Öğrencilerin Akıllı Telefon ve İnternet Bağımlılıklarına İlişkin Öğretmen Görüşleri ve Çözüm Önerileri

Adem BAYAR, Harran Üniversitesi, ORCID ID: 0000-0002-8693-9523
Mehmet SÜRMELİOĞLU, Millî Eğitim Bakanlığı, ORCID ID: 0000-0002-6058-9553

Öne Çıkanlar

- Günümüzde öğrencilerin akıllı telefon ve internet bağımlılığı giderek artış göstermektedir.
- Bu bağımlılık sadece bireysel faktörlerle değil sosyal, psikolojik, biyolojik, sosyo-kültürel, ekonomik ve ailevi faktörlerle şekillenmektedir.
- Çözüm için çok yönlü stratejilerin benimsenmesi gerekmektedir.

İnönü Üniversitesi
Eğitim Fakültesi Dergisi
Cilt 26, Sayı 3, 2025
ss. 1416-1458
DOI
10.17679/inuefd.1596104

Makale Türü
Araştırma Makalesi

Gönderim Tarihi
04.12.2024

Kabul Tarihi
16.09.2025

Öz

Araştırmada, öğretmen görüşlerine göre Millî Eğitim Bakanlığına bağlı okullardaki öğrencilerin akıllı telefon ve internet bağımlılıklarının nedenlerini ve çözüm yolları incelenmiştir. Araştırma, nitel araştırma yöntemi kapsamında ve olgubilim deseniyle yapılmıştır. Çalışma grubu, amaçlı örnekleme yöntemlerinden kolay ulaşılabilir örnekleme tekniğiyle kamuda görevli 12 öğretmenden oluşturulmuştur. Veriler, 8 soruluk yarı yapılandırılmış görüşme formuyla toplanmış ve betimsel analiz yapılmıştır. Öğretmenlere göre zorbalık; alışkanlık, vazgeçememe, kontrol kaybı-iradesizlik, zevk-keyif, düşkünlük, yoksunluk, içe kapanıklık, zaman kaybı ve esir olmaktır. Öğrencilerin bağımlılık nedenleri; kişisel kaynaklı, psikolojik kaynaklı, biyolojik kaynaklı, aile kaynaklı, sosyal medya kaynaklı, sosyo-kültürel kaynaklı, ekonomik kaynaklı ve arkadaş kaynaklıdır. Öğretmenlerin bağımlılığa ilişkin çözüm önerileri ise; kişisel yönden: sosyal aktivitelere katılım ve sorumluluk alma; psikolojik yönden: kendini kabul, değerli olduklarını hissettirme ve akran destek gruplarına katılım; biyolojik yönden: dış görünüşle barışık olma ve fiziksel engellilere destek olma; aile yönünden: birlikte vakit geçirme, süre sınırı koymak, ilgi-sevgi gösterme ve örnek olma; sosyal medya kullanımı yönünden: kontrollü kullanım, yaş sınırı getirme ve bilgilendirme; sosyo-kültürel durum yönünden: kültürel farklılıklara saygı ve bilinçli çevre; ekonomik yönden: gelir getirici diğer seçenekleri keşfetme ve maddi destek; arkadaş yönünden: iyi arkadaşlıklar kurma, sosyal grup etkinlikleri ve yüz yüze etkileşimdir. Bu bağlamda öğretmen görüşlerine göre; okul, aile ve toplum arasındaki iş birliği ile farkındalık, rehberlik ve denetim süreçlerine bütüncül biçimde yaklaşmak büyük önem taşımaktadır.

Anahtar Kelimeler: Akıllı telefon, Bağımlılık, İnternet, İnternet bağımlılığı

Önerilen Atıf

Bayar, A. & Sürmelioğlu, M. (2025). Öğrencilerin akıllı telefon ve internet bağımlılıklarına ilişkin öğretmen görüşleri ve çözüm önerileri. *İnönü Üniversitesi Eğitim Fakültesi Dergisi, 26*(3), 1416-1458. DOI: 10.17679/inuefd.1596104

Content of this journal is licensed under a Creative Commons Attribution-NonCommercial 4.0 International License.

1. Giriş

Günümüzde teknolojinin hızlı gelişim göstermesinden dolayı, toplumlarda akıllı telefon ve internet kullanımı hızla artış göstermiştir. Bu durumun olumlu etkileri olduğu kadar olumsuz etkileri de söz konusudur. Özellikle okul çağındaki bireylerin akıllı telefon ve interneti bağımlılık derecesinde kullanmaları çeşitli psikolojik, sosyal, ahlaki ve akademik problemler yaşamalarına sebep olmaktadır (Öztürk, 2021). Bağımlılık, anlam açısından oldukça geniş bir kavram olarak ifade edilmektedir. Genel manada bağımlılık; bir madde, kişi veya davranışa karşı önlenmesi güç bir istek ya da bir iradenin yönetimine girme durumlarıdır. Bağımlılık, mental olarak hastalıklı bir davranış gösterme durumudur. Bağımlı bireyler her ne kadar psikolojik, fiziksel ve sosyal yönlerden zarara uğrasalar da takıntılı bir şekilde eylemlerini büyük bir istekle yineleyip, sürdürme eğilimindedirler (Uzbay, 2009). Bireyler hayatları boyunca pek çok şeye bağımlı olabilirler. Bağımlılık bir maddeye, bir nesneye veya davranışa yönelik olabilir. Kontrolsüz biçimde kullanılan her madde veya yapılan her eylem bağımlılık yapma riskini içerir (Ögel & Çetin, 2018). Uğurlu ve diğerlerine (2012) göre bağımlılık; bireylerin beyinlerindeki haz duygusunu etkinleştiren bir madde veya eyleme karşı ortaya konulan engellenmesi zor olan aşırı düşkün olma halidir. Yapılan tanımlamalara göre bağımlılık, olumsuz etkilerine karşın bireylerin bir madde veya bir davranışa karşı aşırı düşkün olma halleridir. Bağımlılık bireylerin yaşamlarında çeşitli sorunlara neden olmaktadır. Bununla beraber bağımlı kişiler bağımlılık yaratan madde veya eylemden uzaklaştıklarında da çeşitli sorunlarla karşılaşmaktadırlar. Bağımlılığa sebep olan maddeler merkezi sinir sistemini tahribata uğratıp, bireylerin sağlıklı düşünmelerinin önüne geçmekte ve bu maddelerin kullanımının tekrarlanmasına neden olmaktadır. Süreç bu şekilde işlediğinde haz veren maddeler beyin için yetersiz kalmakta ve bunun sonucunda bu maddelerin daha fazlası kullanılmaya başlanmaktadır. Bağımlılık, bu süreçler sonunda ortaya çıkmaktadır. Bağımlılıkla ilgili yapılan çalışmalar temelde, madde bağımlılığı kapsamında yer alan sigara, alkol ve uyuşturucu madde bağımlılıklarını anlamayı ve çözüm bularak ortadan kaldırmayı amaçlamaktadır (Erbay vd., 2016). Fakat son yıllarda teknolojideki hızlı gelişimle beraber madde bağımlılıkları yanında internet bağımlılığı, telefon bağımlılığı, sosyal medya bağımlılığı, bilgisayar ve video bağımlılığı gibi sanal (davranışsal) bağımlılık türleriyle de çok sık karşılaşılmaya başlanmıştır (Çavuş vd., 2016). Bu bağlamda çağımızda teknolojinin hızlı gelişimi bağımlılığın artık madde bağımlılığından ötesine geçerek yeni biçimler almasıyla devam etmektedir. Bunlara örnek olarak telefon bağımlılığı, internet bağımlılığı, sosyal medya bağımlılığı vb. gibi sanal bağımlılık türleri de ortaya çıkmıştır. Telefon ve internet bağımlılığı, davranış bağımlılığı kapsamında yer almaktadır. Bektaş'a (2018) göre bağımlılık literatürde; sigara, alkol ve uyuşturucu maddelere yönelik olan madde bağımlılığı ile madde haricindeki eylemlere yönelik olan davranış bağımlılığı olmak üzere iki büyük gruba ayrılmaktadır.

