakta mıdır?

Bu araştırma amacından elde edilen sonuçlar tablo haline getirilerek Tablo 5'de sunulmuştur.

Tablo 5. Çocukların ekran kullanımının cinsiyet değişkeni açısından karşılaştırılması

Cinsiyet	n	Ort	S	% 95 Güven Aralığı		*t*	*p*
				Alt Sınır	Üst Sınır		
Kız	144	2,027	,668	-,363	-,016	-2,173	,031
Erkek	159	2,217	,845				
Toplam	303						

Çocukların ekran kullanımının cinsiyet değişkeni açısından karşılaştırılması amacıyla Bağımsız Gruplar için t-Testi analizi yapılmış ve erkek çocukların ekran kullanımı ortalamalarının anlamlı olarak daha yüksek olduğu bulunmuştur, $t(300) = 2.173$, $p < .05$ (Tablo 5).

5. Çocukların ekran kullanımı anne eğitim düzeyi değişkeni açısından anlamlı düzeyde farklılaşmakta mıdır?

Bu araştırma amacından elde edilen sonuçlar tablo haline getirilerek Tablo 6'da sunulmuştur.

Tablo 6. Çocukların ekran kullanımının anne eğitim düzeyi değişkeni açısından karşılaştırılması

Anne Eğitim Düzeyi	n	Ortalama Sıra	χ^2	*p*	Farkın Kaynağı
İlköğretim	53	163,06	13,643	,003	Lise > Lisans p = ,019
Lise	68	179,75			
Lisans	167	139,36			
Lisansüstü	15	116,90			
Toplam	303				

Çocukların ekran kullanımının anne eğitim düzeyi değişkeni açısından karşılaştırılması için yürütülen Kruskal-Wallis analizi sonucunda, çocukların ekran kullanımı sıra ortalamalarında anne eğitim düzeyine göre anlamlı farklılıklar olduğu bulunmuştur, $\chi^2(2) = 13{,}643$, $p < .05$. Farkın kaynağını bulmak için yapılan Mann-Whitney U analizleri sonucunda, lise düzeyinde eğitime sahip annelerin çocuklarının, ekran karşısında üniversite düzeyinde eğitime sahip annelerin çocuklarından daha fazla vakit geçirdikleri bulunmuştur (Tablo 6).

6. Çocukların ekran kullanımı baba eğitim düzeyi değişkeni açısından anlamlı düzeyde farklılaşmakta mıdır?

Bu araştırma amacından elde edilen sonuçlar tablo haline getirilerek Tablo 7'de sunulmuştur.

Tablo 7. Çocukların ekran kullanımının baba eğitim düzeyi değişkeni açısından karşılaştırılması

Baba Eğitim Düzeyi	N	Ortalama Sıra	χ^2	p
İlköğretim	50	161,72		
Lise	59	167,33		
Lisans	161	148,00	6,013	,111
Lisansüstü	33	124,67		
Toplam	303			

Çocukların ekran kullanımının baba eğitim düzeyi değişkeni açısından karşılaştırılması için yürütülen Kruskal-Wallis analizi sonucunda, çocukların ekran kullanımı sıra ortalamalarında baba eğitim düzeyine göre anlamlı farklılıklar olmadığı bulunmuştur, $p > .05$. Çocukların ekran kullanımı sıra ortalama puanları baba eğitim düzeyi yükseldikçe düşmektedir (Tablo 7).

7. Çocukların ekran kullanımı kardeş sayısı değişkeni açısından anlamlı düzeyde farklılaşmakta mıdır?

Bu araştırma amacından elde edilen sonuçlar tablo haline getirilerek Tablo 8'de sunulmuştur.

Tablo 8. Çocukların ekran kullanımının kardeş sayısı değişkeni açısından karşılaştırılması

Çocuk Sayısı	n	Ortalama Sıra	χ^2	*p*
Tek çocuk	79	139,35	6,850	,077
2 Çocuk	155	147,36		
3 Çocuk	56	172,96		
4+ Çocuk	13	181,88		
Toplam	303			

Çocukların ekran kullanımının kardeş sayısı değişkeni açısından karşılaştırılması için yürütülen Kruskal-Wallis analizi sonucunda, çocukların ekran kullanımı sıra ortalamalarında kardeş sayısına göre anlamlı farklılıklar olmadığı bulunmuştur, $p > .05$. Tablo 8 incelendiğinde ekran kullanım alışkanlığı ile kardeş sayısı değişkeni arasında anlamlı farklılıklar olmamasına karşın ekran kullanım sıra ortalamalarının kardeş sayısındaki artışla yükseldiği görülmektedir.

8. Çocukların ekran kullanımı yaş değişkeni açısından anlamlı düzeyde farklılaşmakta mıdır?

Bu araştırma amacından elde edilen sonuçlar tablo haline getirilerek Tablo 9'da sunulmuştur.

Tablo 9. Çocukların ekran kullanımının farklı yaşlar açısından karşılaştırılması

Çocukların Yaşı	n	Ortalama Sıra	χ^2	*p*
4 Yaş	92	144,82		
5 Yaş	76	151,79	,868	,648
6 Yaş	135	155,84		
Toplam	303			

Çocukların ekran kullanımının farklı yaşlar açısından karşılaştırılması için yürütülen Kruskal-Wallis analizi sonucunda, farklı yaşlardaki çocukların ekran kullanımı sıra ortalamalarında anlamlı farklılıklar olmadığı bulunmuştur, $p > .05$. Ekran kullanım alışkanlığı ile yaş değişkeni arasında anlamlı farklılıklar olmamasına karşın ekran kullanım sıra ortalamalarının yaşla birlikte arttığı görülmektedir (Tablo 9).

9. Çocukların ekran kullanımı ailelerin gelir düzeyi değişkenine göre anlamlı düzeyde farklılaşmakta mıdır?

Bu araştırma amacından elde edilen sonuçlar tablo haline getirilerek Tablo 10'da sunulmuştur.

Tablo 10. Çocukların ekran kullanımının ailenin ekonomik düzeyi açısından karşılaştırılması

Ailenin Ekonomik Düzeyi	n	Ortalama Sıra	χ^2	*p*
Kötü	6	147,83		
Orta	149	162,41		
İyi	143	141,79	5,417	,144
Çok iyi	5	106,80		
Toplam	303			

Çocukların ekran kullanımının ailenin ekonomik düzeyi açısından karşılaştırılması için yürütülen Kruskal-Wallis analizi sonucunda, çocukların ekran kullanımı sıra ortalamalarında ailenin ekonomik düzeyine göre anlamlı farklılıklar olmadığı bulunmuştur, $p > .05$ (Tablo 10).

10. Ekran kullanımı ile ilgili aile içi kuralların olması çocukların ekran kullanım sürelerini etkilemekte midir?

Bu araştırma amacından elde edilen sonuçlar tablo haline getirilerek Tablo 11'de sunulmuştur.

Tablo 11. Ekran kullanımı ile ilgili aile içi kuralları olan ve olmayan ailelerde çocukların ekran kullanım sürelerine göre dağılımları

Ekran Başında Geçirilen Vakit		Ekran kullanımı ile ilgili (televizyon, bilgisayar, cep telefonu, tablet vb.) aile içi kuralların varlığı		
		Yok	Var	Toplam
0-30 dakika	n	5	21	26
	%	10,6	8,2	8,6
30-60 dakika	n	5	53	58
	%	10,6	20,7	19,1
1-2 saat	n	3	92	95
	%	6,4	35,9	31,4
2-3 saat	n	20	46	66
	%	42,6	18,0	21,8
3-4 saat	n	6	25	31
	%	12,8	9,8	10,2
4 saat üzeri	n	8	19	27
	%	17,0	7,4	8,9
Toplam	n	47	256	303
	%	100,0	100,0	100,0

Ekran kullanımı ile ilgili aile içi kuralları olan ve olmayan ailelerde çocukların ekran kullanım sürelerine göre dağılımları için yürütülen Ki-kare analizi sonucunda, ekran kullanımı ile ilgili aile içi kuralları olan ve olmayan ailelerde çocukların ekran kullanım sürelerine göre dağılımları anlamlı olarak farklılaşmıştır, $\chi^2(5) = 28{,}913$, $p < .001$ (Tablo 11).

Ekran kullanımı ile ilgili (televizyon, bilgisayar, cep telefonu, tablet vb.) aile içi kuralların olduğu ailelerde çocuklar ekran karşısında çoğunlukla 1-2 saat (%35,9) vakit geçirirken aile içi kuralların yokluğunda çoğunlukla 2-3 saat (%42,6) vakit geçirmektedir.

4.2. Çocukların Öz Düzenleme Becerilerine Yönelik Bulgular

Bu bölümde araştırmaya katılan çocukların öz düzenleme becerileri ölçeğinin alt boyutları ile çocuğun yaşı, cinsiyeti, kardeş sayısı, ailenin gelir düzeyi, anne-baba öğrenim ve çalışma durumuna yönelik bulgular yer almaktadır.

11. Çocukların öz düzenleme becerileri cinsiyet değişkeni açısından anlamlı düzeyde farklılaşmakta mıdır?

Bu araştırma amacından elde edilen sonuçlar tablo haline getirilerek Tablo 12'de sunulmuştur.

Tablo 12. Çocukların öz düzenleme beceri düzeylerinin cinsiyet değişkeni açısından karşılaştırılması

Değişkenler	Cinsiyet	n	Ort	S	% 95 Güven Aralığı		t	p
					Alt Sınır	Üst Sınır		
Dikkat	Kız	144	3.73	.70	-.21	.09	-.798	.425
	Erkek	159	3.79	.63				
Çalışma Belleği	Kız	144	4.33	.53	-.13	.11	-.135	.893
	Erkek	159	4.33	.54				
Engelleyici Kontrol Davranış	Kız	144	3.99	.64	-.14	.15	.023	.981
	Erkek	159	3.99	.65				
Engelleyici Kontrol Duygu	Kız	144	3.11	.73	-.14	.18	.267	.790
	Erkek	159	3.09	.67				
Öz Düzenleme	Kız	144	3.82	.52	-.13	.10	-.269	.788
	Erkek	159	3.89	.48				
	Toplam	303						

Çocukların öz düzenleme beceri düzeylerinin cinsiyet değişkeni açısından karşılaştırılması için yürütülen Bağımsız Gruplar için t-Testi analizi sonucunda, erkek ve kız çocukların öz düzenleme becerilerinin ve öz düzenleme becerisinin alt boyutları olan dikkat, çalışma belleği, engelleyici kontrol davranış ve engelleyici kontrol duygu ortalamalarının anlamlı olarak farklılaşmadığı bulunmuştur, $p > .05$ (Tablo 12).

12. Çocukların öz düzenleme becerileri anne eğitim düzeyi değişkeni açısından anlamlı düzeyde farklılaşmakta mıdır?

Bu araştırma amacından elde edilen sonuçlar tablo haline getirilerek Tablo 13'de sunulmuştur.

Tablo 13. Çocukların öz düzenleme beceri düzeylerinin anne eğitim düzeyi açısından karşılaştırılması

Değişkenler	Anne Eğitim Düzeyi	n	Ortalama Sıra	χ^2	*p*	Farkın Kaynağı
Dikkat	İlköğretim	53	97.40	32.738	.000	İlköğretim < Lisans *p*=.000 İlköğretim < Lisansüstü *p*=.029
	Lise	68	139.69			
	Lisans	167	173.84			
	Lisansüstü	15	157.60			
Çalışma Belleği	İlköğretim	53	131.67	9.612	.022	İlköğretim < Lisansüstü *p*=.043
	Lise	68	171.86			
	Lisans	167	147.11			
	Lisansüstü	15	188.27			
Engelleyici Kontrol Davranış	İlköğretim	53	121.67	9.720	.021	İlköğretim < Lisans *p*=.000
	Lise	68	146.04			
	Lisans	167	162.62			
	Lisansüstü	15	167.93			
Engelleyici Kontrol Duygu	İlköğretim	53	143.34	.709	.871	-
	Lise	68	155.16			
	Lisans	167	153.78			
	Lisansüstü	15	148.47			
Öz Düzenleme	İlköğretim	53	115.22	12.874	.005	İlköğretim < Lisans p=.000
	Lise	68	148.70			
	Lisans	167	163.58			
	Lisansüstü	15	167.97			
	Toplam	303				

Çocukların öz düzenleme beceri düzeylerinin anne eğitim düzeyi açısından karşılaştırılması için yürütülen Kruskal-Wallis analizi sonucunda, çocukların öz düzenleme becerileri sıra ortalamalarında anne eğitim düzeyine göre anlamlı farklılıklar olduğu bulunmuştur, $\chi^2(2) = 12{,}874$, $p < .01$. Farkın kaynağını bulmak için yapılan Mann-Whitney U analizleri sonucunda, lisans düzeyinde eğitime sahip annelerin çocuklarının, öz düzenleme becerilerinin ilköğretim düzeyinde eğitime sahip annelerin

çocuklarından daha yüksek olduğu bulunmuştur. Ayrıca, öz düzenleme becerisinin alt boyutları olan dikkat, çalışma belleği ve engelleyici kontrol davranış ortalamalarında da anlamlı farklılıklar elde edilmiştir (sırasıyla, $\chi^2(2) = 32{,}738$, $p < .001$; $\chi^2(2) = 9{,}612$, $p < .01$; $\chi^2(2) = 9{,}720$, $p < .01$). Anneleri lisans mezunu olan çocukların dikkat ve engelleyici kontrol davranış düzeylerinin anneleri ilköğretim mezunu olanlara göre daha yüksek; anneleri lisansüstü eğitim düzeyine sahip çocukların dikkat ve çalışma belleği düzeylerinin anneleri ilköğretim mezunu olanlara göre daha yüksek olduğu bulunmuştur (Tablo 13).

13. Çocukların öz düzenleme becerileri baba eğitim düzeyi değişkeni açısından anlamlı düzeyde farklılaşmakta mıdır?

Bu araştırma amacından elde edilen sonuçlar tablo haline getirilerek Tablo 14'de sunulmuştur.

Tablo 14. Çocukların öz düzenleme beceri düzeylerinin baba eğitim düzeyi açısından karşılaştırılması

Değişkenler	Baba Eğitim Düzeyi	n	Ortalama Sıra	χ^2	*p*	Farkın Kaynağı
Dikkat	İlköğretim	50	106.62	19.566	.000	İlköğretim < Lisans *p*=.000 İlköğretim < Lisansüstü *p*=.000
	Lise	59	146.03			
	Lisans	161	162.60			
	Lisansüstü	33	179.70			
Çalışma Belleği	İlköğretim	50	140.13	1.408	.704	-
	Lise	59	150.69			
	Lisans	161	154.36			
	Lisansüstü	33	160.83			
Engelleyici Kontrol Davranış	İlköğretim	50	123.59	7.393	.060	-
	Lise	59	147.55			
	Lisans	161	160.83			
	Lisansüstü	33	159.91			
Engelleyici Kontrol Duygu	İlköğretim	50	146.84	.794	.851	-
	Lise	59	147.91			
	Lisans	161	156.17			
	Lisansüstü	33	146.79			

Öz Düzenleme	İlköğretim	50	120.29	9.473	.024	İlköğretim < Lisans p=.004 İlköğretim < Lisansüstü p=.020
	Lise	59	145.76			
	Lisans	161	161.45			
	Lisansüstü	33	165.11			
	Toplam	303				

Çocukların öz düzenleme beceri düzeylerinin baba eğitim düzeyi açısından karşılaştırılması için yürütülen Kruskal-Wallis analizi sonucunda, çocukların öz düzenleme becerileri sıra ortalamalarında baba eğitim düzeyine göre anlamlı farklılıklar olduğu bulunmuştur, $\chi^2(3) = 9{,}473$, $p < .05$. Ayrıca, öz düzenleme becerisinin alt boyutu olan dikkat düzeyinde de anlamlı farklılıklar elde edilmiştir ($\chi^2(2) = 32{,}738$, $p < .001$). Farkın kaynağını bulmak için yapılan Mann-Whitney U analizleri sonucunda, lisans ve lisansüstü düzeyde eğitime sahip babaların çocuklarının, dikkat alt boyutu ile öz düzenleme becerilerinin ilköğretim düzeyinde eğitime sahip babaların çocuklarından daha yüksek olduğu bulunmuştur. Baba eğitim düzeyi ile öz düzenleme becerilerinin çalışma belleği, engelleyici kontrol-davranış, engelleyici kontrol-duygu alt boyutlarında istatistiksel açıdan anlamlı bir farklılık bulunmamıştır (Tablo 14).

14. Çocukların öz düzenleme becerileri kardeş sayısı değişkeni açısından anlamlı düzeyde farklılaşmakta mıdır?

Bu araştırma amacından elde edilen sonuçlar tablo haline getirilerek Tablo 15'de sunulmuştur.