Davranışsal bağımlılık, haz oluşturmak ve içinde bulunulan huzursuzluk durumundan kaçınmak için olumlu olmayan sonuçları olmasına rağmen yapılan eylemin sürekli tekrarlanarak sürdürülmesidir (Goodman, 1990). Literatür incelendiğinde davranışsal bağımlılıkların beyni direkt olarak etkileyen kimyasallar içermediği, ruhsal bozukluk ve stresten kurtulmaya yönelik sergilenen ve tekrarlayan eylemler olduğu görülmektedir. Bu davranışlar bireylerin haz duygularını etkileyip davranışı sürdürmelerine neden olmaktadır. Davranışsal bağımlılıklar; beslenme bağımlılıkları, alışveriş bağımlılığı, iş bağımlılığı, internet ve telefon bağımlıkları, teknoloji bağımlılığı vb. olarak ifade edilebilir (Yaman vd., 2015; akt. Orucoğlu, 2020). Çakır ve Oğuz'a (2017) göre akıllı telefonlar pek çok özelliği olan en bilinen iletişim araçlarından biridir. Akıllı telefonlar gelişmiş özellikleri sayesinde başta bilgisayar olmak üzere çoklu özelliğe sahip çoğu cihazın yerine kullanılmaya başlanmıştır. Aktaş ve Yılmaz (2016) bireylerin akıllı telefonlarını hiç durmadan kullanma isteklerini, akıllı telefonları yanlarında yokken hissettikleri stres ve mutsuzluk durumunu akıllı telefon bağımlılığı olarak ifade etmektedirler. Akıllı telefon bağımlılığı, teknoloji bağımlılığının başka bir çeşididir. Yasal sınırlılığa sahip iş ve okul gibi mekânlarda, sosyal yönden uygun olmayan durumlarda ve araba kullanırken tehlike arz edebilecek durumlardaki kullanımı akıllı telefon kullanımının problemli hale geldiğini ortaya

koymaktadır (Salehan & Negahban, 2013). İnternet; ulaşım, haberleşme, ticaret, bilgi paylaşımı, ders vb. birçok alanda insanların hayatlarını kolaylaştırmaktadır. Ancak sağladığı kolaylıklar yanında internetin aşırı kullanımı bağımlılığa neden olmaktadır (Ceyhan, 2011). Young ve diğerlerine (2000) göre internet bağımlılığı, çeşitli eylem ve dürtü kontrol sorunlarını içeren şemsiye bir kavram niteliğindedir. Bu şemsiye kavram; siber cinsellik bağımlılığı, siber ilişki bağımlılığı, net zorlanmalar, aşırı bilgilenme ve bilgisayar bağımlılığı olmak üzere internet bağımlılığının beş alt çeşidini kapsamaktadır. Yukarıda açıklandığı üzere akıllı telefon ve internet bağımlılığı; aşırı kullanım sonucunda bireylerin iş, okul, aile ve sosyal yaşamlarını olumsuz etkilemekte ve sıkça problem yaşamalarına neden olmaktadır.

Hiçbir faktör tek başına bağımlılığı ortaya çıkarmaya yeterli olmamaktadır. Kişilerin ruhsal durumları, genetik açıdan yatkınlıkları, sosyal çevreleri ve aile yapıları gibi çeşitli faktörler bağımlılığa neden olan etmenler arasındadır (Veznedaroglu, 2023). Psikolojik ve biyolojik etmenler bağımlılığın oluşmasında önemli bir yere sahiptir. Bununla beraber bağımlılığın ruhsal ve davranışsal etmenleri de göz ardı edilmemelidir. Kişilerde bağımlılığa giden yolun ilk adımı merak ve korku duygularından kaynaklanmaktadır. "Bir kereden bir şey olmaz" fikri ile başlayan madde kullanımı ya da davranışlar çok kısa süre içerisinde bağımlılığa dönüşebilmektedir (Yeşilay, 2023). Akıllı telefonların yaygınlaşmasıyla internete erişimin kolaylaşması akıllı telefon bağımlılığına ilişkin endişelerin artışına neden olmuştur. Bu bağımlılık çeşidi, bilişim teknolojilerinin hızlı gelişimi ile internet ve akıllı telefon gibi medya araçlarındaki gelişmelere paralel olarak ortaya çıkmıştır. Akıllı telefonlar aynı zamanda bilgisayar gibi işlev görmeye başladıklarından çok sık kullanılmaya başlanmış ve bu durum bağımlılık problemine yol açmıştır. Davranışsal bağımlılık kapsamında yer alan akıllı telefon bağımlılığının günlük etkinliklerde zorluk çekme, dürtü kontrolünde sorun yaşama ve yoksunluk duyma gibi belirtileri olmaktadır (Kwon vd., 2013). Cabral'a (2008) göre Instagram ve Pinterest gibi sosyal medya platformlarının kullanımının yaygınlaşması akıllı telefon bağımlılığını arttırmaktadır. Ayrıca çevrim içi alışveriş platformlarının telefonlara yönelik uygulamalarının oluşturulması da akıllı telefon kullanım sıklığını arttırmıştır. Bu durum akıllı telefon kullanımının bağımlılığa dönüşmesine neden olmaktadır. Greenfield (2011) internetin bağımlılık yapan özelliklerini; içerik, ulaşılabilirlik, pekiştirme, sosyal ve dijital kuşak bağımlılıkları olmak üzere beş maddede sıralamaktadır. Kuss ve diğerleri (2014) internet bağımlılığının risk faktörlerini; sosyodemografik faktörler, internet kullanımına ilişkin faktörler, psiko-sosyal faktörler ve eş zamanlı semptomlar olmak üzere dört maddede sıralamışlardır. Genç bireylerin internet bağımlılığının en önemli nedenlerinden bir tanesi üye sayısını her geçen gün arttırmak isteyen Facebook, Twitter ve Instagram gibi sosyal ağlardır (Gülbahar vd., 2010). Gençlerde genel olarak dikkat eksikliği, hiperaktivite bozukluğu, sosyal fobi ve hafif düzeyde depresyon durumu mevcut ise problemli internet kullanımı davranışı artış göstermektedir (Gönül, 2002). Yukarıda da değinildiği gibi özetle akıllı telefon ve internet bağımlılığı; psikolojik, biyolojik, ruhsal ve ailevi etmenler yanında internet ortamındaki sosyal medya platformlarından, alış-veriş uygulamalarından vb. etkilenmektedir.