Tablo 15. Çocukların öz düzenleme beceri düzeylerinin çocuk sayısı değişkeni açısından karşılaştırılması

Değişkenler	**Kardeş Sayısı**	**n**	**Ortalama Sıra**	χ^2	***p***	**Farkın Kaynağı**
Dikkat	Tek çocuk	79	156.65	12.932	.005	Tek Çocuk > 4+ Çocuk *p* = .027 2 Çocuk > 4+ Çocuk *p* = .013
	2 Çocuk	155	163.78			
	3 Çocuk	56	124.41			
	4+ Çocuk	13	102.15			

Çalışma Belleği	Tek çocuk	79	149.02	7.432	.059	-
	2 Çocuk	155	163.42			
	3 Çocuk	56	131.54			
	4+ Çocuk	13	122.08			
Engelleyici Kontrol Davranış	Tek çocuk	79	153.97	9.647	.022	Tek Çocuk > 3 Çocuk p = .040 2 Çocuk > 3 Çocuk p = .005
	2 Çocuk	155	163.34			
	3 Çocuk	56	124.14			
	4+ Çocuk	13	124.85			
Engelleyici Kontrol Duygu	Tek çocuk	79	149.28	7.620	.055	-
	2 Çocuk	155	162.53			
	3 Çocuk	56	137.49			
	4+ Çocuk	13	105.46			
Öz Düzenleme	Tek çocuk	79	155.03	14.275	.003	Tek Çocuk > 4+ Çocuk p = .046 2 Çocuk > 4+ Çocuk p = .018
	2 Çocuk	155	165.45			
	3 Çocuk	56	121.12			
	4+ Çocuk	13	106.23			
	Toplam	303				

Çocukların öz düzenleme beceri düzeylerinin kardeş sayısı değişkeni açısından karşılaştırılması için yürütülen Kruskal-Wallis analizi sonucunda, çocukların öz düzenleme becerileri sıra ortalamalarında kardeş sayısına göre anlamlı farklılıklar olduğu bulunmuştur, $\chi^2(3) = 14{,}275$, $p < .01$. Farkın kaynağını bulmak için yapılan Mann-Whitney U analizleri sonucunda, tek çocuk veya 2 çocuklu ailelerden gelen çocukların, öz düzenleme becerilerinin 4 veya daha fazla çocuklu ailelerden gelen çocuklarından daha yüksek olduğu bulunmuştur. Ayrıca, öz düzenleme becerisinin alt boyutları olan dikkat ve engelleyici kontrol davranış ortalamalarında da anlamlı farklılıklar elde edilmiştir (sırasıyla, $\chi^2(3) = 12{,}93$, $p < .01$; $\chi^2(3) = 9{,}65$, $p < .05$). Tek çocuk veya 2 çocuklu ailelerden gelen çocukların, dikkat alt boyutu ortalamalarının 4 veya daha fazla çocuklu ailelerden gelen çocuklardan daha yüksek olduğu bulunmuştur.

Tek çocuk veya 2 çocuklu ailelerden gelen çocukların, engelleyici kontrol davranış alt boyutu ortalamalarının 3 çocuklu ailelerden gelen çocuklardan daha yüksek olduğu bulunmuştur. (Tablo 15).

15. Çocukların öz düzenleme becerileri yaş değişkeni açısından anlamlı düzeyde farklılaşmakta mıdır?

Bu araştırma amacından elde edilen sonuçlar tablo haline getirilerek Tablo 16'da sunulmuştur.

Tablo 16. Çocukların öz düzenleme beceri düzeylerinin yaşlar açısından karşılaştırılması

Değişkenler	Çocukların Yaşı	n	Ortalama Sıra	χ^2	*p*	Farkın Kaynağı
Dikkat	4 Yaş	92	142.65	2.954	.228	-
	5 Yaş	76	165.64			
	6 Yaş	135	150.70			
Çalışma Belleği	4 Yaş	92	146.99	.763	.683	-
	5 Yaş	76	149.66			
	6 Yaş	135	156.73			
Engelleyici Kontrol Davranış	4 Yaş	92	142.49	3.678	.159	-
	5 Yaş	76	167.75			
	6 Yaş	135	149.61			
Engelleyici Kontrol Duygu	4 Yaş	92	130.17	9.221	.010	4 yaş < 6 yaş p = .003
	5 Yaş	76	153.89			
	6 Yaş	135	165.81			
Öz Düzenleme	4 Yaş	92	137.54	4.153	.125	-
	5 Yaş	76	164.26			
	6 Yaş	135	154.95			
	Toplam	303				

Çocukların öz düzenleme beceri düzeylerinin yaş değişkeni açısından karşılaştırılması için yürütülen Kruskal-Wallis analizi sonucunda, farklı yaşlardaki çocukların dikkat, çalışma belleği ve engelleyici kontrol davranış alt boyutları ile öz düzenleme beceri düzeylerinin sıra ortalamalarında anlamlı farklılıklar olmadığı bulunmuştur, $p > .05$.

Ancak öz düzenleme becerisinin alt boyutu olan engelleyici kontrol duygu alt boyutu sıra ortalamalarında anlamlı farklılıklar elde edilmiştir ($\chi^2(2) = 32{,}738$, $p < .001$). Farkın kaynağını incelemek için bir dizi Mann-Whitney U Analizi yürütülmüştür. Elde edilen sonuçlar 6 yaş çocuklarının sıra ortalamalarının 4 yaşındaki çocuklardan daha yüksek olduğunu göstermektedir ($p = .003$) (Tablo 16).

16. Çocukların öz düzenleme becerileri ailelerin gelir düzeyi değişkenine göre anlamlı düzeyde farklılaşmakta mıdır?

Bu araştırma amacından elde edilen sonuçlar tablo haline getirilerek Tablo 17'de sunulmuştur.

Tablo 17. Çocukların öz düzenleme beceri düzeylerinin ailenin ekonomik düzeyi açısından karşılaştırılması

Değişkenler	Ekonomik Düzey	n	Ortalama Sıra	χ^2	*p*	Farkın Kaynağı
Dikkat	Kötü	6	125.17	2.841	.417	-
	Orta	149	146.03			
	İyi	143	158.07			
	Çok iyi	5	188.50			
Çalışma Belleği	Kötü	6	105.33	14.542	.002	Çok iyi > İyi *p* = .041 Çok iyi > Orta *p* = .008 Çok iyi > Kötü *p* = .009
	Orta	149	139.96			
	İyi	143	162.72			
	Çok iyi	5	260.20			
Engelleyici Kontrol Davranış	Kötü	6	86.42	12.757	.005	Çok iyi > Orta *p* = .041 Çok iyi > Kötü *p* = .017
	Orta	149	139.92			
	İyi	143	164.83			
	Çok iyi	5	223.80			
Engelleyici Kontrol Duygu	Kötü	6	166.25	2.889	.409	-
	Orta	149	143.55			
	İyi	143	160.34			
	Çok iyi	5	148.00			

Öz Düzenleme	Kötü	6	102.67	10.638	.014	Çok iyi > Kötü p = . 030 Çok iyi > Orta p = .045
	Orta	149	139.92			
	İyi	143	164.25			
	Çok iyi	5	220.90			
	Toplam	303				

Çocukların öz düzenleme beceri düzeylerinin ailenin ekonomik düzeyi açısından karşılaştırılması için yürütülen Kruskal-Wallis analizi sonucunda, çocukların öz düzenleme becerileri sıra ortalamalarında ailenin gelir düzeyine göre anlamlı farklılıklar olduğu bulunmuştur, $\chi^2(3) = 10{,}638$, $p < .05$. Farkın kaynağını bulmak için yapılan Mann-Whitney U analizleri sonucunda, ekonomik durumu çok iyi olan ailelerden gelen çocukların öz düzenleme becerilerinin ekonomik durumu kötü ve orta olan ailelerden gelen çocuklardan daha yüksek olduğu görülmektedir. Ayrıca, öz düzenleme becerisinin alt boyutları olan çalışma belleği ve engelleyici kontrol davranış ortalamalarında da anlamlı farklılıklar elde edilmiştir (sırasıyla, $\chi^2(3) = 14.42$, $p < .01$; $\chi^2(2) = 12.76$, $p < .01$). Ekonomik durumu çok iyi olan ailelerden gelen çocukların çalışma belleği ortalamalarının ekonomik durumu iyi, orta ve kötü olan ailelerden gelen çocuklardan daha yüksek olduğu bulunmuştur. Ekonomik durumu çok iyi olan ailelerden gelen çocukların engelleyici kontrol davranış ortalamalarının ekonomik durumu orta ve kötü olan ailelerden gelen çocuklardan daha yüksek olduğu bulunmuştur. Dikkat ve engelleyici kontrol duygu alt boyutları ile gelir düzeyi arasında anlamlı bir ilişki saptanmamıştır (Tablo 17).

4.3. Ekran Kullanım Alışkanlıkları İle Öz Düzenleme Becerilerine Yönelik Bulgular

17. Çocukların ekran kullanımı ile öz düzenleme becerileri arasında anlamlı bir ilişki var mıdır?

Bu araştırma amacından elde edilen sonuçlar tablo haline getirilerek Tablo 18'de sunulmuştur.

Tablo 18. Çocukların ekran kullanım alışkanlıkları ile öz düzenleme becerileri arasındaki ilişkiler

Değişkenler	1	2	3	4	5
1.Ekran Kullanımı	1				
2.Öz Düzenleme	-,349**	1			
3.Dikkat	-,339**	,848**	1		
4.Calisma Belleği	-,326**	,777**	,555**	1	
5.Engelleyici Kontrol Davranış	-,195**	,806**	,543**	,550**	1
6.Engelleyici Kontrol Duygu	-,238**	,718**	,471**	,413**	,448**

$^{**}p < .01, ^{***}p < .001$.

Çocukların ekran kullanım alışkanlıkları ile öz düzenleme becerileri arasındaki ilişkiyi belirlemek için Pearson Korelasyon Analizi yürütülmüştür. Elde edilen sonuçlar, ekran kullanımı ile öz düzenleme becerileri ve öz düzenleme becerisinin alt boyutları olan dikkat, çalışma belleği, engelleyici kontrol davranış ve engelleyici kontrol duygu arasında negatif yönde ve düşük düzeyde anlamlı ilişkiler olduğunu göstermektedir. Öz düzenleme toplam puanı ve alt boyutlar arasında yüksek ve çok yüksek düzeyde korelasyonlar görülürken, alt boyutlar arasında orta düzeyde korelasyonlar görülmüştür. Bir diğer deyişle ekran kullanımı arttıkça, öz düzenleme becerileri düzeyi düşmektedir. Ayrıca öz düzenleme becerileri ve öz düzenleme becerisinin alt boyutları arasında ise pozitif yönde ve anlamlı düzeyde ilişkiler vardır (Tablo 18).

18. Çocukların problemli medya kullanımının öz düzenleme becerisi üzerinde yordayıcı etkisi var mıdır?

Bu araştırma amacından elde edilen sonuçlar tablo haline getirilerek Tablo 19'da sunulmuştur.

Tablo 19. Problemli medya kullanımının öz düzenleme becerisi üzerindeki yordayıcı etkisine ilişkin regresyon analizi sonuçları

Bağımsız Değişken	R	R^2	B	Hata	*β*	*t*	*p*
Problemli Medya Kullanımı	.349	.122	-.534	.083	-.349	-6.45	.000

Problemli medya kullanımının öz düzenleme becerisinin üzerindeki yordayıcı etkisini incelemek için doğrusal regresyon analizi yürütülmüştür. Elde edilen sonuçlar problemli medya kullanımının öz düzenleme becerisini negatif yönde ve anlamlı düzeyde yordadığını göstermektedir (β = -349, p < .001). (Tablo 19).

19. Çocukların problemli medya kullanımının öz düzenleme becerisinin alt boyutları üzerinde yordayıcı etkisi var mıdır?

Bu araştırma amacından elde edilen sonuçlar tablo haline getirilerek Tablo 20'de sunulmuştur.

Tablo 20. Problemli medya kullanımının öz düzenleme becerisinin alt boyutları üzerindeki yordayıcı etkisine ilişkin regresyon analizi sonuçları

Bağımlı Değişkenler	R	R^2	B	Hata	*β*	*t*	*p*
Dikkat	.339	.115	-.291	.047	-.339	-6.243	.000
Çalışma Belleği	.326	.106	-.226	.038	-.326	-5.965	.000
Engelleyici Kontrol Davranış	.195	.038	-.163	.048	-.195	-3.435	.001
Engelleyici Kontrol Duygu	.238	.057	-.216	.051	-.238	-4.245	.000

Problemli medya kullanımının, öz düzenleme becerisinin alt boyutları olan dikkat, çalışma belleği, engelleyici kontrol davranış ve engelleyici kontrol duygu üzerindeki yordayıcı etkisini incelemek için 4 ayrı doğrusal regresyon analizi yürütülmüştür. Elde edilen sonuçlar problemli medya kullanımının dikkat (β = -339, p < .001), çalışma belleği (β = -326, p < .001), engelleyici kontrol davranış (β = -195, p < .001) ve

engelleyici kontrol duygu değişkenlerini negatif yönde ve anlamlı düzeyde yordadığını göstermektedir (β = -238, p < .001). (Tablo 20).

20. Çocukların tablet kullanımına başlama yaşlarına göre öz düzenleme becerilerinde değişim var mıdır?

Bu araştırma amacından elde edilen sonuçlar tablo haline getirilerek Tablo 21'de sunulmuştur.

Tablo 21. Çocukların öz düzenleme beceri düzeylerinin tablet kullanımına başlama yaşları açısından karşılaştırılması

Değişkenler	Başlama Yaşı	n	Sıra Ort.	χ^2	*p*	Farkın Kaynağı
Dikkat	0-1 Yaş	6	78.00	19.618	.003	5-6 yaş > 0-1 yaş *p* = . 002 5-6 yaş > 2-3 yaş *p* =.007 3-4 yaş > 1-2 yaş *p* =.015
	1-2 Yaş	15	99.90			
	2-3 Yaş	38	123.46			
	3-4 Yaş	83	158.46			
	4-5 Yaş	29	146.86			
	5-6 Yaş	29	184.62			
	Kullanmıyor	103	161.49			
Çalışma Belleği	0-1 Yaş	6	129.00	4.458	.615	-
	1-2 Yaş	15	113.43			
	2-3 Yaş	38	157.21			
	3-4 Yaş	83	154.80			
	4-5 Yaş	29	154.33			
	5-6 Yaş	29	166.28			
	Kullanmıyor	103	150.11			
Engelleyici Kontrol Davranış	0-1 Yaş	6	159.50	4.407	.622	-
	1-2 Yaş	15	140.53			
	2-3 Yaş	38	145.11			
	3-4 Yaş	83	165.36			
	4-5 Yaş	29	156.36			
	5-6 Yaş	29	160.76			
	Kullanmıyor	103	141.32			
Engelleyici Kontrol Duygu	0-1 Yaş	6	128.00	20.173	.003	5-6 yaş > 1-2 yaş *p* =.002 5-6 yaş > 2-3 yaş *p* =.001 3-4 yaş > 1-2 yaş *p* =.027
	1-2 Yaş	15	110.43			
	2-3 Yaş	38	117.59			
	3-4 Yaş	83	165.41			
	4-5 Yaş	29	168.69			
	5-6 Yaş	29	193.64			
	Kullanmıyor	103	144.92			

Öz Düzenleme	0-1 Yaş	6	109.58	13.212	.040	5-6 yaş > 0-1 yaş *p* = . 050 5-6 yaş > 1-2 yaş *p* =.004 5-6 yaş > 2-3 yaş *p* =.004 3-4 yaş > 1-2 yaş *p* =.004
	1-2 Yaş	15	107.20			
	2-3 Yaş	38	129.53			
	3-4 Yaş	83	163.36			
	4-5 Yaş	29	162.16			
	5-6 Yaş	29	182.17			
	Kullanmıyor	103	148.78			
	Toplam	303				

Tablet kullanımına başlama yaşına göre yürütülen analizler sonucunda, çocukların öz düzenleme becerileri sıra ortalamalarında tablet kullanımına başlama yaşlarına göre anlamlı farklılıklar olduğu bulunmuştur, $\chi^2(6) = 13{,}21$, $p < .05$. Farkın kaynağını bulmak için yapılan Mann-Whitney U analizleri sonucunda, 5-6 yaşlarında ekran kullanımına başlayan çocukların öz düzenleme becerilerinin 0-1 yaş, 1-2 yaş ve 2-3 yaşlarında ekran kullanımına başlayan çocuklardan anlamlı olarak daha yüksek olduğu bulunmuştur. Bununla beraber, 3-4 yaşlarında ekran kullanımına başlayan çocukların öz düzenleme becerilerinin 0-1 yaşlarında ekran kullanımına başlayan çocuklardan anlamlı olarak daha yüksek olduğu bulunmuştur. Ayrıca, öz düzenleme becerisinin alt boyutları olan dikkat ve engelleyici kontrol davranış ortalamalarında da anlamlı farklılıklar elde edilmiştir (sırasıyla, $\chi^2(6) = 19.62$, $p < .01$; $\chi^2(6) = 20.17$, $p < .01$). Farkın kaynağını incelemek için bir dizi Mann-Whitney U Analizi yürütülmüştür. Tablet kullanımına 5-6 yaş arasında başlayan çocukların dikkat alt boyutu ortalamalarının tablet kullanımına 0-1 yaş ve 2-3 yaş arasında başlayan çocuklardan daha yüksek olduğu bulunmuştur. Tablet kullanımına 3-4 yaş arasında başlayan çocukların dikkat alt boyutu ortalamalarının tablet kullanımına 1-2 yaş arasında başlayan çocuklardan daha yüksek olduğu bulunmuştur. Tablet kullanımına 5-6 yaş arasında başlayan çocukların engelleyici kontrol duygu alt boyutu ortalamalarının tablet kullanımına 1-2 yaş ve 2-3 yaş arasında başlayan çocuklardan daha yüksek olduğu bulunmuştur. Tablet kullanımına 3-4 yaş arasında başlayan çocukların engelleyici kontrol duygu alt boyutu ortalamalarının tablet kullanımına 1-2 yaş arasında başlayan çocuklardan daha yüksek olduğu bulunmuştur (Tablo 21).