Akıllı telefonların aşırı kullanılması sonucunda bireylerde nomofobi oluşmaktadır. Nomofobi; bireylerin akıllı telefonlarından istemsiz olarak uzakta kaldıklarında, şarjları bittiğinde veya şebeke çekmediğinde yaşadıkları psikolojik huzursuzluk durumudur (Türen vd., 2017). Dijital dönem problemlerinden olan akıllı telefon bağımlılığı sonucu gelişen nomofobi, kaygısal bir problem olarak kabul edilmektedir (Sırakaya, 2018). Yıldırım ve Kişioğlu'na (2018) göre yapılan çalışmalar nomofobik olan bireylerde solunum güçlüğü ve panik atak gibi semptomların ortaya çıktığını ortaya koymaktadır. Ömer'e (2020) göre akıllı telefon bağımlılığındaki artış, ergenlerin akademik performanslarını olumsuz yönde etkilemektedir. Ayrıca aşırı teknoloji kullanımı uyku sorunlarının yanında öğrencilerin akademik başarılarının düşmesine sebep olmaktadır. Odacı ve Çikrikçi'ye (2017) göre aşırı internet kullanan ergenler yalnızlaşmakta ve sosyal ilişkiler kurmakta problemler yaşamaktadırlar. Tarı Cömert ve Kayıran'a (2010) göre problemli internet kullanımı dünya genelinde ergenlik çağındaki gençlerin günlük yaşamlarını, akademik başarılarını, ruhsal sağlıklarını ve sağlıklı davranışta bulunma biçimlerini olumsuz

etkilemektedir. Tekin (2020) internet bağımlısı öğrencilerin sabah erken kalkıp okula gitme konusunda sorun yaşadıklarını ve bu durumun okul devamsızlıklarının artmasına neden olduğunu ifade etmektedir. Yapılan çalışmalar akıllı telefon ve internet bağımlılığının; nomofobi gibi psikolojik rahatsızlıklar başta olmak üzere akademik başarı düşüklüğü, uyku problemleri, okul devamsızlığı, aile bağları ve sosyal ilişkilerde problemler, fiziksel rahatsızlıklar, özgüven düşüklüğü vb. sonuçları olduğunu ortaya koymaktadır (Göktaş & Demirer, 2023). Coşkun ve Saray Kılıç'a (2022) göre akıllı telefon ve internet bağımlılığının ortaya çıkardığı olumsuzluklara yönelik ailelerin, okul sağlığı hemşirelerinin, öğretmenlerin, ilgili sivil toplum kuruluşlarının ve medya organlarının iş birliği içerisinde uygun müdahale programlarının düzenlenmesi önemlidir. Ayrıca ergenlerin bu türdeki teknolojileri etkin ve yararlı şekilde kullanmalarına yönelik eğitimler düzenlenmelidir. Kalender ve diğerleri (2023) ailelerin akıllı telefon bağımlılığı hakkında bilgilendirilerek, gerekli bilincin oluşturulmasının bağımlılığı önleme konusunda etkili olacağını ifade etmektedirler.

Young (1999) internet bağımlılığı ile başa çıkmak için internet kullanımını tamamen yasaklamak yerine, internet kullanımının kontrollü şekilde olması gerektiğini ifade etmiştir. Altunkürek ve Özçoban (2020) lise öğrencilerinin internet bağımlılığının önlenmesi için fiziksel aktivitelere ağırlık verilmesini, boş zamanların etkili kullanılmasını, stresle etkili baş etme yöntemleri ile ilgili bilgilendirme yapılmasını, aile ve arkadaş ilişkilerinin geliştirilmesini önermektedirler. Öğrencilerin internet bağımlılığından korunması için, internetin zararları hakkında bilgilendirilmeleri ve güvenli internet kullanımı eğitimleri düzenlemesi önemlidir. Okullarda idareler, öğretmenler ve rehberlik servisleri iş birliği yaparak internet bağımlılığına yatkın öğrencileri belirlemeli ve önleyici tedbirler almalıdırlar (Tekin, 2020). Yukarıda da değinildiği üzere akıllı telefon ve internet bağımlılığının önlenmesine yönelik; öğrencilerin fiziksel ve sosyal aktivitelere yönlendirilmeli, ailelere ve öğrencilere yönelik akıllı telefon ve internetin bilinçli ve güvenli kullanımı konularında belirli zamanlarda eğitim programları düzenlenmelidir.

Akıllı telefon ve internet kullanımı özellikle ergenlik dönemindeki bireyler arasında hızla yaygınlaşmakta ve bu yaygınlık, beraberinde bağımlılık riskini de getirmektedir. Akyürek (2020), lise öğrencilerinin akıllı telefon kullanımlarının bağımlılık düzeylerini artırdığını ve bu durumun akademik başarıyı olumsuz yönde etkileyebileceğini belirtmiştir. Benzer şekilde Karaca (2017), üniversite öğrencileriyle yürüttüğü araştırmada internet bağımlılığı ile akademik performans arasında negatif bir ilişki olduğunu ifade etmiştir. Yektaş ve Yüncü (2021), teknoloji bağımlılığıyla mücadelede aile, okul ve uzman iş birliğinin önemine dikkat çekmiş; çocuk ve ergenlerde sosyal becerilerin geliştirilmesinin bağımlılığı azaltmada etkili olduğunu vurgulamıştır. Ayrıca, Sarıgöz (2023) lise öğrencileri üzerinde yaptığı çalışmada, akıllı telefon bağımlılığının öğrencilerin yalnızca psikolojik değil, fiziksel sağlık üzerinde de olumsuz etkiler yarattığını ortaya koymuştur. Bu doğrultuda, akıllı telefon ve internet bağımlılığının önlenmesine yönelik; öğrencilerin fiziksel ve sosyal aktivitelere yönlendirilmesi, ailelerin bilinçlendirilmesi ve eğitim programlarının düzenlenmesi gerektiği birçok çalışma tarafından desteklenmektedir (Akyürek, 2020; Karaca, 2017; Sarıgöz, 2023; Yektaş & Yüncü, 2021).

Yukarıda belirtilen çalışmalar daha çok öğrenciler üzerinden yürütülmüş olup, bağımlılık nedenleri ve etkileri bireysel ya da ailevi bağlamda ele alınmıştır. Ancak öğretmen görüşlerine dayalı hem nedenleri hem de çözüm önerilerini birlikte inceleyen nitel araştırmaların sayısı sınırlıdır. Bu araştırma, öğretmenlerin gözlem ve deneyimlerine dayalı olarak öğrencilerdeki akıllı telefon ve internet bağımlılığının nedenlerini ve çözüm yollarını bir arada ele alması açısından literatürdeki bu boşluğu doldurmayı hedeflemektedir.

Bu doğrultuda araştırmanın amacı, öğretmenlere göre öğrencilerin akıllı telefon ve internet bağımlılıklarının nedenlerini ve çözüm yollarını ortaya koymaktır. Bu amaçla aşağıdaki sorulara cevap aranmıştır. Öğretmen görüşlerine göre;

1. Bağımlılık kavramının tanımı nedir?

2. Öğrencilerin akıllı telefon ve internet bağımlılıklarının nedenleri nelerdir?

3. Öğrencilerin akıllı telefon ve internet bağımlılıklarının önlenmesine yönelik çözüm önerileri nelerdir?

2. Yöntem

Bu başlık altında sırasıyla araştırmanın deseni, çalışma grubu, verilerin toplanması ve analizi, geçerlilik ve güvenilirlik ile etik kurul onayı alt başlıklarına değinilmiştir.

2.1. Araştırmanın Deseni

Bu araştırma, nitel araştırma yöntemi ile gerçekleştirilmiştir. Nitel araştırma, üzerinde çalışılan olguların bulundukları ortam içerisinde gözlemlenmesine, anlamlandırılmasına ve yorumlanmasına olanak tanıyan bir süreçtir (Denzin & Lincoln, 1998). Nitel araştırma, bireylerin kendilerine yönelik bilinmezliklerini çözümlemeleri, ayrıca toplumdaki bireylerin çabalarıyla biçimlendirdiği toplumsal yapıların içeriklerini keşfetmek için meydana getirdikleri bilgi üretim sürecidir (Özdemir, 2010). Bu araştırma nitel araştırma yöntemi çerçevesinde olgubilim (fenomenoloji) deseni kullanılarak düzenlenmiştir. Fenomen, duygularla algılanan şey demektir. Yıldırım ve Şimşek'e (2021) göre fenomenoloji, hayatımızda karşılaştığımız ancak hakkında bilgimiz olmadığı ya da üzerinde çok durmadığımız olguları derinlemesine inceleyen nitel bir araştırma türüdür. Fraenkel ve Wallen'e (2006) göre fenomenoloji; insanların benzer deneyimleri nasıl algılayıp, bu algılara dayanarak yaptıkları çıkarımlarda hangi ortak noktada buluştuklarını belirlemekle ilgilenir. Bu araştırmada olgubilim deseni kullanılarak öğretmenlerin bağımlılık kavramına ve öğrencilerin akıllı telefon ve internet bağımlılıklarının neden ve çözüm önerilerine yönelik görüşleri ortaya konulmuştur.

2.2. Çalışma Grubu

Araştırmanın çalışma grubu, amaçlı örnekleme yöntemlerinden kolay ulaşılabilir örnekleme tekniği ile belirlenen 12 öğretmenden meydana gelmektedir. Kolay ulaşılabilir örnekleme tekniği, zaman ve maliyet gibi kısıtlamalardan dolayı örneklemin gönüllülük esasına göre en yakın kişilerden veya objelerden oluşturulmasıdır. Bu teknik araştırmacıların örneklemlerini en hızlı şekilde oluşturmasına olanak tanırken herhangi bir strateji takibini gerektirmez (Özbaşı, 2019). Patton (2002) kolay ulaşılabilir örnekleme tekniğini, araştırmacıların örneklem oluştururken ulaşılması zor ve güç olmayan parçalara yönelimi olarak ifade etmektedir. Katılımcılar, 2023-2024 eğitim öğretim yılında Amasya ili Merzifon ilçesinde bulunan Millî Eğitim Bakanlığına bağlı eğitim kurumlarında görev yapan 12 öğretmenden oluşmaktadır. Araştırmanın etik ilkelere uygun olarak yürütülmesi amacıyla, katılımcı kimlikleri gizli tutulmuş ve her birine G1, G2, G3, G4, G5, G6, G7, G8, G9, G10, G11 ve G12 şeklinde kodlar atanmıştır.

Tablo 1.