21. Çocukların cep telefonu kullanımına başlama yaşlarına göre öz düzenleme becerilerinde değişim var mıdır?

Bu araştırma amacından elde edilen sonuçlar tablo haline getirilerek Tablo 22'de sunulmuştur.

Tablo 22. Çocukların öz düzenleme beceri düzeylerinin cep telefonu kullanımına başlama yaşları açısından karşılaştırılması

Değişkenler	Başlama Yaşı	n	Sıra Ort.	χ^2	*p*	*Farkın Kaynağı*
Dikkat	0-1 Yaş	14	109.21	12.606	.050	0-1 Yaş < 3-4 Yaş. p = .038 1-2 Yaş < 3-4 Yaş. p = .045 0-1 Yaş < Kullanamayan p = .035 1-2 Yaş < Kullanamayan p = .045
	1-2 Yaş	50	131.68			
	2-3 Yaş	72	160.01			
	3-4 Yaş	78	163.17			
	4-5 Yaş	32	127.52			
	5-6 Yaş	19	169.03			
	Kullanmıyor	38	168.50			
Çalışma Belleği	0-1 Yaş	14	117.96	15.213	.019	1-2 Yaş < 3-4 Yaş *p* = .021. 1-2 Yaş < Kullanamayan *p* = .004
	1-2 Yaş	50	116.64			
	2-3 Yaş	72	168.58			
	3-4 Yaş	78	155.02			
	4-5 Yaş	32	149.98			
	5-6 Yaş	19	159.66			
	Kullanmıyor	38	171.33			
Engelleyici Kontrol Davranış	0-1 Yaş	14	151.96	2.132	.907	-
	1-2 Yaş	50	137.37			
	2-3 Yaş	72	158.74			
	3-4 Yaş	78	149.97			
	4-5 Yaş	32	156.95			
	5-6 Yaş	19	157.58			
	Kullanmıyor	38	155.70			
Engelleyici Kontrol Duygu	0-1 Yaş	14	124.50	18.781	.005	0-1 Yaş < 3-4 Yaş *p* = .047 1-2 Yaş < 3-4 Yaş *p* = .002 1-2 Yaş < Kullanamayan *p* = .042
	1-2 Yaş	50	129.94			
	2-3 Yaş	72	129.80			
	3-4 Yaş	78	179.41			
	4-5 Yaş	32	161.94			
	5-6 Yaş	19	152.61			
	Kullanmıyor	38	168.29			

Öz Düzenleme	0-1 Yaş	14	124.71	9.208	.162	-
	1-2 Yaş	50	124.36			
	2-3 Yaş	72	154.34			
	3-4 Yaş	78	163.85			
	4-5 Yaş	32	149.97			
	5-6 Yaş	19	159.08			
	Kullanmıyor	38	167.84			
	Toplam	303				

Cep telefonu kullanımına başlama yaşına göre yürütülen analizler sonucunda, çocukların engelleyici kontrol davranış ve öz düzenleme becerileri sıra ortalamalarında cep telefonu kullanımına başlama yaşlarına göre anlamlı farklılıklar olmadığı bulunmuştur, $p > .05$. Ancak öz düzenleme becerisinin alt boyutları olan dikkat, çalışma belleği ve engelleyici kontrol duygu düzeyinde anlamlı farklılıklar elde edilmiştir (sırasıyla, $\chi^2(6) = 12.61$, $p < .05$; $\chi^2(6) = 15.21$, $p < .05$; $\chi^2(6) = 18.78$, $p < .01$). Farkın kaynağını incelemek için bir dizi Mann-Whitney U Analizi yürütülmüştür. Cep telefonunu 0-1 yaş ve 1-2 yaş arasında kullanmaya başlayan çocukların dikkat alt boyutu ortalamalarının cep telefonu kullanmayan ve 3-4 yaş arasında kullanmaya başlayan çocuklardan düşük olduğu bulunmuştur. Cep telefonunu 1-2 yaş arasında kullanmaya başlayan çocukların çalışma belleği alt boyutu ortalamalarının cep telefonu kullanmayan ve 3-4 yaş arasında kullanmaya başlayan çocuklardan düşük olduğu bulunmuştur. Cep telefonunu 0-1 yaş ve 1-2 yaş arasında kullanmaya başlayan çocukların engelleyici kontrol duygu alt boyutu ortalamalarının 3-4 yaş arasında kullanmaya başlayan çocuklardan düşük olduğu bulunmuştur. Cep telefonunu 1-2 yaş arasında kullanmaya başlayan çocukların engelleyici kontrol duygu alt boyutu ortalamalarının cep telefonu kullanmayan çocuklardan düşük olduğu bulunmuştur (Tablo 22).

22. Çocukların televizyon kullanımına başlama yaşlarına göre öz düzenleme becerilerinde değişim var mıdır?

Bu araştırma amacından elde edilen sonuçlar tablo haline getirilerek Tablo 23'de sunulmuştur.

Tablo 23. Çocukların öz düzenleme beceri düzeylerinin televizyon kullanımına başlama yaşları açısından karşılaştırılması

Değişkenler	Başlama Yaşı	n	Sıra Ort.	χ^2	*p*
Dikkat	0-1 Yaş	49	133,24	3,861	,695
	1-2 Yaş	107	156,14		
	2-3 Yaş	89	155,37		
	3-4 Yaş	39	163,13		
	4-5 Yaş	10	139,25		
	5-6 Yaş	5	146,30		
	Kullanmıyor	4	126,50		
Çalışma Belleği	0-1 Yaş	49	141,83	6,428	,377
	1-2 Yaş	107	148,10		
	2-3 Yaş	89	161,53		
	3-4 Yaş	39	162,45		
	4-5 Yaş	10	107,30		
	5-6 Yaş	5	190,80		
	Kullanmıyor	4	130,25		
Engelleyici Kontrol Davranış	0-1 Yaş	49	146,38	8,055	,234
	1-2 Yaş	107	153,91		
	2-3 Yaş	89	147,74		
	3-4 Yaş	39	166,54		
	4-5 Yaş	10	157,15		
	5-6 Yaş	5	69,40		
	Kullanmıyor	4	213,25		
Engelleyici Kontrol Duygu	0-1 Yaş	49	141,56	9,640	,141
	1-2 Yaş	107	141,72		
	2-3 Yaş	89	160,73		
	3-4 Yaş	39	183,33		
	4-5 Yaş	10	135,25		
	5-6 Yaş	5	144,20		
	Kullanmıyor	4	106,75		
Öz Düzenleme	0-1 Yaş	49	137,79	4,460	,615
	1-2 Yaş	107	150,80		
	2-3 Yaş	89	155,66		
	3-4 Yaş	39	173,03		
	4-5 Yaş	10	138,55		
	5-6 Yaş	5	131,60		
	Kullanmıyor	4	130,75		
	Toplam	303			

Çocukların televizyon kullanımına başlama yaşı ile dikkat, çalışma belleği, engelleyici kontrol davranış, engelleyici kontrol duygu alt boyutları ve öz düzenleme becerileri sıra ortalamaları arasında anlamlı farklılıklar oluşmamıştır, $p > .05$ (Tablo 23).

23. Çocukların bilgisayar kullanımına başlama yaşlarına göre öz düzenleme becerilerinde değişim var mıdır?

Bu araştırma amacından elde edilen sonuçlar tablo haline getirilerek Tablo 24'de sunulmuştur.

Tablo 24. Çocukların öz düzenleme beceri düzeylerinin bilgisayar kullanımına başlama yaşları açısından karşılaştırılması

Değişkenler	Başlama Yaşı	n	Sıra Ort.	χ^2	*p*
Dikkat	0-1 Yaş	4	80,25	9,393	,094
	2-3 Yaş	31	122,48		
	3-4 Yaş	80	147,82		
	4-5 Yaş	16	139,63		
	5-6 Yaş	32	169,83		
	Kullanmıyor	140	160,31		
Çalışma Belleği	0-1 Yaş	4	124,13	10,385	,065
	2-3 Yaş	31	107,89		
	3-4 Yaş	80	155,05		
	4-5 Yaş	16	140,13		
	5-6 Yaş	32	159,31		
	Kullanmıyor	140	160,51		
Engelleyici Kontrol Davranış	0-1 Yaş	4	159,38	6,351	,274
	2-3 Yaş	31	118,89		
	3-4 Yaş	80	160,16		
	4-5 Yaş	16	175,09		
	5-6 Yaş	32	149,78		
	Kullanmıyor	140	152,33		
Engelleyici Kontrol Duygu	0-1 Yaş	4	105,50	6,781	,237
	2-3 Yaş	31	119,18		
	3-4 Yaş	80	162,01		
	4-5 Yaş	16	154,09		
	5-6 Yaş	32	157,48		
	Kullanmıyor	140	153,38		

Öz Düzenleme	0-1 Yaş	4	95,38	10.828	.055
	2-3 Yaş	31	107,98		
	3-4 Yaş	80	158,49		
	4-5 Yaş	16	152,00		
	5-6 Yaş	32	159,50		
	Kullanmıyor	140	157,94		
	Toplam	303			

Çocukların bilgisayar kullanımına başlama yaşı ile dikkat, çalışma belleği, engelleyici kontrol davranış, engelleyici kontrol duygu alt boyutları ve öz düzenleme becerileri sıra ortalamaları arasında anlamlı farklılıklar oluşmamıştır, $p > .05$ (Tablo 24).

5. TARTIŞMA

Bu araştırmada çocukların ekran kullanım alışkanlıkları ile öz düzenleme becerileri arasındaki ilişki incelenmiştir. Araştırmadan elde edilen sonuçlar bu bölümde tartışılmıştır.

Amerikan Pediatri Akademisi (2016), 2 yaşından önce çocukların mümkün olduğunca medya araçlarından uzak tutulmasını, 2-5 yaş arasındaki çocuklar için ebeveyn kontrolü şartıyla günde bir saatten fazla olmamak üzere dijital medya kullanımını ve 6 yaşından büyük çocuklar için ise bu sürenin en fazla iki saat olmasını tavsiye etmektedir. Araştırma bulgularında çocukların gün içerisinde %8,6'sı 0-30 dakika, %19,1'i 30-60 dakika, %31,3'ü 1-2 saat, %21,7'si 2-3 saat, %10,5'i 3-4 saat ve %8,8'i 4 saat ve üzeri ekrana maruz kalmaktadır. Çocukların %72,3'nün ekran maruziyeti önerilen sürelerin üzerinde olduğu tespit edilmiştir. Bu bulguyu destekler sonuçlar gösteren yurtiçi ve yurt dışında çalışmalar mevcuttur. Ateş ve Durmuşoğlu Saltalı (2019) tarafından yapılan bir araştırmada çocukların %34,5'i bir saatin altında, %34,5'i bir üç saat arası, %31,0'ı ise 3 saatin üzerinde cep telefonu ya da tablet karşısında vakit geçirdiği bildirilmiştir. Çelik (2017) 4-6 yaş çocukların ekran kullanımının, ebeveyn ekran kullanımı ve aile işlevleri ile ilişkisini incelediği çalışmasında çocukların, hafta içi günlerde %57,6'sının, hafta sonu günlerde ise %76,3'nün ekran kullanım sürelerinin 2 saatin üzerinde olduğunu bulmuştur. Genç (2014) tarafından yapılan araştırmaya göre okul öncesi dönemdeki çocuklar, televizyon, akıllı telefon, bilgisayar ve tablet ile günde ortalama üç saat vakit geçirmektedirler. Gündoğdu ve arkadaşlarının (2016) yaptığı araştırmada okul öncesi çocukların gün içerisinde bir saat ve üzeri medyaya maruz kaldığı tespit edilmiştir. Çelen Yoldaş ve Özmert (2020) araştırmalarında iki yaşından küçük çocuklarda ekran izleme süresini ortalama 1,47 saat olarak tespit etmişlerdir. Hatta bu yaş grubunda maksimum izleme süresinin 12 saate kadar çıktığını ve ekran izleme süresinin özellikle 36 aydan sonra belirgin olarak arttığını aktarmaktadırlar. McArthur, Browne, Tough ve Madigan (2020) tarafından yapılan araştırmaya göre çocuklarda, 24 ayda (günde ~ 4 saat) yüksek düzeyde ekran kullanımı tespit edilmiş ve erken çocukluk dönemi boyunca yüksek düzeyde ekran kullanımı devam etmiştir. Madigan, Browne, Racine, Mori ve Tough (2019) çalışmalarında ortalama olarak 24, 36 ve 60 aylık çocukların sırasıyla günde yaklaşık 2,4 saat, 3,6 saat ve 1,6 saat televizyon izlediğini tespit etmişlerdir.

Kabali ve arkadaşlarının (2015) çalışmasına göre çocuklar günde ortalama olarak, 45 dakikayı televizyon izleyerek, 27 dakikayı mobil cihazda televizyon programlarını veya videoları izleyerek, 22 dakikayı mobil cihazdaki uygulamaları kullanarak ve 15 dakikayı video konsolunda oyun oynayarak geçirmektedir.

Araştırma sonucuna göre 0-6 yaş döneminde çocukların %88'i cep telefonu, %66'sı tablet, %54'ü bilgisayar kullanmakta ve %95'i televizyon izlemektedir. Çocukların teknolojik aletleri kullanmaya başlama yaşları incelendiğinde ise %38'nin 2 yaş öncesinde televizyon izlediği, %45'nin 3 yaş öncesinde telefon kullandığı, %46'sının 4 yaş öncesinde tablet kullandığı ve %43'nün 5 yaş öncesinde bilgisayar kullandığı tespit edilmiştir. Aral ve Doğan Keskin (2018) çalışmalarında çocukların televizyonla çoğunlukla bir yaşındayken, cep telefonuyla bir iki yaş arasında, bilgisayar ve tabletle ise iki üç yaş arasında tanıştıklarını vurgulamışlardır. Aynı araştırmaya göre 0-6 yaş grubu çocukların %44,8'i cep telefonu, %43,1'i tablet, %21'i bilgisayar kullanmakta ve %70,2'si televizyon izlemektedir. Cengiz Saltuk ve Erciyes (2020) tarafından yapılan bir araştırmada 4-5 yaş çocuklarının çoğunluğunun televizyon, tablet ve akıllı telefon kullandığı tespit edilmiştir.

Çalışmada ekran kullanım alışkanlığı, cinsiyet değişkeni açısından incelendiğinde erkek çocukların kızlara göre daha fazla ekran karşısında zaman geçirdiği tespit edilmiştir. Buna karşın ekran kullanımında erkek ve kız çocukları arasında anlamlı bir fark olmadığını ortaya koyan çalışmalar da mevcuttur. Çelik (2017) çalışmasında ekran kullanımı konusunda erkek ve kız çocukları arasında anlamlı bir farklılık bulmamıştır. Mutlu (2019) beş yaş altı çocuklarda ekran önü zamanını değerlendirdiği çalışmasında çocukların tablet ve bilgisayar oynama ile televizyon izleme sürelerinin kız ve erkek çocuklarında farklılaşmadığını bulmuştur. McArthur, Browne, Tough ve Madigan (2020) Kanada'da okul öncesi dönem çocukları ile ilgili yaptıkları çalışmalarında ekran maruziyeti ve cinsiyet değişkeni arasında anlamlı bir farklılık tespit etmemişlerdir.

Çalışmada çocukların annelerinin eğitim düzeyi ile ekran karşısında geçirdikleri vakit arasında anlamlı bir fark olduğu tespit edilmiştir. Özellikle lise eğitim seviyesindeki annelerin çocuklarının üniversite düzeyindeki annelerin çocuklarına göre daha fazla ekran karşısında vakit geçirdiği bulunmuştur. Ancak baba eğitim düzeyi ile ekran kullanımı arasında anlamlı bir ilişki saptanmamıştır. Uluslararası yapılan çalışmalar

incelendiğinde sonuçları destekler çalışmalar olduğu görülmektedir. McArthur, Browne, Tough ve Madigan (2020) tarafından yapılan çalışmaya göre düşük anne eğitiminin ve yüksek düzeyde anne ekran kullanımının çocuklarda yüksek kalıcı ekran kullanımı ile ilişkili olduğu belirlenmiştir. Kühhirt ve Klein'in (2020) gerçekleştirdiği çalışmada ebeveynlerin eğitim düzeyi arttıkça ekran kullanımı konusunda çocuklarına izin verme süreleri azalmaktadır. Cho ve Lee (2017) tarafından yapılan araştırmaya göre akıllı telefon kullanımına yüksek bağımlılık eğilimi gösteren çocukların ebeveynleri lise mezunudur. Aynı şekilde Chen, Chen, Wen, ve Snow (2020) araştırmalarında kendi ebeveynlik yetenekleri konusunda yetersiz, endişeli veya şüpheli hisseden ebeveynlerin çocuklarının televizyon, tablet gibi ekran cihazlarında daha fazla zaman geçirdiğini tespit etmişlerdir. Çelik (2017) tarafından yapılan araştırma sonuçlarına göre anne öğrenim düzeyi arttıkça çocukların ekran karşısında geçirdikleri sürenin azaldığı tespit edilmiştir. Bunların yanında anne eğitim düzeyi ile ekran kullanım süresi arasında bir ilişki olmadığını ortaya koyan çalışmalar da mevcuttur. Mutlu (2019) tarafından yapılan çalışmaya göre ekran önünde geçirilen süre ile ebeveyn eğitim düzeyi arasında ilişki olmadığı ortaya konulmuştur. Çocukların ekran karşısında geçirdikleri sürenin artmasında ebeveynlerin ekranı yararlı bulmaları, bakım aracı ve çocukların gelişimini destekleyici olarak düşünmeleri, yemek yeme, sakinleştirmek ve çocukları oyalamak amacıyla izlemelerine izin verdikleri görülmektedir (Papadakis, Zaranis ve Kalogiannakis, 2019; Ateş ve Durmuşoğlu Saltalı, 2019; Çelen Yoldaş ve Özmert, 2020; Mutlu, 2019).