Katılımcıların demografik özellikleri

Sıra	Cinsiyeti	Yaş	Mesleki Kıdem	Branşı	Eğitim Seviyesi	Okuldaki Rolü
G1	Erkek	50	28 yıl	Felsefe	Yüksek Lisans	Öğretmen
G2	Kadın	39	17 yıl	Rehberlik	Lisans	Öğretmen
G3	Kadın	32	8 yıl	Kimya	Yüksek Lisans	Öğretmen
G4	Erkek	37	17 yıl	Türkçe	Yüksek Lisans	Öğretmen
G5	Kadın	39	16 yıl	Bilişim Teknolojileri	Yüksek Lisans	Öğretmen
G6	Kadın	46	21 yıl	Sınıf Öğretmenliği	Lisans	Öğretmen
G7	Erkek	54	30 yıl	Matematik	Lisans	Öğretmen
G8	Erkek	58	35 yıl	Sınıf Öğretmenliği	Lisans	Öğretmen
G9	Kadın	43	20 yıl	Türkçe	Lisans	Öğretmen
G10	Kadın	47	24 yıl	İngilizce	Lisans	Öğretmen
G11	Kadın	54	27 yıl	Sınıf Öğretmenliği	Lisans	Öğretmen
G12	Kadın	42	21 yıl	Türkçe	Yüksek Lisans	Öğretmen

Tablo 1'e göre katılımcı öğretmenlerin %33'ü erkek ve %67'si kadındır. Yaş aralıkları 32-58 arasında değişkenlik göstermektedir. Katılımcıların %42'si yüksek lisans ve %58'i lisans mezunudur. Mesleki deneyimleri 8 ile 35 yıl arasında olup, branşları çeşitlilik göstermektedir.

2.3. Verilerin Toplanması ve Analizi

Görüşme soruları, literatür taraması yapıldıktan sonra elde edilen veriler ışığında hazırlanmıştır. Daha sonra bir uzman ve bir Türk Dili ve Edebiyatı öğretmeninin görüşleri alınmış ve alınan dönütler neticesinde görüşme formu oluşturulmuştur. Daha sonra görüşme formu pilot uygulama olarak iki öğretmene uygulanmış ve onlardan gelen geribildirimlere göre formun son şekline karar verilmiştir. Hazırlanan görüşme formunda, iki başlık altında toplamda dokuz adet açık uçlu soru sorulmuştur. Araştırma sonucunda toplanan veriler kelime sıklık hesabı yardımıyla değerlendirilmiştir.

Yapılan çalışmada veriler "yarı yapılandırılmış görüşme formu" kullanılarak toplanmıştır. Yarı yapılandırılmış görüşmelerde sorular önceden hazırlanır. Görüşme yer ve zamanı önceden belirlenir. Görüşme esnasında forma soru eklemesi yapılabilir (Yıldırım & Şimşek, 2021). Yarı yapılandırılmış görüşme formları temelde iki kısım barındırır. Birinci kısım, kısmen yapılandırılmış ve sınırları belirlenmiş bilgiler istenirken; ikinci kısımda daha esnek sorular bulunur (Merriam & Tisdell, 2016).

Katılımcılara görüşme sorularını açık bir şekilde ve samimi olarak cevaplamaları için araştırma konusu hakkında gereken bilgiler verilmiş olup uygun gördükleri gün ve saatte buluşularak görüşmeler gerçekleştirilmiştir. Her bir görüşme ortalama 20 dakika sürmüştür. Katılımcılardan izin istenerek veri kaybının önlenmesine yönelik ses kayıt cihazı kullanılmıştır. Ardından kayıt altına alınan veriler, herhangi bir ekleme veya çıkarma işlemi yapılmadan bilgisayar yardımıyla Word belgesine aktarılmıştır. Katılımcıların kişisel bilgileri gizli kalmak koşuluyla sistemli bir biçimde kodlamaları yapılmış ve verilen yanıtlardan bir kısmı bulgular bölümünde örnek cümle olarak kullanılmıştır.

Görüşmelerde elde edilen veriler betimsel analiz tekniği kullanılarak çözümlenmiştir. Betimsel analiz, daha önceden belirlenen çerçevede verilerin özetlenip, yorumlanmasıdır (Yıldırım & Şimşek, 2021). Ekiz'e (2015) göre betimsel analizde veriler çok detaya girilmeden yüzeysel ve sade bir biçimde çözümlenir.

2.4. Geçerlik ve Güvenirlik

Nitel araştırmalarda geçerlilik, araştırılan konun olduğu gibi ve tarafsız bir biçimde incelenmesidir (Kirk & Miller, 1986). Araştırılan konunun tüm yönleriyle ortaya konması için araştırmacıların ulaştıkları verileri; çeşitleme, katılımcı teyidi ve meslektaş teyidi gibi teyit metotlarını kullanmaları gerekir. Araştırmanın; verilerin toplanması, tahlili ve yorumlanması aşamalarının tutarlılık göstermesi iç geçerliliğin (inandırıcılık) sağlanması için önemlidir. Araştırmaya ilişkin sonuçların genellenebilir olması araştırmanın dış geçerliliği (aktarılabilirlik) ile ilgilidir (Yıldırım & Şimşek, 2021). Nitel araştırmalarda güvenilirlik kavramının alternatifi olarak tutarlılık (iç güvenilirlik) ve doğrulanabilirlik (dış güvenilirlik) olarak belirlenmiştir (Guba, 1981). Tutarlılık, belirli bir konuda benzer gözlemler yapan farklı araştırmacılar tarafından yapılan araştırmaların sonuçlarının uyumlu olma düzeyidir (LeCompte & Goetz, 1982). Doğrulanabilirlik, araştırma sonuçlarının araştırmacıların yargılarından bağımsız ele üzerinde çalışılan konunun çıktıları olma düzeyidir (Lincoln & Guba,1985). Araştırma verilerinin elde edilmesi ve tahlili aşamalarında uzun süreli etkileşim, uzman incelemesi ve katılımcı teyidi yapılarak inandırıcılık; ayrıntılı betimleme yapılarak ve amaçlı örnekleme kullanılarak aktarılabilirlik; tutarlılık incelemesi yapılarak tutarlılık ve teyit incelemesi yapılarak doğrulanabilirlik sağlanmıştır.

2.5. Etik Kurul Onayı

Bu araştırmada Yükseköğretim Kurumları Bilimsel Araştırma ve Yayın Etiği Yönergesi göz önünde bulundurulmuş ve araştırma, bilimsel araştırmalarda dikkat edilmesi gereken etik

kurallar gözetilerek yapılmıştır. Amasya Üniversitesi Sosyal Bilimler Enstitüsü Etik Kurulunun 11.12.2023 tarihli ve E-30640013-108.01-167113 sayılı onayı ile etik açıdan uygun olduğu tespit edilmiştir. Araştırmanın Sosyal Bilimler Etik Kurulu'nca etik yönden bir sakınca içermediği onaylanmıştır.