Çalışmada çocukların ekran kullanımı sıra ortalamalarında kardeş sayısına göre anlamlı farklılıklar olmadığı bulunmuştur. Ekran kullanım alışkanlığı ile kardeş sayısı değişkeni arasında anlamlı farklılıklar olmamasına karşın ekran kullanım sıra ortalamalarının kardeş sayısındaki artışla yükseldiği görülmektedir. Mutlu'nun (2019) yaptığı araştırma sonuçlarına göre en az bir kardeş varlığı ile ekran kullanım sürelerinin arttığı tespit edilmiştir.

Araştırmada farklı yaşlardaki çocukların ekran kullanımı sıra ortalamalarında anlamlı farklılıklar olmadığı bulunmuştur. Ekran kullanım alışkanlığı ile yaş değişkeni arasında anlamlı farklılıklar olmamasına karşın ekran kullanım sıra ortalamalarının yaşla birlikte arttığı tespit edilmiştir. Madigan, Browne, Racine, Mori ve Tough (2019) tarafından yapılan araştırmaya göre çocuklar 3 yaşında 3.6 saat, 5 yaşında 1.6 saat ekran karşısında

vakit geçirmektedir. Yani yaş arttıkça ekran kullanımı azalmaktadır. McArthur, Browne, Tough ve Madigan (2020) tarafından yapılan araştırma sonuçları okul öncesi dönemde 3 yaşta en yüksek ekran maruziyeti olduğunu, 5 yaşta ise ekran maruziyetinin azaldığını ortaya koymuştur. Yaşla ekran maruziyetinin azalmasını ise okula başlama gibi çevresel etkenlerle ilişkilendirmişlerdir. Çelen Yoldaş ve Özmert (2020) araştırmalarında ekran izleme süresinin özellikle 36 aydan sonra belirgin olarak arttığını aktarmaktadırlar. Kabali ve arkadaşlarının (2015) yaptığı araştırmada ise televizyon izleme süresi tüm yaş gruplarında sabit kalırken, mobil cihaz kullanım süresi yaşla birlikte artmıştır.

Çalışmada çocukların ekran kullanımı sıra ortalamalarında ailenin ekonomik düzeyine göre anlamlı farklılıklar olmadığı bulunmuştur. Chen, Chen, Wen, ve Snow (2020), düşük sosyoekonomik geçmişe sahip ebeveynlerin okul öncesi dönemde çocuklarına televizyon, tablet gibi ekran cihazlarında daha fazla zaman geçirmelerine izin verdiğini saptamışlardır. McArthur, Browne, Tough ve Madigan (2020), ailenin gelir düzeyinin düşük olması ile ekran maruziyet süresinin arttığını belirlemişlerdir. Genç (2014) tarafından yapılan araştırmaya göre yüksek sosyoekonomik seviyeye sahip ailelerin çocuklarının günde yaklaşık 3 saat ekran karşısında vakit geçirdiği tespit edilmiştir.

Çalışmada ekran kullanımı konusunda aile içi kuralların olduğunu belirten annelerin oranı %84,5'tir. Ekran kullanımı ile ilgili aile içi kuralların olduğu ailelerde çocuklar ekran karşısında çoğunlukla 1-2 saat (%35,9) vakit geçirirken aile içi kuralların yokluğunda çoğunlukla 2-3 saat (%42,6) vakit geçirmektedir. Ekran kullanımı için aile içi kuralların olmaması çocukların ekran kullanım süresinde artışa neden olduğu görülmektedir. Çelik (2017) tarafından yapılan araştırmada bulguyla uyumlu olarak ekran karşısında geçirilen zamanın ekran kullanımı konusunda aile içi kuralların olması ile azaldığı bulunmuştur. Cengiz Saltuk ve Erciyes (2020) tarafından yapılan araştırmaya göre ise ailelerin ekran kullanımı konusunda çocuklarına sınırlama yapmadıkları belirlenmiştir.

Çalışmada erkek ve kız çocukları arasında öz düzenleme becerileri ve öz düzenleme becerisinin alt boyutları olan dikkat, çalışma belleği, engelleyici kontrol davranış ve engelleyici kontrol duygu ortalamalarının anlamlı olarak farklılaşmadığı bulunmuştur. Bu sonuca göre öz düzenleme becerileri üzerinde cinsiyet değişkeninin etki etmediği

söylenebilir. Vallotton ve Ayoub (2011) dil becerileri ile öz düzenleme becerilerini araştırdığı çalışmalarında öz düzenleme becerilerinin cinsiyet değişkeni açısından farklılaşmadığı sonucuna ulaşmışlardır. Yıldız (2020) tarafından yapılan araştırmaya göre cinsiyet ile genel öz düzenleme becerisi, dikkat-dürtü kontrolü ve olumlu duygu alt boyutları arasında istatistiksel olarak bir fark oluşmadığı sonucuna ulaşılmıştır. Uykan ve Akkaynak (2019) ebeveyn tutumları ile çocukların öz düzenlemeleri arasındaki ilişkiyi inceledikleri çalışmalarında dikkat, çalışma belleği, engelleyici kontrol-duygu, engelleyici kontrol-davranış alt boyutları ile genel öz düzenleme becerileri ortalamalarında cinsiyet değişkeni açısından anlamlı bir farklılık oluşmadığı sonucuna ulaşmışlardır. Mercan (2019) tarafından yapılan çalışmaya göre düzenleme becerileri, kontrol becerileri alt boyutları ile öz düzenleme becerileri toplamından aldıkları puanların kız ve erkek çocuklarında istatistiksel olarak anlamlı olmadığı sonucuna ulaşmışlardır. Temiz (2019) tarafından yapılan araştırmaya göre cinsiyet ile davranışsal öz düzenleme puanları arasında istatistiksel olarak anlamlı bir fark oluşmadığı sonucuna ulaşılmıştır. Bayındır ve Biber (2019) tarafından yapılan araştırmaya göre düzenleme becerileri ve kontrol becerileri alt boyutu ile öz düzenleme toplam puanları cinsiyete göre anlamlı olarak farklılaşmamaktadır. Tekin (2018) tarafından yapılan araştırmaya göre cinsiyet ile dikkat-dürtü kontrolü, olumlu duygu alt boyutları ve öz düzenleme genel becerisi arasında anlamlı bir ilişki bulunmamıştır. Aydın (2018) tarafından yapılan araştırmaya göre öz düzenleme dikkat-dürtü kontrolü alt boyutu ile uygulayıcı formu toplamına ait puan ortalamalarının kız ve erkek çocuklarda anlamlı olarak farklılaşmadığı, erkeklerin olumlu duygu alt boyutunun kızlara göre daha yüksek olduğu ve farkın istatistiksel olarak anlamlı olduğu bulunmuştur. Şebitçi (2018) tarafından yapılan bir araştırma toplam öz düzenleme becerileri ile davranış düzenleme alt boyutunda cinsiyet değişkeni açısından anlamlı bir fark oluşmadığını ancak sosyal beceri alt boyutunda cinsiyet değişkeni açısından anlamlı bir fark oluştuğunu ve bu farkın kızlar lehine olduğu sonucuna ulaşmıştır. Fındık Tanrıbuyurdu (2012) tarafından yapılan araştırmaya göre öz düzenleme becerileri ile cinsiyet değişkeni arasında anlamlı bir ilişki olmadığı tespit edilmiştir. 4-6 yaş çocukların öz düzenleme becerileri ile kaygı düzeyleri arasındaki ilişkinin incelendiği araştırmada cinsiyet ile öz düzenleme becerisi arasında anlamlı bir fark bulunmamıştır (Öksüz, 2020). İleri'nin (2019) yaptığı araştırmaya göre öz düzenleme becerilerinin cinsiyet değişkeni açısından farklılık

göstermediği belirlenmiştir. Şamlı (2019) tarafından yapılan çalışmaya göre okul öncesi çocukların öz düzenleme becerileri ile cinsiyet değişkeni arasında anlamlı bir ilişki saptanmamıştır. Alan yazın incelendiğinde bulgumuzdan farklı sonuçlar bulan araştırmalar mevcuttur (Saraç, Abanoz ve Ogelman, 2021; Arslan vd., 2021; Yıldız, 2020; Özsoy Yanbak, 2019; Tuzcuoğlu, Azkeskin, Küsmüş ve Cengiz, 2019; Karakurt, 2019; Öztabak, 2017; Aksoy ve Yaralı, 2017; Dağgül, 2016). Öz düzenleme becerileri üzerine cinsiyetin farklı sonuçlar vermesi kültür gibi çevresel faktörlerin etkili olabileceğini düşündürmektedir.

Çalışmada 4-6 yaş çocukların öz düzenleme beceri düzeylerinin annelerinin öğrenim düzeyine göre farklılaşıp farklılaşmadığı incelendiğinde dikkat, çalışma belleği ve engelleyici kontrol davranış alt boyutları ile öz düzenleme becerilerinde anlamlı farklılık olduğu, engelleyici kontrol duygu alt boyutunda ise anlamlı bir farklılık olmadığı bulunmuştur. Anneleri lisans mezunu olan çocukların dikkat ve engelleyici kontrol davranış alt boyutları ile öz düzenleme beceri ortalamalarının anneleri ilköğretim mezunu olanlara göre daha yüksek; anneleri lisansüstü eğitim düzeyine sahip çocukların dikkat ve çalışma belleği düzeylerinin anneleri ilköğretim mezunu olanlara göre daha yüksek olduğu sonucuna ulaşılmıştır. Buna göre çocukların annelerinin eğitim düzeyi yükseldikçe çocukların öz düzenleme becerilerinde artış olduğu görülmektedir. Uykan ve Akkaynak (2019) araştırmalarında genel öz düzenleme, çalışma belleği, engelleyici kontrol-duygu ve engelleyici kontrol-davranış becerilerinin genel olarak annesi lisans ve lisansüstü eğitim mezunu olan çocuklarda daha yüksek, annesi ilkokul ve ortaokul mezunu olan çocuklarda daha düşük olduğu sonucuna ulaşmışlardır. Işıkoğlu Aysel (2020) tarafından yapılan araştırmaya göre öz düzenlemenin dikkat alt boyutunda annesi ilkokul, ortaokul ve lise eğitim düzeyinde olan çocukların, annesi lisans ve lisansüstü eğitim düzeyine sahip çocuklardan daha düşük puanlar aldığı saptanmıştır. Öz düzenlemenin çalışma belleği, engelleyici kontrol-duygu, engelleyici kontrol-davranış alt boyutlarında ise anlamlı bir farklılık bulunmamıştır. Tekin (2018) tarafından yapılan araştırmaya göre anne öğrenim düzeyi arttıkça genel öz düzenleme becerileri ile dikkat-dürtü kontrolü, olumlu duygu alt boyutlarında artış olduğu tespit edilmiştir. Şepitçi (2018) tarafından yapılan çalışmaya göre anne öğrenim düzeyi artışı ile öz düzenleme beceri düzeylerinin arttığı belirtilmiştir. Temiz (2019) tarafından yapılan araştırmaya göre çocukların davranışsal

öz düzenleme becerileri anne eğitim düzeyi artışına göre artmaktadır. Karakurt (2019) tarafından yapılan araştırmaya göre 48-72 aylık çocukların öz düzenleme becerileri anne öğrenim düzeyi yükseldikçe artmaktadır. İleri (2019) tarafından yapılan araştırmaya göre öz düzenleme becerileri anne öğrenim durumunun artması ile artış gösterdiği belirlenmiştir. Şamlı (2019) tarafından yapılan çalışmaya göre okul öncesi çocukların öz düzenleme becerileri annelerinin öğrenim düzeyi yükseldikçe artmaktadır. Saraç, Abanoz ve Ogelman (2021) tarafından yapılan araştırmaya göre öz düzenleme becerileri tüm alt boyutlarda (dikkat, çalışma belleği ve engelleyici kontrol) anne eğitim düzeyi artışı ile yükselmektedir. Yıldız (2020) tarafından yapılan araştırmaya göre öz düzenleme becerilerinin anne öğrenim düzeyi artışı ile pozitif yönde ilişkili olduğu belirlenmiştir. Mercan (2019) tarafından yapılan araştırmaya göre çocukların öz düzenleme becerileri ile anne öğrenim durumu arasında pozitif yönde anlamlı bir ilişki bulunmaktadır. Anne eğitim düzeyinin yükselmesi ile çocukla geçirilen zamanın etkili kullanılması, rehberlik ile yönlendirme konusunda açık, net ve anlaşılır olunmasının öz düzenleme becerilerinde artışa neden olabileceği düşünülmektedir. Alan yazın incelendiğinde anne eğitim düzeyi ile çocukların öz düzenleme becerileri arasında anlamlı ilişki olmadığını belirten çalışmalar da mevcuttur (Dağgül, 2016; Öztabak, 2017; Öksüz, 2020; Aydın, 2018; Tuzcuoğlu, Azkeskin, Küsmüş ve Cengiz, 2019; Özsoy Yanbak, 2019).

Çalışmada 4-6 yaş çocukların öz düzenleme beceri düzeylerinin babanın öğrenim düzeyine göre farklılaşıp farklılaşmadığı incelendiğinde dikkat alt boyutu ile öz düzenleme becerilerinde anlamlı farklılık olduğu bulunmuştur. Lisans ve lisansüstü düzeyde eğitime sahip babaların çocuklarının, dikkat alt boyutu ile öz düzenleme becerilerinin ilköğretim düzeyinde eğitime sahip babaların çocuklarından daha yüksek olduğu bulunmuştur. Baba eğitim düzeyi ile öz düzenleme becerilerinin çalışma belleği, engelleyici kontrol davranış, engelleyici kontrol duygu alt boyutlarında istatistiksel açıdan anlamlı bir farklılık bulunmamıştır. Çalışma ile benzer sonuç bulan araştırmalar mevcuttur. Işıkoğlu Aysel (2020) tarafından yapılan araştırmaya göre öz düzenlemenin dikkat alt boyutunda lisans ve lisansüstü eğitim düzeyinde olan babaların çocuklarının diğer öğrenim düzeyindekilere göre daha yüksek puan aldıkları bulunmuştur. Tekin (2018) tarafından yapılan araştırmaya göre dikkat-dürtü kontrolü düzeyinin, babaları lise mezunu olan çocukların, üniversite mezunu olan çocuklara göre daha düşük olduğu;

olumlu duygu düzeylerinin ise babaları ilkokul, ortaokul, lise mezunu olan çocukların babaları üniversite mezunu olan çocuklara göre daha düşük olduğu sonucuna ulaşılmıştır. Babaların öğrenim durumu yükseldikçe çocukların genel öz düzenleme becerileri düzeyinin arttığı belirlenmiştir. Şepitçi (2018) tarafından yapılan çalışmaya göre çocukların öz düzenleme becerileri, babalarının öğrenim düzeyi yükseldikçe artmaktadır. Karakurt (2019) tarafından yapılan araştırmaya göre 48-72 aylık çocukların öz düzenleme becerileri baba öğrenim düzeyi yükseldikçe artmaktadır. Temiz (2019) tarafından yapılan araştırmaya göre çocuğun davranışsal öz düzenleme becerileri babalarının öğrenim düzeyi yükseldikçe artmaktadır. Özsoy Yanbak (2019) tarafından yapılan bir araştırmaya göre baba eğitim düzeyi ile öz düzenleme becerileri arasında pozitif yönde anlamlı ilişki bulunmuştur. İleri (2019) tarafından yapılan araştırmaya göre öz düzenleme becerilerinin baba öğrenim düzeyinin artması ile artış gösterdiği saptanmıştır. Şamlı (2019) tarafından yapılan çalışmaya göre okul öncesi çocukların öz düzenleme becerileri babalarının öğrenim durumu yükseldikçe artmaktadır. Saraç, Abanoz ve Ogelman (2021) tarafından yapılan araştırmaya göre öz düzenleme becerileri tüm alt boyutlarda (dikkat, çalışma belleği ve engelleyici kontrol) baba eğitim düzeyi artışı ile yükselmektedir. Yıldız (2020) tarafından yapılan araştırmaya göre öz düzenleme becerilerinin baba öğrenim düzeyi artışı ile pozitif yönde ilişkili olduğu belirlenmiştir. Mercan (2019) tarafından yapılan araştırmaya göre çocukların öz düzenleme becerileri ile baba öğrenim durumu arasında pozitif yönde anlamlı bir ilişki bulunmaktadır.