3. Bulgular

Bu araştırma, öğretmen görüşlerine göre Millî Eğitim Bakanlığına bağlı eğitim kurumlarındaki öğrencilerin akıllı telefon ve internet bağımlılıklarının nedenlerini ve çözüm yollarını ortaya koymayı amaçlamaktadır. Araştırma sonucunda elde edilen bulgular öğretmelerin; bağımlılık kavramına dair algıları, öğrencilerin akıllı telefon ve internet bağımlılıklarının nedenlerine dair algıları ve öğrencilerin akıllı telefon ve internet bağımlılıklarının önlenmesine dair çözüm önerileri olmak üzere üç başlıkta incelenmiştir. Bu başlıklara ilişkin bulgular aşağıda verilmiştir.

3.1. Öğretmenlerin Bağımlılık Kavramına Dair Algıları

Araştırmadan elde edilen bulgular araştırma soruları genelinde sırasıyla değerlendirilmiştir. Yapılan araştırmanın birinci alt problemi "Bağımlılık kavramının tanımı nedir?" şeklindedir. Öğretmenlerin araştırmanın birinci sorusuna verdikleri cevaplardan elde edilen bulgular Tablo 2'de verilmiştir.

Tablo 2.

Öğretmenlerin bağımlılık kavramına ilişkin algıları

Tema	Kod	Frekans (f)
Bağımlılık (f=28)	Alışkanlık	6
	Vazgeçememe	4
	Kontrol kaybı-iradesizlik	4
	Zevk-keyif	3
	Düşkünlük	3
	Yoksunluk	2
	İçe kapanıklık	2
	Zaman kaybı	2
	Esir olma	2

Tablo 2 incelendiğinde öğretmenlerin bağımlılık kavramına ilişkin algıları 28 görüş üzerinden değerlendirilmiştir. Öğretmen görüşlerine göre bağımlılık kavramı; alışkanlık (f=6), vazgeçememe (f=4), kontrol kaybı-iradesizlik (f=4), zevk-keyif (f=3), düşkünlük (f=3), yoksunluk (f=2), içe kapanıklık (f=2), zaman kaybı (f=2) ve esir olma (f=2) şeklinde kodlanmıştır. Bunun yanı sıra bağımlılık kavramının çok boyutlu olarak algılandığı; psikolojik, sosyal ve davranışsal etkilerin farklı ifadelerle vurgulandığı dikkat çekmektedir. Tablo 2'de yer alan kodlara ilişkin örnek cümleler aşağıdaki gibidir. Bu cümlelere bakalım.

Araştırmaya katılan bazı öğretmenler bağımlılık kavramına ilişkin düşüncelerini,

"Bağımlılık, kişinin kendisini aile ve çevresinden uzak tuttuğu zararlı bir alışkanlıktır" (G3).

"Bağımlılık; severek ve hoşlanarak yapılan davranışların zamanla artarak devam etmesi ve onlardan vazgeçememe durumudur." (G6)

"Kişinin herhangi bir konuda kendini kontrol edememesidir." (G9)

"Madde kullanımı ya da bozuk davranışın verdiği zevk, bağımlılıktır." (G5)

"Bağımlılık, vazgeçilmesi zor düşkünlüktür." (G7)

"Bağımlılık, bireylerde yoksunluk oluşturan duygu durumudur." (G1)

"Bağımlılık, bireyin kendisini çevresinden soyutlayıp içe kapanık olmasıdır." (G11)

"Bağımlılık, zaman kaybıdır." (G4)

"Bağımlılık, bireyin bir maddeye veya davranışa karşı esir olmasıdır." (G2)

"Bağımlılık, iradeye sahip çıkamama yani iradesizliktir." (G3)
"Alışkanlık, zevk olarak ifade edilebilir." (G10)
"Bağımlılık, aşırı düşkünlüktür." (G12)

şeklinde ifade etmişlerdir.

3.2. Öğretmenlerin Öğrencilerin Akıllı Telefon ve İnternet Bağımlılıklarının Nedenlerine İlişkin Görüşleri

Yapılan araştırmanın ikinci alt problemi "Öğretmenlere göre öğrencilerin akıllı telefon ve internet bağımlılıklarının nedenleri nelerdir?" şeklindedir. Öğretmenlerin görüşleri doğrultusunda akıllı telefon ve internet bağımlılığının nedenleri sırasıyla 1) Aile kaynaklı, 2) Sosyal medya kaynaklı, 3) Kişisel kaynaklı, 4) Arkadaş kaynaklı, 5) Psikolojik kaynaklı, 6) Biyolojik kaynaklı, 7) Sosyo-kültürel durumdan kaynaklı ve 8) Ekonomik kaynaklı şeklinde sınıflandırılmıştır. Bu cevaplar Tablo 3'te detaylıca gösterilmiştir.

Tablo 3.

Öğretmenlerin öğrencilerin akıllı telefon ve internet bağımlılığının nedenlerine ilişkin görüşleri

Tema	Kod	Frekans (f)
Aile kaynaklı (f=16)	Ebeveynlerin tutumu	8
	Ebeveyn bağımlılığı	3
	İlgisizlik-sevgisizlik	3
	Eşlerin ayrı olması	2
Sosyal medya kaynaklı (f=14)	İlgi çekici-özendirici olma	10
	Sosyal kabul görme-beğenilme	4
Kişisel kaynaklı (f=13)	Asosyallik-iletişim eksiliği	6
	Özgüven eksikliği-yetersizlik	3
	Merak	2
	Başkalarına özenme	1
	Haz peşinde olma	1
Arkadaş kaynaklı (f=13)	Yanlış arkadaşlıklar	9
	Bir gruba dahil olma isteği	4
Psikolojik kaynaklı (f=12)	Yalnızlık hissi	5
	Psikolojik rahatlama	3
	Sevgisizlik-ilgisizlik	2
	Dikkat çekme	2
Biyolojik kaynaklı (f=12)	Kendini beğenmeme	10
	Fiziksel engelli olma	2
Sosyo-kültürel durumdan kaynaklı (f=12)	Sosyal çevre	8
	Kültürel farklılıklar	2
	Eğitimsizlik	2
Ekonomik kaynaklı (f=12)	Maddi yetersizlikler	9
	Kolay para kazanma	3

Tablo 3 incelendiğinde öğrencilerin akıllı telefon ve internet bağımlılıklarının nedenlerine ilişkin öğretmen görüşleri, temalar baz alınarak toplamda 104 görüş üzerinden değerlendirilmiştir.