Araştırmaya katılan çocukların çalışma belleği ve engelleyici kontrol duygu alt boyutu ortalamaları kardeş sayısı değişkenine göre anlamlı olarak farklılaşmamaktadır. Çocukların dikkat ve engelleyici kontrol davranış alt boyutları ile öz düzenleme becerileri kardeş sayısı değişkeni açısından değerlendirildiğinde anlamlı olarak farklılaştığı bulunmuştur. Kendisi dahil dört kardeş olan çocukların dikkat alt boyutu ve öz düzenleme beceri ortalamaları tek çocuk ve kendisi dahil iki kardeş olan çocuklara göre daha düşük olduğu, kendisi dahil üç kardeş olan çocukların engelleyici kontrol davranış alt boyutu ortalamaları tek çocuk ve kendisi dahil iki kardeş olan çocuklara göre daha düşük olduğu bulunmuştur. Çocukların kardeş sayısı arttıkça öz düzenleme beceri düzeylerinin düştüğü görülmektedir. Alan yazın incelendiğinde benzer sonuçlara ulaşan araştırmalar bulunmaktadır. Şamlı (2019) okul öncesi dönemdeki çocukların öz

düzenleme becerileri ile okul olgunluk düzeyleri arasındaki ilişkiyi incelediği çalışmasında 1-2 kardeşe sahip çocukların öz düzenleme becerilerinin 4 ve daha fazla kardeşe sahip çocuklardan daha yüksek olduğunu tespit etmiştir. İleri (2019) tarafından yapılan bir araştırmaya göre tek çocuk olanların öz düzenleme becerilerinden dikkat-dürtü kontrolü, olumlu duygu ve toplam puan ortalamalarının 2 ve daha fazla kardeşe sahip çocuklardan daha yüksek olduğu sonucuna ulaşmıştır. Mercan (2019) 5-6 yaş çocukların öz düzenleme becerileri ile akademik benlik saygıları ve kişilerarası problem çözme becerileri arasındaki ilişkiyi incelendiği çalışmasında kardeş sayısı arttıkça öz düzenleme beceri düzeylerinin düştüğünü tespit etmiştir. Özsoy Yanbak (2019) çalışmasında kardeş sayısı ile dikkat-dürtü kontrolü ve olumlu duygu alt boyutlarının değişmediğini ancak çocukların toplam öz düzenleme puanlarının farklılık gösterdiğini tespit etmiştir. Öz düzenleme becerilerinin kardeşi olmayan çocuklarda kardeşi olan çocuklara göre daha yüksek olduğu bulunmuştur. Ural, Gültekin Akduman ve Şebitçi Sarıbaş (2020) çalışmalarında kardeş sayısının, öz düzenleme becerileri olumlu duygu alt boyutunda anlamlı olarak farklılık oluşturduğunu ve tek çocuk olanların öz düzenleme becerilerinin dikkat-dürtü kontrolü, olumlu duygu alt boyutları ile toplam puan ortalamalarının kardeşi olan çocukların puan ortalamalarından daha yüksek olduğu sonucuna ulaşmışlardır. Yıldız (2020) tarafından yapılan çalışmaya göre öz düzenleme beceri düzeyi kendisi dahil 2 kardeş olan çocuklarda diğerlerine göre daha yüksek bulunmuştur.

Çalışmada yaş ve öz düzenleme becerileri arasındaki ilişki incelendiğinde dikkat, çalışma belleği, engelleyici kontrol davranış alt boyutları ile öz düzenleme becerileri arasında istatistiksel olarak anlamlı bir ilişki bulunmazken engelleyici kontrol duygu alt boyutunun farklılaştığı tespit edilmiştir. 6 yaşındaki çocukların engelleyici kontrol duygu alt boyutu ortalamaları, 4 yaşındaki çocuklara göre daha yüksek olduğu bulunmuştur. Alan yazın incelendiğinde bulgumuza benzer sonuçlar bulan araştırmalar mevcuttur. Arslan ve arkadaşlarının (2021) yaptığı çalışmaya göre çocukların yaşı ile düzenleme becerileri alt boyutu ve öz düzenleme becerileri toplam puanı arasında anlamlı bir ilişki görülmezken, kontrol becerileri alt boyutunda 48-60 aylık çocukların aldıkları puanların 61-72 aylık çocuklardan daha yüksek olduğu tespit edilmiştir. Öksüz (2020) 4-6 yaş arasındaki çocuklarda öz düzenleme becerileri ile kaygı düzeyleri arasındaki ilişkiyi incelediği araştırmasında yaş ile öz düzenleme becerileri arasında

anlamlı bir ilişki saptamamıştır. İleri (2019) tarafından yapılan çalışmaya göre çocukların yaşları ile öz düzenleme becerilerinden dikkat-dürtü kontrolü, olumlu duygu ve toplam puanlarında istatistiksel olarak anlamlı bir ilişki bulunmamıştır. Mercan (2019) tarafından yapılan çalışmaya göre öz düzenleme becerileri, düzenleme becerileri alt boyutu yaş değişkenine göre istatistiksel olarak anlamlı bir farklılık göstermezken, 6 yaş çocuklarında kontrol becerileri alt boyutu ile öz düzenleme becerileri toplamı 5 yaşındaki çocuklardan daha düşük ve istatistiksel olarak anlamlı bulunmuştur. Yaş ile öz düzenleme becerileri arasında istatiksel olarak anlamlı ilişki bulan çalışmalar alan yazın incelendiğinde dikkat çekmektedir (Yıldız, 2020; Bayındır ve Biber, 2019; Tuzcuoğlu, Azkeskin, Küsmüş ve Cengiz, 2019; Karakurt, 2019; Aydın, 2018; Şepitçi, 2018; Fındık Tanrıbuyurdu, 2012).

Çalışmada 4-6 yaş çocukların öz düzenleme beceri düzeylerinin ailelerinin gelir düzeyine göre farklılaşıp farklılaşmadığı incelendiğinde çalışma belleği ve engelleyici kontrol davranış alt boyutları ile öz düzenleme becerilerinde anlamlı farklılık olduğu dikkat ve engelleyici kontrol duygu alt boyutlarında ise anlamlı bir farklılık olmadığı bulunmuştur. Ailelerinin gelir durumu kötü ve orta olan çocukların çalışma belleği ve engelleyici kontrol davranış alt boyutları ile öz düzenleme beceri ortalamalarının ailelerinin gelir durumu çok iyi olan çocuklardan daha düşük olduğu bulunmuştur. Ailelerinin gelir durumu iyi olan çocukların çalışma belleği alt boyutu ortalamalarının ailelerinin gelir durumu çok iyi olan çocuklara göre daha düşük olduğu bulunmuştur. Temiz (2019) tarafından yapılan çalışma sonuçları ailelerin gelir düzeyi yükseldikçe çocukların davranışsal öz düzenleme becerilerinin arttığını aktarmaktadır. Uykan ve Akkaynak (2019) tarafından yapılan çalışmaya göre çocukların dikkat, engelleyici kontrol-davranış ve engelleyici kontrol-duygu alt boyutları ile genel öz düzenleme beceri puanlarının ailelerin sosyo-ekonomik durumuna göre değişmediği, çalışma belleği alt boyutunun ise sosyo-ekonomik durumla pozitif yönde ilişkili olduğu belirlenmiştir. Karakurt (2019) tarafından yapılan araştırmaya göre ailelerin gelir düzeyi yükseldikçe çocukların öz düzenleme becerileri artmıştır. Arslan ve arkadaşlarının (2021) okul öncesi dönem çocuklarının öz düzenleme becerilerini incelediği çalışmalarında düzenleme becerileri alt boyutu ile gelir düzeyi arasında anlamlı ilişki olduğu saptanmıştır. Araştırmaya göre gelir durumu yükseldikçe düzenleme becerileri alt boyutu puanlarının düştüğü görülmüştür.

Çalışmada, ekran kullanımı ile öz düzenleme becerileri alt boyutları ve genel öz düzenleme becerileri arasında negatif yönde ve düşük düzeyde anlamlı bir ilişki olduğu bulunmuştur. Bir diğer deyişle çocukların ekran kullanımı arttıkça, öz düzenleme becerileri alt boyutları ile öz düzenleme beceri düzeyi düşmektedir. Çalışmada, problemli medya kullanımının öz düzenleme becerisini negatif yönde ve anlamlı düzeyde yordadığı belirlenmiştir. Problemli medya kullanımının dikkat, çalışma belleği, engelleyici kontrol davranış ve engelleyici kontrol duygu değişkenlerini negatif yönde ve anlamlı düzeyde yordadığı belirlenmiştir. McNeill, Howard, Vella, ve Cliff (2019) erken çocukluk döneminde medya kullanımının yürütücü işlevler ve psikososyal gelişim ile ilişkisini araştırmışlardır. 3 ila 5 yaşlarında daha yüksek seviyelerde medya maruziyeti, dışsallaştırma ile davranış problemlerinde artış ve olumsuz psikolojik gelişimle sonuçlanmıştır. Düşük düzeyde medya maruziyeti yürütücü işlevlerde anlamlı değişiklik oluşturmazken yüksek medya maruziyeti (≥30 dakika / gün) yürütücü işlevler için zararlı bulunmuştur. Cho ve Lee (2017) tarafından yapılan araştırmaya göre ebeveynler çocuklarının akıllı telefon kullanımını sınırladığında çocukta saldırganlık, dikkat dağınıklığı gibi belirtilerin azaldığı görülmüştür. Kühhirt ve Klein (2020 tarafından yapılan araştırmaya göre aile ortamında televizyona maruz kalmanın çocukların kelime hazinesi, tümevarımsal akıl yürütme yeteneği ve davranışsal gelişim üzerinde güçlü bir olumsuz etkisi olduğuna dair hiçbir kanıt bulunmamıştır. Çalışmada çocukların televizyon maruziyetinin içeriği ve bağlamı dikkate alınmamıştır. Lin ve arkadaşları (2020) ebeveyn eğitiminin Asyalı okul öncesi çocuklarda ekran süresi, uyku bozuklukları ve psikososyal adaptasyon üzerindeki etkilerini incelemişlerdir. Ebeveyn eğitim programı, okul öncesi çocuklar arasında ekran süresini etkili bir şekilde azaltmaya yardımcı olmuştur. Ayrıca, müdahale deney grubundaki uyku kalitesini ve dikkat puanını etkili bir şekilde artırmıştır ancak içselleştirme veya dışsallaştırma puanlarında önemli bir farklılık oluşturmamıştır. Lin ve arkadaşlarının (2020) Güney Tayvan'da yaptıkları araştırmanın sonucuna göre, dokunmatik ekranlı cihazlarla fazla zaman geçiren küçük çocuklarda duygusal problemler, endişeli/depresif semptomlar, somatik şikayetler, sosyal geri çekilme semptomları, dikkat problemleri ve saldırgan davranışlar artmış, ancak dil gecikmesi saptanmamıştır.

Çalışmada çocukların öz düzenleme becerilerinin ekran kullanımına başlama yaşları ile değişkenlik gösterip göstermediği incelendiğinde televizyon ve bilgisayar değişkeni

açısından anlamlı bir fark oluşmadığı, tablet ve cep telefonu değişkeni açısından anlamlı farklılıklar oluştuğu sonucuna ulaşılmıştır.

Tablet kullanımına başlama yaşları ile dikkat ve engelleyici kontrol duygu alt boyutlarında anlamlı farklılıklar oluştuğu çalışma belleği ve engelleyici kontrol davranış alt boyutunda ise anlamlı farklılıklar oluşmadığı tespit edilmiştir. Tablet kullanımına 5-6 yaş arasında başlayan çocukların öz düzenleme beceri ortalamalarının tablet kullanımına 0-1 yaş, 1-2 yaş ve 2-3 yaş arasında başlayan çocuklardan daha yüksek olduğu bulunmuştur. Tablet kullanımına 3-4 yaş arasında başlayan çocukların öz düzenleme beceri ortalamalarının tablet kullanımına 1-2 yaş arasında başlayan çocuklardan daha yüksek olduğu bulunmuştur. Tablet kullanımına 5-6 yaş arasında başlayan çocukların dikkat alt boyutu ortalamalarının tablet kullanımına 0-1 yaş ve 2-3 yaş arasında başlayan çocuklardan daha yüksek olduğu bulunmuştur. Tablet kullanımına 3-4 yaş arasında başlayan çocukların dikkat alt boyutu ortalamalarının tablet kullanımına 1-2 yaş arasında başlayan çocuklardan daha yüksek olduğu bulunmuştur. Tablet kullanımına 5-6 yaş arasında başlayan çocukların engelleyici kontrol duygu alt boyutu ortalamalarının tablet kullanımına 1-2 yaş ve 2-3 yaş arasında başlayan çocuklardan daha yüksek olduğu bulunmuştur. Tablet kullanımına 3-4 yaş arasında başlayan çocukların engelleyici kontrol duygu alt boyutu ortalamalarının tablet kullanımına 1-2 yaş arasında başlayan çocuklardan daha yüksek olduğu bulunmuştur.

Cep telefonu kullanımına başlama yaşları ile dikkat, çalışma belleği ve engelleyici kontrol duygu alt boyutlarında anlamlı farklılıklar oluştuğu, öz düzenleme ve engelleyici kontrol davranış alt boyutunda ise anlamlı farklılıklar oluşmadığı tespit edilmiştir. Cep telefonunu 0-1 yaş ve 1-2 yaş arasında kullanmaya başlayan çocukların dikkat alt boyutu ortalamalarının cep telefonu kullanmayan ve 3-4 yaş arasında kullanmaya başlayan çocuklardan düşük olduğu bulunmuştur. Cep telefonunu 1-2 yaş arasında kullanmaya başlayan çocukların çalışma belleği alt boyutu ortalamalarının cep telefonu kullanmayan ve 3-4 yaş arasında kullanmaya başlayan çocuklardan düşük olduğu bulunmuştur. Cep telefonunu 0-1 yaş ve 1-2 yaş arasında kullanmaya başlayan çocukların engelleyici kontrol duygu alt boyutu ortalamalarının 3-4 yaş arasında kullanmaya başlayan çocuklardan düşük olduğu bulunmuştur. Cep telefonunu 1-2 yaş arasında kullanmaya başlayan çocukların engelleyici kontrol duygu alt boyutu ortalamalarının cep telefonu kullanmayan çocuklardan düşük olduğu bulunmuştur. Cliff

ve arkadaşlarının yaptığı araştırmaya göre iki yaşına kadar düşük ekran maruziyeti olan çocuklarda dört yaşında daha iyi öz düzenleme ve altı yaşında daha düşük ekrana maruziyeti görülmüştür (Cliff, Howard, Radesky, McNeill ve Vella, 2018).

6. SONUÇ VE ÖNERİLER

6.1. Sonuç

4-6 yaş çocukların ekran kullanım alışkanlıkları ile öz düzenleme becerileri arasındaki ilişkinin incelendiği bu araştırmada aşağıdaki sonuçlar elde edilmiştir.

- Bu araştırmada 159'u erkek (%52,6), 144'ü kız (%47,4) çocuğuna sahip toplam 303 anne çalışma grubunu oluşturmuştur. Çalışmaya katılan çocukların %30,3'ü (n=92) 4 yaş, %25,3'ü (n=77) 5 yaş, %44,4'ü (n=135) 6 yaşındadır.
- Çocukların %72,3'nün ekran maruziyet oranının 1 saat üzerinde olduğu tespit edilmiştir.
- Araştırma sonucuna göre 0-6 yaş döneminde çocukların %88'i cep telefonu, %66'sı tablet, %54'ü bilgisayar kullanmakta ve %95'i televizyon izlemektedir. Çocukların teknolojik aletleri kullanmaya başlama yaşları incelendiğinde ise %38'nin 2 yaş öncesinde televizyon izlediği, %45'nin 3 yaş öncesinde telefon kullandığı, %46'sının 4 yaş öncesinde tablet kullandığı ve %43'nün 5 yaş öncesinde bilgisayar kullandığı tespit edilmiştir.
- Erkek çocukların kızlara göre daha fazla ekran karşısında zaman geçirdiği tespit edilmiştir.
- Anne eğitim düzeyi arttıkça çocukların ekran karşısında geçirdikleri sürelerin azaldığı belirlenmiştir.
- Baba eğitim düzeyi ile ekran kullanımı arasında anlamlı bir ilişki saptanmamıştır.
- Çocukların ekran kullanım sürelerinin kardeş sayısından etkilenmediği bulunmuştur.
- Farklı yaşlardaki çocukların ekran kullanımı sıra ortalamalarında anlamlı farklılıklar olmadığı bulunmuştur.
- Çocukların ekran kullanımı sıra ortalamalarında ailenin ekonomik gelir düzeyine göre anlamlı farklılıklar olmadığı bulunmuştur.
- Ekran kullanımı için aile içi kuralların olmamasının ekran kullanım süresinde artışa neden olduğu bulunmuştur.
- Genel öz düzenleme becerileri ile cinsiyet değişkeni arasında anlamlı bir fark olmadığı belirlenmiştir.

- Lisans düzeyinde eğitime sahip annelerin çocuklarının, genel öz düzenleme becerilerinin ilköğretim düzeyinde eğitime sahip annelerin çocuklarından daha yüksek olduğu bulunmuştur. Annelerin öğrenim düzeyi arttıkça çocuklarının, genel öz düzenleme becerilerinin yükseldiği bulunmuştur.
- Lisans düzeyinde ve lisansüstü düzeyde eğitime sahip babaların çocuklarının, genel öz düzenleme becerilerinin ilköğretim düzeyinde eğitime sahip babaların çocuklarından daha yüksek olduğu bulunmuştur. Babaların öğrenim düzeyi arttıkça çocuklarının, genel öz düzenleme becerilerinin yükseldiği bulunmuştur.
- Tek çocuk veya 2 çocuklu ailelerden gelen çocukların, genel öz düzenleme becerilerinin 4 veya daha fazla çocuklu ailelerden gelen çocuklarından daha yüksek olduğu bulunmuştur. Çocukların kardeş sayısı arttıkça genel öz düzenleme beceri düzeylerinin düştüğü bulunmuştur.
- Farklı yaşlardaki çocukların genel öz düzenleme beceri düzeylerinin sıra ortalamalarında anlamlı farklılıklar olmadığı bulunmuştur.
- Ekonomik durumu çok iyi olan ailelerden gelen çocukların genel öz düzenleme becerilerinin ekonomik durumu kötü ve orta olan ailelerden gelen çocuklardan daha yüksek olduğu bulunmuştur.
- 5-6 yaşlarında ekran kullanımına başlayan çocukların genel öz düzenleme becerilerinin 0-1 yaş, 1-2 yaş ve 2-3 yaşlarında ekran kullanımına başlayan çocuklardan anlamlı olarak daha yüksek olduğu bulunmuştur. Bununla beraber, 3-4 yaşlarında ekran kullanımına başlayan çocukların genel öz düzenleme becerilerinin 0-1 yaşlarında ekran kullanımına başlayan çocuklardan anlamlı olarak daha yüksek olduğu bulunmuştur.
- Ekran kullanımı ile öz düzenleme becerileri arasında negatif yönde ve düşük düzeyde anlamlı bir ilişki olduğu bulunmuştur. Bir diğer deyişle çocukların ekran kullanımı arttıkça, öz düzenleme beceri düzeyi düşmektedir.
- Problemli medya kullanımının öz düzenleme becerisini negatif yönde ve anlamlı düzeyde yordadığı belirlenmiştir. Problemli medya kullanımının dikkat, çalışma belleği, engelleyici kontrol davranış ve engelleyici kontrol duygu değişkenlerini negatif yönde ve anlamlı düzeyde yordadığı belirlenmiştir.

6.2. Öneriler

- Bu araştırmada çocukların annelerinden alınan bilgilerle öz düzenleme becerileri değerlendirilmiştir. Gelecek araştırmalarda çocukların doğrudan gözlenerek öz düzenleme becerileri değerlendirilebilir.
- Araştırma sonuçlarından hareketle, erken çocukluk dönemi ekran kullanım sürelerinin yüksek oluşu ebeveynlerin ekran cihazlarının fazla kullanımının çocuklara etkisi konusunda yeteri düzeyde bilinçli olmadığı sonucunu ortaya çıkarmıştır. Erken yaşlarda ekrana uzun süre ekrana maruz kalan çocuklarda öz düzenleme becerileri düşüş göstermektedir. Özellikle çocuklarda aşırı ekran kullanımı durumunda ortaya çıkabilecek riskler konusunda ebeveyn bilgilendirme etkinliklerinin yapılması farkındalık oluşturulması açısından etkili olabilir.
- Aileler çoğunlukla çocuklarının teknolojinin gerisinde kalma endişesiyle dijital araçların kullanımı destekleyebilmektedirler. Ancak ebeveynlerde, çocukların teknolojik aletlerle geçirdiği süre ile ilgili kısıtlama yapma konusunda yetersizlikler ortaya çıkabilmeltedir. Ebeveynlere çocuklarına ekran kullanımı konusuna etkin kurallar koymalarının ve bu kuralların uygulanmasına yönelik kararlı tutum göstermelerinin önemi anlatılabilir.
- Ev içerisinde çocukla etkili zaman geçirme, gelişimini destekleyecek etkinlikler yapma, kitap okuma ile ilgili önerilerin ailelere sunulması ekran maruziyetinin azaltılmasında etkili olabilir.

KAYNAKLAR

Akça, H. (2018). *İstanbul ili maltepe ilçesindeki ilkokul çağı çocuklarında ekran bağımlılığı eğiliminin nicel olarak incelenmesi.* Tıpta uzmanlık tezi, Marmara Üniversitesi, Sağlık Bilimleri Enstitüsü, İstanbul.

Aksoy, A. B., & Yaralı, K. T. (2017). Çocukların öz düzenleme becerileri ile oyun becerilerinin cinsiyete göre incelenmesi. *Trakya Üniversitesi Eğitim Fakültesi Dergisi, 7*(2), 442-455. doi:10.24315/trkefd.304124

Altun, D. (2019). 60-71 aylık okul öncesi dönemdeki çocukların alıcı ve ifade edici dil kelime bilgisinin teknoloji kullanımı ve ailesel faktörlere göre incelenmesi. *Uluslararası Türkçe Edebiyat Kültür Eğitim Dergisi, 8*(2), 1158-1182.

American Academy of Pediatrics. (2016, 01 Kasım). Erişim adresi: https://pediatrics.aappublications.org/content/138/5/e20162591/tab-article-info. Erişim tarihi: 28 Şubat 2021.

Aral, N., & Doğan Keskin, A. (2018). Ebeveyn bakış açısıyla 0-6 yaş döneminde teknolojik alet kullanımının incelenmesi. *Addıcta: The Turkısh Journal On Addıctıons, 5*(2), 317–348. http://dx.doi.org/10.15805/addicta.2018.5.2.0054

Arslan, Ö., Çavunt, F., Çoban, A., Dinç, E., Erkoç, A., Karan, S. Ş., Meriç, İ., Mutlu, N. & Akşin Yavuz, E. (2021). Okul Öncesi Dönem Çocuklarının Öz Düzenleme Becerilerinin İncelenmesi. *International Primary Education Research Journal, 5*(2) , 180-199. doi: 10.38089/iperj.2021.61

Ateş, M. A., & Durmuşoğlu Saltalı, N. (2019). KKTC'de yaşayan 5-6 yaş çocukların tablet ve cep telefonu kullanımına ilişkin ebeveyn görüşlerinin incelenmesi. *Gazi Eğitim Bilimleri Dergisi, 5*(1), 62-90. https://dx.doi.org/10.30855/gjes.2019.05.01.004.

Aydın, F. (2018). *Okul öncesi dönem çocuklarının öz düzenleme becerilerinin ve duygusal zekâlarının incelenmesi.* Yüksek lisans tezi, Gazi Üniversitesi, Eğitim Bilimleri Enstitüsü, Ankara.

Bandura, A. (1982). Self-efficacy mechanism in human agency. *American Psychologist*, 37(2), 122–147. https://doi.org/10.1037/0003-066X.37.2.122.

Bayındır, D., & Biber, K. (2019). 60-72 Aylık Çocukların Okula Hazır Bulunuşluk Düzeyleri ile Öz Düzenleme Beceri Düzeyleri Arasındaki İlişkinin İncelenmesi. *Kalem Eğitim ve İnsan Bilimleri Dergisi, 9*(1), 135-154. doi: 10.23863/kalem.2018.105

Behnamnia, N., Kamsin, A., Ismail, M. A. B., & Hayati, A. (2020). The effective components of creativity in digital game-based learning among young children: A case study. *Children and Youth Services Review, 116*, 105227. https://doi.org/10.1016/j.childyouth.2020.105227

Beyazit, U. (2019). Okul öncesi dönemdeki çocuklarda öz düzenleme becerisi ve davranış sorunları arasındaki ilişkinin incelenmesi. *Akdeniz Eğitim Araştırmaları Dergisi, 13*(30), 42-57. doi: 10.29329/mjer.2019.218.3

Blackwell, C. K., Lauricella, A. R., & Wartella, E. (2016). The influence of TPACK contextual factors on early childhood educators' tablet computer use. *Computers ve Education, 98*, 57-69. http://dx.doi.org/10.1016/j.compedu.2016.02.010

Braund, H., & Timmons, K. (2021). Operationalization of self-regulation in the early years: comparing policy with theoretical underpinnings. *International Journal of Child Care and Education Policy, 15*(1), 1-21. https://doi.org/10.1186/s40723-021-00085-7

Brown, A., & Smolenaers, E. (2018). Parents' ınterpretations of screen time recommendations for children younger than 2 years. *Journal of Family Issues, 39*(2), 406–429. https://doi.org/10.1177/0192513X16646595

Büyüköztürk, Ş., Çakmak, E. K., Akgün, Ö. E., Karadeniz, Ş., & Demirel, F. (2014). Bilimsel Araştırmanın Temelleri. Ş. Büyüköztürk, E. K. Çakmak, Ö. E. Akgün, Ş. Karadeniz, & F. Demirel (Editörler) içinde, Bilimsel Araştırma Yöntemleri (s. 1-36). Ankara: Pegem Akademi.

Cadima, J., Barros, S., Ferreira, T., Serra-Lemos, M., Leal, T., & Verschueren, K. (2019). Bidirectional associations between vocabulary and self-regulation in preschool and their interplay with teacher–child closeness and autonomy support. *Early Childhood Research Quarterly, 46*, 75-86. https://doi.org/10.1016/j.ecresq.2018.04.004

Cengiz Saltuk, M., & Erciyes, C. (2020). Okul öncesi çocuklarda teknoloji kullanımına ilişkin ebeveyn tutumlarına dair bir çalışma. *e-Journal of New Media, 4*(2), 106-120.

Chen, C., Chen, S., Wen, P., & Snow, C. E. (2020). Are screen devices soothing children or soothing parents? Investigating the relationships among children's exposure to different types of screen media, parental efficacy and home literacy practices. *Computers in Human Behavior, 112*, 106462. https://doi.org/10.1016/j.chb.2020.106462.

Cho, K. S., & Lee, J. M. (2017). Influence of smartphone addiction proneness of young children on problematic behaviors and emotional intelligence: Mediating selfassessment effects of parents using smartphones. *Computers in Human Behavior, 66*(1), 303–311. http://dx.doi.org/10.1016/j.chb.2016.09.063

Cliff, D. P., Howard, S. J., Radesky, J. S., McNeill, J., & Vella, S. A. (2018). Early childhood media exposure and self-regulation: bidirectional longitudinal associations. *Academic Pediatrics, 18*(7), 813-819.

Cragg, L., & Gilmore, C., (2014). Skills underlying mathematics: the role of executive function in the development of mathematics proficiency. *Trends in Neuroscience and Education 3*(2), 63–68. https://doi.org/10.1016/j.tine.2013.12.001.

Çelen Yoldaş, T., & Özmert, E.N. (2020). Farklı basamaklardaki sağlık kuruluşlarına başvuran ailelerin çocukları ile oyun oynama, kitap okuma ve ekran izletme alışkanlıklarının değerlendirilmesi. *Türkiye Çocuk Hastalıkları Dergisi, 14*, 422-427. http://dx.doi.org/10.12956/tchd.561164

Çelik, E. (2017). *4-6 yaş çocukların ekran kullanımının, ebeveyn ekran kullanımı ve aile işlevleri ile ilişkisi*. Uzmanlık tezi, Çukurova Üniversitesi, Aile Hekimliği Anabilim Dalı, Adana.

Dağgül, H.C. (2016). *Okul öncesi dönem çocuklarının öz düzenleme becerileri ile ebeveynlerin çocuk yetiştirme stilleri arasındaki ilişkinin incelenmesi.* Yüksek lisans tezi, Doğu Akdeniz Üniversitesi, Lisansüstü Eğitim, Öğretim ve Araştırma Enstitüsü, Gazimağusa, Kuzey Kıbrıs.

Eken, B. (2019). Görsel kültürde ekran ve gelişim süreci. *IBAD Sosyal Bilimler Dergisi*, (5) , 532-541. https://doi.org/10.21733/ibad.627226

Emre, O., Temiz, A., Tarkoçin, S., & Keskinkılıç Ulutaş, A. (2020). Öğretmen değerlendirmesine göre 60-72 aylık çocukların öz-düzenleme becerileri ile yalnızlık ve sosyal memnuniyetsizlikleri arasındaki ilişki. *Mustafa Kemal Üniversitesi Sosyal Bilimler Enstitüsü Dergisi, 17*(45), 124-139.

Erol, A., & İvrendi, A . (2018). 4-6 yaş çocuklarına yönelik öz-düzenleme becerileri ölçeğinin geliştirilmesi (anne formu). *Pamukkale Üniversitesi Eğitim Fakültesi Dergisi, 44*, 178-195. doi: 10.9779/PUJE.2018.213

Fairlie, R. W., & Kalil, A. (2017). The effects of computers on children's social development and school participation: Evidence from a randomized control experiment. *Economics of Education Review, 57*, 10-19.

Fındık Tanrıbuyurdu, E. (2012). *Okul öncesi öz düzenleme ölçeği geçerlik ve güvenirlik çalışması.* Yüksek lisans tezi, Hacettepe Üniversitesi, Sosyal Bilimler Enstitüsü, Ankara.

Furuncu, C. (2019). *Problemli medya kullanım ölçeğinin türkçe formunun geçerlilik güvenirlik çalışması: çocuklarda ekran bağımlılığı ölçeği ebeveyn formu*. Yüksek lisans tezi, İstanbul Üniversitesi, Cerrahpaşa Adli Tıp Enstitüsü, İstanbul.

Genç, Z. (2014). Parents' perceptions about the mobile technology use of preschool aged children. *Procedia - Social and Behavioral Sciences, 146*, 55–60. https://doi.org/10.1016/j.sbspro.2014.08.086.

Gentile, D. A., Anderson, C. A., Yukawa, S., Ihori, N., Saleem, M., Kam, L., Shibuya, A., Liau, A. K., Khoo, A., Bushman, B. J., Rowell Huesmann, L., & Sakamoto, A. (2009). The effects of prosocial video games on prosocial behaviors: ınternational evidence from correlational, longitudinal, and experimental studies. *Personality and Social Psychology Bulletin, 35*(6), 752–763. https://doi.org/10.1177/0146167209333045

Gentile, D. A., Reimer, R. A., Nathanson, A. I., Walsh, D. A., & Eisenmann, J. C. (2014). Protective effects of parental monitoring of children's media use: A prospective study. *JAMA pediatrics, 168*(5), 479-484.https://doi.org/10.1001/jamapediatrics.2014.146.

Golden, S.L., Blake, J.W.C., & Giuliano, K.K. (2020). Parental decision-making: infant engagement with smartphones. *Infant Behavior and Development, 61*(1). https://doi.org/10.1016/j.infbeh.2020.101497.

Gonzales, C. R., Bowles, R., Geldhof, G. J., Cameron, C. E., Tracy, A., & McClelland, M. M. (2021). The Head-Toes-Knees-Shoulders Revised (HTKS-R):

Development and psychometric properties of a revision to reduce floor effects. *Early Childhood Research Quarterly, 56,* 320-332. https://doi.org/10.1016/j.ecresq.2021.03.008

Gökel, Ö. (2020). Teknoloji bağımlılığının çeşitli yaş gruplarındaki çocuklara etkileri hakkındaki ebeveyn görüşleri. *Cyprus Turkish Journal of Psychiatry ve Psychology, 2*(1), 41-47.

Gözüm, A. İ. C. (2020). Okul öncesi dönem çocuklarında çalışma belleği ve engelleyici kontrol: Dikkatin aracı rolü. *Erken Çocukluk Çalışmaları Dergisi, 4*(3), 609–638. https://doi.org/10.24130/eccd-jecs.1967202043270

Gündoğdu, Z., Seytepe, Ö., Pelit, B. M., Doğru, H., Güner, B., Arıkız, E., Akçomak, Z., Kale, E. B., Moran, İ., Aydoğdu, G., & Kaya, E. (2016). Okul öncesi çocuklarda medya kullanımı. *Kocaeli Üniversitesi Sağlık Bilimleri Dergisi, 2*(2), 6-10.

Hadlington, L., White, H., & Curtis, S. (2019). "I cannot live without my [tablet]": Children's experiences of using tablet technology within the home. *Computers in human Behavior, 94*, 19-24. https://doi.org/10.1016/j.chb.2018.12.043.

Hiltunen, P., Leppänen, M. H., Ray, C., Määttä, S., Vepsäläinen, H., Koivusilta, L., Sajaniemi, N., Erkkola, M., & Roos, E. (2020). Relationship between screen time and sleep among Finnish preschool children: results from the DAGIS study. *Sleep Medicine, 77*, 75-81. https://doi.org/10.1016/j.sleep.2020.11.008

Hinkley, T., Carson, V., Kalomakaefu, K., & Brown, H. (2017). What mums think matters: a mediating model of maternal perceptions of the impact of screen time on preschoolers' actual screen time. *Preventive medicine reports, 6,* 339-345.http://doi.org/10.1016/j.pmedr.2017.04.015

Howie, E. K., Coenen, P., Campbell, A. C., Ranelli, S., & Straker, L. M. (2017). Head, trunk and arm posture amplitude and variation, muscle activity, sedentariness and physical activity of 3 to 5 year-old children during tablet computer use compared to television watching and toy play.*Applied Ergonomics, 65*, 41-50.