3.2.1. Aile Kaynaklı Akıllı Telefon ve İnternet Bağımlılığı Nedenleri

Araştırmaya katılan öğretmenlerin görüşlerine göre aile kaynaklı akıllı telefon ve internet bağımlılığı nedenleri ebeveynlerin tutumu (f=8), ebeveyn bağımlılığı (f=3), sevgisizlik-ilgisizlik (f=3) ve eşlerin ayrı olması (f=2) şeklinde kodlanmıştır. Bu kodlara ilişkin örnek cümleler aşağıdaki gibidir. Bu cümlelere bakalım.

Araştırmaya katılan bir öğretmen ebeveynlerin tutumu ile ilgili düşüncesini *"Ebeveynlerin aşırı izin verici ya da korumacı tutumları sonucu sanal ortam öğrenciler için kaçış alanı olmakta ve bağımlı olmalarının yolu açılmaktadır." (G3)* şeklinde belirtmiştir. Benzer olarak

diğer bir öğretmen fikrini *"Ailelerin çocuklarına karşı tutumları bağımlı olmalarına sebep olabilmektedir." (G9)* şeklinde dile getirmiştir. Diğer bir öğretmen ebeveyn bağımlılığına ilişkin fikrini *"Ebeveyn bağımlılığı da öğrencilerin bağımlı olmasının yolunu açmaktadır." (G5)* şeklinde belirtmiştir. Benzer biçimde bir öğretmen de *"Ailede bağımlılık olması, bağımlılık sebebi olmaktadır." (G12)* sözleriyle konuya ilişkin fikrini ortaya koymuştur. Bir diğer öğretmen sevgisizlik-ilgisizlik koduna vurgu yaparak düşüncesini *"Ailelerin ilgisizliği bireylerin akıllı telefon ve internet bağımlısı olmalarını kolaylaştırmaktadır." (G4)* şeklinde dile getirmiştir. Aynı konuda diğer bir öğretmen *"Ailesinden ilgi göremeyen çocuk bağımlı olabilmektedir." (G6)* cümleleriyle görüş belirtmiştir. Yine bir öğretmen de *"Ailelerin çocuklarına olan sevgilerini göstermemeleri bağımlılığa sebep olmaktadır." (G3)* sözleriyle düşüncesini ifade etmiştir. Son olarak bir öğretmen eşlerin ayrı olmasıyla ilgili fikrini *"Eşlerin ayrı olması, öğrencilerin bağımlı olmalarının yolunu açmaktadır." (G1)* şeklinde ifade etmiştir.

3.2.2. Sosyal Medya Kaynaklı Akıllı Telefon ve İnternet Bağımlılığı Nedenleri

Araştırmaya katılan öğretmen görüşlerine göre sosyal medya kaynaklı akıllı telefon ve internet bağımlılığı nedenleri ilgi çekici-özendirici olma (f=10) ve sosyal kabul görme-beğenilme (f=4) şeklinde kodlanmıştır. Bu kodlara ilişkin örnek cümleler aşağıda gösterilmiştir. Bu cümlelere bakalım.

Araştırmaya katılan bir öğretmen ilgi çekici-özendirici olma koduna vurgu yaparak görüşünü *"Sosyal medya öğrenciler için ilgi çekici olup bağımlı olmalarını kolaylaştırmaktadır." (G9)* sözleriyle dile getirmiştir. Benzer olarak bir öğretmen de konuya ilişkin fikrini *"İlgi çekici olması bağımlılık ihtimalini arttırmaktadır." (G6)* şeklinde belirtmiştir. Bir diğer öğretmen *"Sosyal medyanın özendirici olma özelliği çocukların bağımlı olmasını kolaylaştırmaktadır." (G10)* sözleriyle konuya ilişkin görüşünü ifade etmiştir. Bir diğer öğretmen sosyal kabul görme-beğenilme ile ilgili görüşlerini *"Sosyal medya ortamı öğrenciler için sosyal kabul görme ve beğenilme yeri olarak algılandığından bağımlılığa yol açmaktadır." (G5)* şeklinde ifade etmiştir. Benzer biçimde bir öğretmen de *"Öğrenciler beğenilme kaygısıyla sosyal medyaya yönelebilmektedir." (G11)* sözleriyle konuyla ilgili düşüncelerini belirtmiştir.

3.2.3. Kişisel Kaynaklı Akıllı Telefon ve İnternet Bağımlılığı Nedenleri

Araştırmaya katılan öğretmenlerin görüşlerine göre kişisel kaynaklı akıllı telefon ve internet bağımlılığı nedenleri asosyallik-iletişim eksikliği (f=6), özgüven eksikliği-yetersizlik (f=3), merak (f=2), başkalarına özenme (f=1) ve haz peşinde olma (f=1) şeklinde kodlanmıştır. Bu kodlara ilişkin örnek cümleler aşağıda gösterilmiştir. Bu cümlelere bakalım.

Araştırmaya katılan bir öğretmen asosyallik-iletişim eksikliği ile ilgili görüşlerini *"Asosyallik, bireylerin akıllı telefon ve internet bağımlısı olmalarını neden olabilmektedir." (G1)* şeklinde belirtmiştir. Benzer şekilde bir başka öğretmende *"İletişim becerilerindeki eksiklik bağımlı olmayı kolaylaştırmaktadır." (G2)* sözleriyle bu konudaki düşüncesini dile getirmiştir. Bir başka öğretmen özgüven eksikliği-yetersizlik ile ilgili düşüncesini *"Özgüven eksikliği, kişileri bağımlı olmaya itebilmektedir." (G5)* şeklinde ifade etmiştir. Benzer şekilde bir öğretmende *"Öğrencilerin kendilerini yetersiz hissetmesi bağımlı olmalarına yol açmaktadır." (G9)* sözleriyle yetersizliğe dikkat çekmiştir. Başka bir öğretmen ise merak koduna vurgu yaparak düşüncesini *"Bağımlılık, en başta merak duygusundan kaynaklanmaktadır." (G6)* şeklinde dile getirmiştir. Benzer şekilde bir öğretmende *"Bazı durumlarda aşırı merak bağımlılığa neden olmaktadır." (G7)* sözleriyle merakın önemine değinmiştir. Diğer bir öğretmen ise başkalarına özenme ile ilgili düşüncesini *"Bireylerin kendi benliklerinden uzaklaşarak başkalarına özenmeleri bağımlılığa neden olmaktadır." (G3)* cümlesiyle belirtmiştir. Son olarak bir öğretmende haz peşinde olma koduna vurgu yaparak düşüncesini *"Öğrencilerin bireysel haz peşinde olması akıllı telefon ve internet bağımlısı olmalarını kolaylaştırmaktadır." (G4)* sözleriyle ifade etmiştir.