Işıkoğlu Aysel, Y. (2020). *60- 72 aylık çocukların öz-düzenleme becerileri, sosyal yetkinlik davranışları ve problem çözme becerileri arasındaki ilişkinin incelenmesi.* Yüksek lisans tezi, Pamukkale Üniversitesi, Eğitim Bilimleri Enstitüsü, Denizli.

İleri, G. (2019). *Okul öncesi dönem çocukların öz düzenleme becerileri ile akran zorbalığına maruz kalma düzeyleri arasındaki ilişkinin incelenmesi.* Yüksek lisans tezi, Gazi Üniversitesi, Eğitim Bilimleri Enstitüsü, Ankara.

İvrendi, A. (2020). Okula hazır bulunuşluk ve yürütücü işlev performansları arasındaki ilişki. *Erken Çocukluk Çalışmaları Dergisi, 4*(2), 66–87. https://doi.org/10.24130/eccd-jecs.1967202042208

Fox, E., & Riconscente, M. (2008). Metacognition and self-regulation in James, Piaget, and Vygotsky. *Educational Psychology Review, 20*(4), 373-389. https://doi.org/10.1007/s10648-008-9079-2

Jin, C. H. (2013). The effects of individual innovativeness on users' adoption of Internet content filtering software and attitudes toward children's Internet use. *Computers in Human Behavior, 29*(5), 1904-1916.

Kabali, H. K., Irigoyen, M. M., Nunez-Davis, R., Budacki, J. G., Mohanty, S. H., Leister, K. P., & Bonner, R. L. (2015). Exposure and use of mobile media devices by young children. *Pediatrics, 136*(6), 1044-1050.http://doi.org/10.1542/peds.2015-2151.

Kadan, G., & Aral, N. (2018). Okul öncesi dönem çocuklarının medya kullanım düzeylerinin incelenmesi. *International Journal of Multidisciplinary Studies and Innovative Technologies, 2*(2), 51-55.

Karakurt, Ç. (2019). *Okul öncesi eğitime devam eden 48-72 aylık çocukların öz düzenleme becerileri ile dil becerileri arasındaki ilişkinin incelenmesi.* Yüksek lisans tezi, İstanbul Üniversitesi-Cerrahpaşa, Lisansüstü Eğitim Enstitüsü, İstanbul.

Keskindemirci, G., & Gökçay, G. (2020). Dil gelişimi gecikmiş olan çocuklarda ekran maruziyeti: Ön çalışma sonuçları. *İstanbul Tıp Fakültesi Dergisi, 82*(4), 29-30. https://doi.org/10.26650/IUITFD.2019.0020.

Kucirkova, N., Messer, D., Sheehy, K., & Panadero, C. F. (2014). Children's engagement with educational iPad apps: Insights from a Spanish classroom. *Computers ve Education, 71,* 175-184.

Kühhirt, M., & Klein, M. (2020). Parental education, television exposure, and children's early cognitive, language and behavioral development. *Social Science Research, 86,* 102391. https://doi.org/10.1016/j.ssresearch.2019.102391

Lenes, R., McClelland, M. M., Braak, D. T., Idsøe, T., & Størksen, I. (2020). Direct and indirect pathways from children's early self-regulation to academic achievement in fifth grade in Norway. *Early Childhood Research Quarterly, 53,* 612-624. https://doi.org/10.1016/j.ecresq.2020.07.005.

Lin, H. P., Chen, K. L., Chou, W., Yuan, K. S., Yen, S. Y., Chen, Y. S., & Chow, J. C. (2020). Prolonged touch screen device usage is associated with emotional and behavioral problems, but not language delay, in toddlers. *Infant Behavior and Development, 58,* 101424.https://doi.org/10.1016/j.infbeh.2020.101424

Lin, L. Y., Cherng, R. J., Chen, Y. J., Chen, Y. J., & Yang, H. M. (2015). Effects of television exposure on developmental skills among young children. *Infant Behavior ve Development,* 38, 20–26. https://doi.org/10.1016/j.infbeh.2014.12.005.

Lin, Y. M., Kuo, S. Y., Chang, Y. K., Lin, P. C., Lin, Y. K., Lee, P. H., Lin, P. H., & Chen, S. R. (2020). Effects of parental education on screen time, sleep disturbances, and psychosocial adaptation among Asian preschoolers: A randomized controlled study. *Journal of Pediatric Nursing.* https://doi.org/10.1016/j.pedn.2020.07.003.

Madigan, S., Browne, D., Racine, N., Mori, C., & Tough, S. (2019). Association between screen time and children's performance on a developmental screening test. *JAMA pediatrics, 173*(3), 244-250.

McArthur, B.A., Browne, D., Tough, S., & Madigan, S. (2020). Trajectories of screen use during early childhood: Predictors and associated behavior and learning

outcomes. *Computers in Human Behavior, 113*(1). DOI https://doi.org/10.1016/j.chb.2020.106501.

McClelland, M. M., & Cameron, C. E. (2012). Self-regulation in early childhood: Improving conceptual clarity and developing ecologically valid measures. *Child development perspectives, 6*(2), 136-142. DOI: 10.1111/j.1750-8606.2011.00191.x

McNeill, J., Howard, S. J., Vella, S. A., & Cliff, D. P. (2019). Longitudinal associations of electronic application use and media program viewing with cognitive and psychosocial development in preschoolers. *Academic Pediatrics, 19*(5), 520-528.

Mercan, M. (2019). *Okul öncesi eğitim kurumlarına devam eden 5-6 yaş çocuklarının öz düzenleme becerileri ile akademik benlik saygıları ve kişilerarası problem çözme becerileri arasındaki ilişkinin incelenmesi.* Yüksek lisans tezi, Gazi Üniversitesi, Eğitim Bilimleri Enstitüsü, Ankara.

Mutlu, N. (2019). *Beş yaş altı çocuklarda ekran önü zamanının değerlendirilmesi.* Tıpta uzmanlık tezi, Eskişehir Osmangazi Üniversitesi, Sağlık Bilimleri Enstitüsü, Eskişehir.

Neumann, M. M., & Neumann, D. L. (2014). Touch screen tablets and emergent literacy. *Early Childhood Education Journal, 42*(4), 231-239.

Özsoy Yanbak, M. (2019). *Okul öncesi eğitime devam eden çocukların öz düzenleme becerileri ile baba çocuk ilişkisinin incelenmesi*. Yüksek lisans tezi, Gazi Üniversitesi, Eğitim Bilimleri Enstitüsü, Ankara.

Öksüz, A. (2020). *4-6 yaş arasındaki çocuklarda öz düzenleme becerileri ile kaygı düzeyleri arasındaki ilişki.* Yüksek lisans tezi, Kastamonu Üniversitesi, Sosyal Bilimleri Enstitüsü, Kastamonu.

Öztabak, M.E. (2017). *Okul öncesi dönem çocuklarının öz düzenleme becerileri ile anne-baba tutumları arasındaki ilişkinin incelenmesi.* Yüksek lisans tezi, Karabük Üniversitesi, Sağlık Bilimleri Enstitüsü, Karabük

Pagani, L. S., Fitzpatrick, C., Barnett, T. A., & Dubow, E. (2010). Prospective associations between early childhood television exposure and academic, psychosocial, and physical well-being by middle childhood. *Archives of Pediatrics Adolescent Medicine, 164*(5), 425-431. http://doi.org/10.1001/Archpediatrics.2010.50.

Papadakis, S., Zaranis, N., & Kalogiannakis, M. (2019). Parental involvement and attitudes towards young Greek children's mobile usage. *International Journal of Child-Computer Interaction, 22*, 100144. https://doi.org/10.1016/j.ijcci.2019.100144.

Pellerin, M. (2013). E-inclusion in early french ımmersion classrooms: using digital technologies to support ınclusive practices that meet the needs of all learners. *Canadian Journal of Education, 36*(1), 44-70.

Ponitz, C. C., McClelland, M. M., Matthews, J. S., & Morrison, F. J. (2009). A structured observation of behavioral self-regulation and its contribution to kindergarten outcomes. *Developmental psychology, 45*(3), 605. http://dx.doi.org/10.1037/a0015365

Polinsky, N., Flynn, R., Wartella, E. A., & Uttal, D. H. (2021). The role of spatial abilities in young children's spatially-focused touchscreen game play. *Cognitive Development, 57*, 100970. https://doi.org/10.1016/j.cogdev.2020.100970.

Puranik, C. S., Boss, E., & Wanless, S. (2019). Relations between self-regulation and early writing: Domain specific or task dependent?. *Early Childhood Research Quarterly, 46*, 228-239. https://doi.org/10.1016/j.ecresq.2018.02.006

Rücker, M. T., & Pinkwart, N. (2016). Review and discussion of children's conceptions of computers. *Journal of Science Education and Technology, 25*(2), 274-283.

Saraç, S., Abanoz, T., & Ogelman, H. G. (2021). Okul öncesi dönem çocuklarının öz düzenleme becerilerinin bazı demografik değişkenler açısından incelenmesi. *Gelişim ve Psikoloji Dergisi, 2*(3), 1-11. DOI: 10.51503/gpd.847786

Savina, E. (2021). Self-regulation in preschool and early elementary classrooms: Why it is important and how to promote it. *Early Childhood Education Journal, 49*(3), 493-501. https://doi.org/10.1007/s10643-020-01094-w

Sevcıkova, A. (2015). Two sides of the same coin: communication technology, media use, and our kids' health. *International Journal of Public Health, 60*, 129–130. http://dx.doi.org/10.1007/s00038-015-0659-x.

Sugawara, M., Matsumoto, S., Murohashi, H., Sakai, A., & Isshiki, N. (2015). Trajectories of early television contact in Japan: Relationship with preschoolers' externalizing problems. *Journal of Children and Media, 9*, 453–471.

Şamlı, H.Ö. (2019). *Okul öncesi dönemdeki çocukların öz düzenleme becerileri ile okul olgunluk düzeyleri arasındaki ilişkinin incelenmesi.* Yüksek lisans tezi, Gazi Üniversitesi, Eğitim Bilimleri Enstitüsü, Ankara.

Şepitçi SARIBAŞ, M., & Gültekin Akduman, G. (2018). Okul öncesi eğitim kurumlarına devam eden 5-6 yaş çocuklarının öz düzenleme becerilerinin okul uyumu ile ilişkisinin incelenmesi. *Uluslararası Sosyal Araştırmalar Dergisi, 12*(63). Doi: http://dx.doi.org/10.17719/jisr.2019.3283

Tekin, H. (2018). *Öz düzenleme becerilerinin ilkokula hazırbulunuşluk üzerindeki etkisi.* Yüksek lisans tezi, Aydın Adnan Menderes Üniversitesi, Sosyal Bilimler Enstitüsü, Aydın.

Tekin, H., & Erdoğan, N. I. (2020). Okul öncesi öğretmenlerinin ve öğretmen adaylarının medya okuryazarlığı algıları ile medya alışkanlıklarının incelenmesi. *Siirt Üniversitesi Sosyal Bilimler Enstitüsü Dergisi, 8*(15), 130-151.

Tuzcuoğlu, N., Azkeskin, K. E., Küsmüs, G. İ., & Cengiz, Ö. (2019). Okul öncesi dönem çocuklarının öz düzenleme becerileri ile benlik algıları arasındaki ilişkisinin incelenmesi. *IBAD Sosyal Bilimler Dergisi,* 607-623. DOI: 10.21733/ibad.613920

Türkiye İstatistik Kurumu (2021). Hane halkı bilişim teknolojileri kullanım araştırması, 2021. https://data.tuik.gov.tr/Bulten/Index?p=Hanehalki-Bilisim-Teknolojileri-(BT)-Kullanim-Arastirmasi-2021-37437 adresinden 31.10.2021 tarihinden erişilmiştir.

Ulusoy, A., & Bostancı, M. (2014). Çocuklarda sosyal medya kullanımı ve ebeveyn rolü.*International Journal of Social Science, 28*(1), 559-572. http://dx.doi.org/10.9761/JASSS2233

Ural, G., Gültekin Akduman, G., & Şebitçi Sarıbaş, M. (2020). Okul öncesi dönem çocuklarının öz düzenleme becerilerinin bazı değişkenlere göre incelenmesi. *Ekev Akademi Dergisi,* (83), 323-342.

Uykan, E. & Akkaynak, M. (2019). Ebeveyn tutumları ile çocukların öz düzenlemeleri arasındaki ilişkinin incelenmesi. *Akademik Tarih ve Düşünce Dergisi 6*(3), 1620-1644.

Üstündağ, A. (2019). 4-6 yaş arası çocuklar tarafından tercih edilen dijital oyunlar. *Çankırı Karatekin Üniversitesi Sosyal Bilimler Enstitüsü Dergisi, 10*(2), 1-19.

Vallotton, C., & Ayoub, C. (2011). Use your words: The role of language in the development of toddlers' self-regulation. *Early Childhood Research Quarterly, 26*(2), 169-181. doi:10.1016/j.ecresq.2010.09.002

Vink, M., Gladwin, T. E., Geeraerts, S., Pas, P., Bos, D., Hofstee, M., ... & Vollebergh, W. (2020). Towards an integrated account of the development of self-regulation from a neurocognitive perspective: A framework for current and future longitudinal multi-modal investigations. *Developmental cognitive neuroscience, 45*, 100829. https://doi.org/10.1016/j.dcn.2020.100829

Yıldız, D., Arslan, E., Eravcı, Ş. N., & Adagideli, F. H. (2020). Ebeveynlerin internet kullanımı ile okul öncesi dönem çocuklarının ego sağlamlığı arasındaki ilişkinin incelenmesi. *Manisa Celal Bayar Üniversitesi Eğitim Fakültesi Dergisi, 8*(1), 31-45.

Yıldız, F.E. (2020). *Erken çocuklukta öz düzenleme ile bilişsel tempo arasındaki ilişki.* Yüksek lisans tezi, Aydın Adnan Menderes Üniversitesi, Sosyal Bilimler Enstitüsü, Aydın.

Zehir, H., Zehir, K., Ağgül Yalçın, F., & Yalçın, M. (2020). Okul öncesi dönemde çocukların teknolojik araç kullanımı ve ailelerin bu araçların kullanımını sınırlandırmada kullandığı stratejiler. *Current Research in Education, 5*(2), 88-103.

Wang, F., Tong, Y., & Danovitch, J. (2019). Who do I believe? Children's epistemic trust in internet, teacher, and peer informants. *Cognitive Development, 50*, 248-260.

ÖZGEÇMİŞ

KİŞİSEL BİLGİLER

Adı Soyadı :Döndü KOYUNCUOĞLU

EĞİTİM DURUMU

Lisans Öğrenimi : 2011, Karamanoğlu Mehmetbey Üniversitesi, Sağlık Yüksekokulu, Hemşirelik Bölümü

Bildiği Yabancı Diller : İngilizce

Pedagojik Formasyon, Uludağ Üniversitesi, Sertifika, 01.09.2012 - 01.06.2013

Bilimsel Faaliyetleri : Trackable, Controllable, Indıvıdualısed Refrıgerator For Breast Mılk, Başvuru Yapılan Kuruluş: WIPO (2014), Patent No: TR 2014 09481/ B Patent Başvuru Sahipleri: Döndü KOYUNCUOĞLU, Keriman YILDIZ, Nejla CANBULAT ŞAHİNER, Patent Buluş Sahipleri: Döndü KOYUNCUOĞLU, Keriman YILDIZ, Nejla CANBULAT ŞAHİNER

İŞ DENEYİMİ

Çalıştığı Kurumlar :

2011, Hemşire, Beyhekim Devlet Hastanesi - TC Sağlık Bakanlığı

2012, Hemşire, Bursa Şevket Yılmaz Eğitim Araştırma Hastanesi- TC Sağlık Bakanlığı

2013, Hemşire, Konya Meram Eğitim Araştırma Hastanesi- TC Sağlık Bakanlığı

2014, Öğretim Görevlisi, Karamanoğlu Mehmetbey Üniversitesi

Tarih: 03 Şubat 2022

EK 1. KİŞİSEL BİLGİ FORMU

Sayın katılımcı;

Bu çalışma, 4-6 yaş çocukların ekran kullanım alışkanlıkları ile öz düzenleme becerileri arasındaki ilişkiyi incelemek amacıyla yürütülmektedir. Bu doğrultuda hazırlanan ölçme aracı üç bölümden oluşmaktadır. İlk bölümde sosyo-demografik bilgileri belirlemeye, ikinci bölüm çocuğunuzun ekran kullanım alışkanlıklarını ölçmeye, üçüncü bölümde ise çocuğunuzun öz düzenleme becerilerine yönelik sorular yer alacaktır. Bilgileriniz gizli kalacaktır ve üçüncü kişilerle paylaşılmayacaktır. Araştırma sonuçları bilimsel amaçla kullanılacaktır. Parasal bir bedel ödemenizi gerektirmeyen ve size de bir ödeme yapılması söz konusu olmayan bu çalışmaya katılmama ve katıldıktan sonra çekilme hakkınız bulunmaktadır. Sorulara doğru cevap vermeniz araştırmanın sağlıklı sonuçlarla tamamlanabilmesi açısından çok önemlidir. Katılımınız ve ayıracağınız zaman için teşekkür ederiz.

1. Annenin öğrenim durumu nedir?
   A) İlköğretim B) Lise C) Üniversite D) Y.lisans/Doktora
2. Annenin iş durumu nedir?
   A) Çalışmıyor B) Çalışıyor
3. Babanın öğrenin durumu nedir?
   A) İlköğretim B) Lise C) Üniversite D) Y.lisans/Doktora
4. Babanın iş durumu nedir?
   A) Çalışmıyor B) Çalışıyor
5. Ailenizin ekonomik durumu nedir?
   A) Çok kötü B) Kötü C) Orta D) İyi E) Çok iyi
6. Kaç çocuğunuz var?
   A) Tek B) İki C) Üç D) Dört veya daha fazla
7. Bu okula devam eden çocuğunuz kaç yaşında?
   A) 4 B) 5 C) 6
8. Bu okula devam eden çocuğunuzun cinsiyeti nedir?
   A) Kız B) Erkek
9. Çocuğunuz yemek yerken televizyon ya da diğer cihazları izler/kullanır mı?
   A) Evet B) Hayır

10. Ekran kullanımı ile ilgili (televizyon, bilgisayar, cep telefonu, tablet vb) aile içi kurallarınız var mı?

    A) Evet B) Hayır

11. Çocuğunuz hangi teknolojik aleti kaç yaşında/kaç aylıkken kullanmaya başladı? Belirtiniz.

	0-1 yaş	1-2 yaş	2-3 yaş	3-4 yaş	4-5 yaş	5-6 yaş	Kullanmıyor
1.Televizyon							
2.Cep telefonu							
3.Bilgisayar							
4.Tablet							

12. Çocuğunuz genellikle günde kaç dakika/saat ekran karşısında vakit geçirir?

    A) 0-30 dk B) 30-60 dk C)1-2 saat D) 2-3 saat E) 3-4 saat F)4 saat üzeri

EK 2. PROBLEMLİ MEDYA KULLANIM ÖLÇEĞİ (Kısa Form)

"GÖRSEL MEDYA ARAÇLARI" terimini çocuğunuzun kullandığı, **ekranı olan herhangi bir araç** için kullanıyor olacağız. Aşağıdaki ankette "**GÖRSEL MEDYA ARAÇLARI**" **terimini her gördüğünüzde** çocuğunuzun kullandığı, aklınıza gelebilecek **her türlü teknolojik aygıtı** düşünün**. Örneğin**;

- **Televizyon**
- **Tablet**
- **Akıllı telefon/cep telefonu**
- **Bilgisayar**
- **Dizüstü bilgisayar**
- **Playstation** gibi

Çocuğunuzun son 1 aydaki davranışlarını göz önüne alarak uygun olan cevabı yuvarlak içine alınız.

	Asla	**Nadiren**	**Bazen**	**Sıklıkla**	**Her Zaman**
1. Çocuğum görsel medya araçlarını gizli gizli kullanıyor.	1	2	3	4	5
2. Çocuğumun düşündüğü tek şey görsel medya araçlarıymış gibi geliyor.	1	2	3	4	5
3. Çocuğumun görsel medya araçlarını kullanmasını engellemek gerçekten zor.	1	2	3	4	5
4. Çocuğum kötü bir gün geçirdiğinde sanki moralini düzeltecek tek şey görsel medya araçları oluyor.	1	2	3	4	5
5. Çocuğumun görsel medya araçları kullanımı aile için sorun yaratıyor.	1	2	3	4	5
6. Çocuğumun görsel medya araçları başında geçirmek istediği süre devamlı	1	2	3	4	5

artıyor.					
7. Görsel medya araçları çocuğumu motive eden tek şey gibidir.	1	2	3	4	5
8. Çocuğum görsel medya araçlarını kullanamadığında hayal kırıklığına uğruyor ve geriliyor.	1	2	3	4	5
9. Çocuğumun görsel medya araçları kullanımı aile etkinliklerimize engel oluyor.	1	2	3	4	5

Çocuğunuzun en sık kullandığı GÖRSEL MEDYA ARAÇLARI nelerdir? (**okulda ya da ödev yapmak için kullandığı zamanları göz önüne almayınız**)

- o Televizyon
- o Akıllı telefon/cep telefonu
- o Tablet
- o Bilgisayar/Dizüstü Bilgisayar
- o PlayStation
- o Elde taşınabilir video oyun cihazı
- o Diğer (lütfen yazın):

_____

EK 3. 4-6 YAŞ ÇOCUKLARINA YÖNELİK ÖZ DÜZENLEME BECERİLERİ ÖLÇEĞİ (ANNE FORMU)

1. **Mış gibi oyunlar (Evcilik, doktorculuk, tamirci gibi) oynar mı?** ( ) Evet ( ) Hayır

   Cevabınız "Evet" ise ne kadar sıklıkla oynar:

   ( ) Hiçbir zaman ( ) Nadiren ( ) Bazen ( ) Sıklıkla ( ) Her zaman

2. **Çocuğun matematik becerileri hakkındaki görüşünüz nedir?**

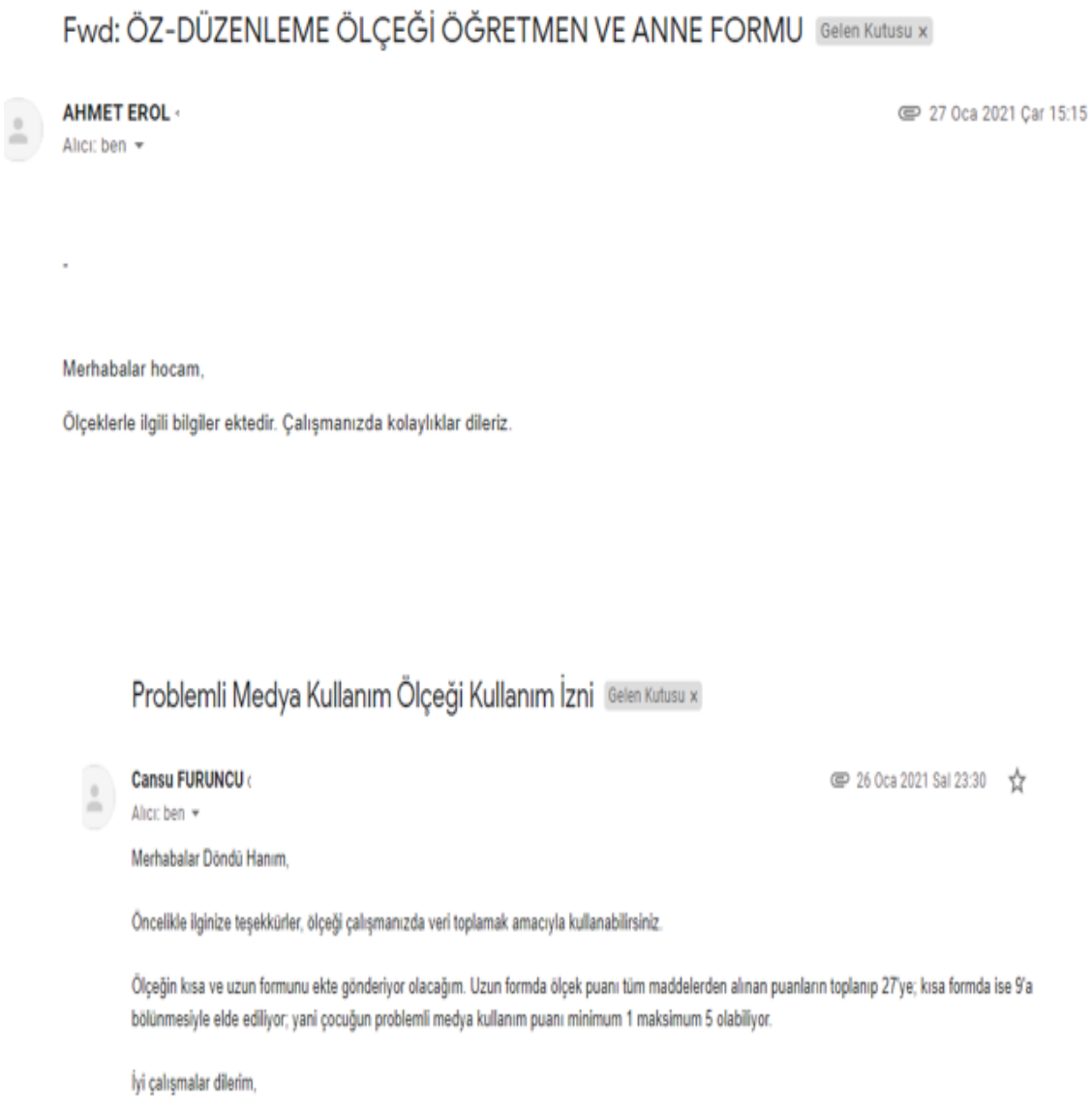
   ( ) Hiç Gelişmemiş ( ) Gelişmemiş ( ) Gelişmekte ( ) Gelişmiş ( ) Çok İyi Gelişmiş

3. **Çocuğun cinsiyeti:** ( ) Kız ( ) Erkek
4. **Çocuğun doğum tarihi:** ..…../..…../…..… (Gün, Ay ve Yıl olarak belirtiniz; örnek; 25/05/2012)
5. **Çocuğun okul öncesi eğitimi kurumlarına devam yılı:** ……
6. **Ailenin geliri:**…… (Örnek; 2960 TL)

		Hiçbir Zaman	Nadiren	Bazen	Çoğunlukla	Her Zaman
1	Olayları önceliğine göre sıralar.	1	2	3	4	5
2	Hedefe ulaşmak için aşama aşama gerekli düzenlemeleri yapar.	1	2	3	4	5
3	Verilen yönergeleri takip eder.	1	2	3	4	5
4	Konsantrasyonu toplayarak bir sorunu çözer.	1	2	3	4	5
5	Bir aktiviteyi veya etkinliği sonuna kadar sürdürür.	1	2	3	4	5
6	Olaylar arasında neden sonuç ilişkisi kurar.	1	2	3	4	5
7	Yapılan planları hatırlar ("Yemekten sonra bahçeye çıkacağız" denildiğinde yemekten sonra bahçeye çıkılacağını hatırlaması gibi).	1	2	3	4	5

8	Eşyalarını koyması gereken yeri hatırlar.	1	2	3	4	5
9	Eşyalarını koyduğu yeri hatırlar.	1	2	3	4	5
10	Öğrendiklerini hatırlar (Öğrendiği bir şarkıyı hatırlaması gibi).	1	2	3	4	5
11	Bir görevi ya da etkinliği yapması için verilen yönergeleri hatırlar.	1	2	3	4	5
12	Duygu ve düşüncelerini rahatça ortaya koyar.	1	2	3	4	5
13	Kalabalık karşısında kendini ifade eder.	1	2	3	4	5
14	Başkalarının duygularının nedenlerini ve sonuçlarını söyler.	1	2	3	4	5
15	Kendisiyle ilgili olumlu şeyler söyler (Çok güzel bir resim çizdim gibi).	1	2	3	4	5
16	Kendini ortaya koyması gerektiği yerde sağlıklı şekilde ortaya koyar.	1	2	3	4	5
17	Gerginlik yaratacak bir durumda kendini kontrol eder.	1	2	3	4	5
18	Kızgınlığını kontrol etmek için farklı yollar kullanır.	1	2	3	4	5
19	İstekleri ile kurallar çeliştiğinde bile kurallara uyar.	1	2	3	4	5
20	Çok sevdiği bir oyuncağı izin almadan oynamaz.	1	2	3	4	5

EK 4. ÖLÇEKLERİN KULLANIM İZNİ



Fwd: ÖZ-DÜZENLEME ÖLÇEĞİ ÖĞRETMEN VE ANNE FORMU Gelen Kutusu x

AHMET EROL
Alıcı: ben

27 Oca 2021 Çar 15:15

.

Merhabalar hocam,

Ölçeklerle ilgili bilgiler ektedir. Çalışmanızda kolaylıklar dileriz.

Problemli Medya Kullanım Ölçeği Kullanım İzni Gelen Kutusu x

Cansu FURUNCU
Alıcı: ben

26 Oca 2021 Sal 23:30

Merhabalar Döndü Hanım,

Öncelikle ilginize teşekkürler, ölçeği çalışmanızda veri toplamak amacıyla kullanabilirsiniz.

Ölçeğin kısa ve uzun formunu ekte gönderiyor olacağım. Uzun formda ölçek puanı tüm maddelerden alınan puanların toplanıp 27'ye; kısa formda ise 9'a bölünmesiyle elde ediliyor; yani çocuğun problemli medya kullanım puanı minimum 1 maksimum 5 olabiliyor.

İyi çalışmalar dilerim,

EK 5. KARAMAN VALİLİĞİ İZİN BELGESİ

KTO Karatay Ünv. Evrak Tarih ve Sayısı: 07.06.2021-9817

T.C.
KARAMAN VALİLİĞİ
İl Millî Eğitim Müdürlüğü

Sayı : E-99371540-605.01-25974544 03.06.2021
Konu : Araştırma İzni

KTO KARATAY ÜNİVERSİTESİ REKTÖRLÜĞÜNE
(Arşiv ve Belge Yönetimi Ofisi)

İlgi : a) Millî Eğitim Bakanlığının (Yenilik ve Eğitim Teknolojileri Genel Müdürlüğü) 21.01.2020 tarihli ve 2020/2 sayılı Genelgesi
b) 20.05.2021 tarihli ve 8651 sayılı yazınız.
c) Valilik Makamının 01.06.2021 tarihli ve 25839013 sayılı Oluru.

KTO Karatay Üniversitesi Lisansüstü Eğitim Enstitüsü Çocuk Gelişimi Tezli Yüksek Lisans Programı 21908903 numaralı öğrencisi Döndü KOYUNCUOĞLU ***"4-6 Yaş Çocukların Ekran Kullanım Alışkanlıkları ile Öz Düzenleme Becerileri Arasındaki İlişki"*** konulu anket çalışması kapsamında Müdürlüğümüze bağlı tüm resmi anaokulu ve anasınıfında öğrenim gören öğrenci velilerine yönelik ilgi (b) yazı doğrultusunda çalışma yapmak istemektedir. Bu bağlamda,

Müdürlüğümüze bağlı tüm resmi anaokulu ve anasınıfında öğrenim gören öğrenci velilerine yönelik ilgi (b) yazıda adı geçen öğrencinin anket yapma çalışma talebi Valilik Makamının ilgi (c) onayı ile uygun görülmüştür.

Bu kapsamda, anket çalışmasının Valilik Makamının ilgi (c) onayında belirtilen şartlar doğrultusunda yapılması ve sonuç raporlarının Müdürlüğümüz Strateji Geliştirme Şubesine gönderilmesi hususunda;

Bilgilerinizi ve gereğini arz ederim.

Mehmet ÇALIŞKAN
Vali a.
İl Millî Eğitim Müdürü

Ek:
- İlgi (c) Valilik Oluru (1 Sayfa)

Bu belge güvenli elektronik imza ile imzalanmıştır.
Adres : Hamidiye Mahallesi Fevzi Paşa Caddesi No:18 Karaman/Merkez
Belge Doğrulama Adresi : https://www.turkiye.gov.tr/meb-ebys
Bilgi için: Abdurrahman GÖRGÜ
Unvan : Veri Hazırlama ve Kontrol İşletmeni
Telefon No : 0 (338) 280 70 30
İnternet Adresi: Faks:3382807099
E-Posta: strateji70@meb.gov.tr
Kep Adresi : meb@hs01.kep.tr
Bu evrak güvenli elektronik imza ile imzalanmıştır. https://evraksorgu.meb.gov.tr adresinden def4-9be1-35ee-9b8d-bd65 kodu ile teyit edilebilir.

EK 6. ETİK KURUL/KOMİSYON İZNİ/MUAFİYETİ

T.C.
KTO KARATAY ÜNİVERSİTESİ TIP FAKÜLTESİ
İLAÇ VE TIBBİ CİHAZ DIŞI ARAŞTIRMALAR ETİK KURUL KARARI

Toplantı Sayısı: 4	Toplantı Tarihi: 27.04.2021

Karar Sayısı: 2021/009: Dr. Öğr. Üyesi Emine Gülriz AKAROĞLU'nun, **"4-6 Yaş Çocukların Ekran Kullanım Alışkanlıkları ile Öz Düzenleme Becerileri Arasındaki İlişki"** başlıklı araştırma projesi çalışması ile ilgili 24.03.2021 tarihli dilekçesi ve ekleri görüşüldü.

Görüşme sonucunda araştırma projesi çalışmasının Dr. Öğr. Üyesi Emine Gülriz AKAROĞLU'nun, sorumluluğunda yürütülmesinin uygun olduğuna oy birliği ile karar verildi.

Not: Çalışma ile ilgili gerekli izin ve yasal sorumluluk araştırmacılara aittir.

Sorumlu Araştırmacı: Dr. Öğr. Üyesi Emine Gülriz AKAROĞLU
Yardımcı Araştırmacı: Öğr. Gör. Döndü KOYUNCUOĞLU

Prof Dr Taner ZİYLAN

İlaç ve Tıbbi Cihaz Dışı Araştırmalar
Etik Kurul Başkanı