3.2.4. Arkadaş Kaynaklı Akıllı Telefon ve İnternet Bağımlılığı Nedenleri

Araştırmaya katılan öğretmen görüşlerine göre arkadaş kaynaklı akıllı telefon ve internet bağımlılığı nedenleri yanlış arkadaşlıklar (f=9) ve bir gruba dahil olma isteği (f=4) şeklinde kodlanmıştır. Bu kodlara ilişkin örnek cümleler aşağıda gösterilmiştir. Bu cümlelere bakalım.

Araştırmaya katılan bir öğretmen yanlış arkadaşlıklar koduna vurgu yaparak görüşünü *"Öğrencilerin kurdukları yanlış arkadaşlıklar, onları akıllı telefon ve internet bağımlılığı gibi istenmeyen davranışlara yöneltebilmektedir." (G10)* sözleriyle dile getirmiştir. Diğer öğretmen de aynı konuya ilişkin fikirlerini *"Yanlış arkadaşlıklar öğrencilerin bağımlılığını kolaylaştırmaktadır." (G1)* şeklinde belirtmiştir. Diğer bir öğretmen bir gruba dahil olma ile ilgili düşüncesini *"Sosyal hayatta arkadaşı olmayan ve bir gruba dâhil olmak isteyen bireyler sanal ortamda daha kolay arkadaşlıklar kurabilmektedir." (G8)* şeklinde ifade etmiştir. Benzer olarak bir öğretmen *"Bir gruba dahil olma isteği bazen bağımlılık sebebidir." (G5)* sözleriyle konuya ilişkin düşüncesini belirtmiştir.

3.2.5. Psikolojik Kaynaklı Akıllı Telefon ve İnternet Bağımlılığı Nedenleri

Araştırmaya katılan öğretmenlerin görüşlerine göre psikolojik kaynaklı akıllı telefon ve internet bağımlılığı nedenleri yalnızlık hissi (f=5), psikolojik rahatlama (f=3), sevgisizlik-ilgisizlik (f=3) ve dikkat çekme (f=2) şeklinde kodlanmıştır. Bu kodlara ilişkin örnek cümleler aşağıda gösterilmiştir. Bu cümlelere bakalım.

Araştırmaya katılan bir öğretmen yalnızlık hissi ile ilgili düşüncesini *"Bireylerin kendilerini yalnız hissetmeleri akıllı telefon ve internet bağımlısı olmalarını kolaylaştırmaktadır." (G6)* cümlesiyle ifade etmiştir. Benzer şekilde bir başka öğretmende *"Arkadaş ortamı kuramamaları ve yalnız hissetmeleri bağımlılık sebebidir." (G4)* şeklinde düşüncesini belirtmiştir. Bir diğer öğretmen psikolojik rahatlama koduna vurgu yaparak düşüncesini *"Öğrenciler sanal ortamda psikolojik olarak rahatladıklarını duyumsuyor olabilirler." (G8)* şeklinde dile getirmiştir. Benzer olarak bir öğretmende *"Bağımlılığın bir sebebi de geçici psikolojik rahatlamadır." (G11)* sözleriyle psikolojik rahatlamanın önemine değinmiştir. Diğer bir öğretmen sevgisizlik-ilgisizlik ile ilgili düşüncesini *"Sevgisizlik ve ilgisizlik bireyleri akıllı telefon ve internet bağımlılığına itmektedir." (G1)* şeklinde belirtmiştir. Yine bir öğretmen *"Sevgisiz ortamda büyüyen kişiler bağımlı olmaya yatkındırlar." (G2)* şeklinde düşüncesini dile getirmiştir. Son olarak bir öğretmen dikkat çekme ilgili fikrini *"Öğrenciler kendilerini gerçek hayatta gösteremediklerinde sanal alemde var olarak dikkat çekmek isteyebilirler." (G9)* şeklinde ifade etmiştir.

3.2.6. Biyolojik Kaynaklı Akıllı Telefon ve İnternet Bağımlılığı Nedenleri

Araştırmaya katılan öğretmenlerin görüşlerine göre psikolojik kaynaklı akıllı telefon ve internet bağımlılığı nedenleri kendini beğenmeme (f=10) ve fiziksel engelli olma (f=2) şeklinde kodlanmıştır. Bu kodlara ilişkin örnek cümleler aşağıda gösterilmiştir. Bu cümlelere bakalım.

Araştırmaya katılan bir öğretmen kendini beğenmeme ile ilgili görüşünü *"Dış görünüşlerinden kaynaklı kendini beğenmeme durumu öğrencilerin akıllı telefon ve internet bağımlılığına neden olmaktadır." (G1)* şeklinde ifade etmiştir. Benzer olarak bir öğretmen *"Dış görünüş olarak kendini beğenmeyen bireyler bağımlı olmaya yatkındırlar." (G3)* sözleriyle konuya ilişkin düşüncesini dile getirmiştir. Bir diğer öğretmen fiziksel engelli olma koduna vurgu yaparak düşüncesini *"Öğrencilerin fiziksel engelli olmaları bağımlı olma ihtimallerini arttırmaktadır." (G12*) şeklinde belirtmiştir. Benzer şekilde diğer bir öğretmen de *"Fiziksel engelini gizlemek bazen bağımlılık sebebidir*." *(G5)* cümleleriyle konuya ilişkin görüşünü belirtmiştir.

3.2.7. Sosyo-Kültürel Durumdan Kaynaklı Akıllı Telefon ve İnternet Bağımlılığı Nedenleri

Araştırmaya katılan öğretmenlerin görüşlerine göre sosyo-kültürel durumdan kaynaklı akıllı telefon ve internet bağımlılığı nedenleri sosyal çevre (f=8), kültürel farklılıklar (f=2) ve

eğitimsizlik (f=2) şeklinde kodlanmıştır. Bu kodlara ilişkin örnek cümleler aşağıda gösterilmiştir. Bu cümlelere bakalım.

Araştırmaya katılan bir öğretmen sosyal çevre ile ilgili düşüncesini *"Öğrencilerin sosyal çevrelerindeki insanların davranışları, öğrenciler için model olduğundan bağımlı olma durumlarını etkilemektedir." (G2)* cümlesiyle ifade etmiştir. Benzer olarak bir öğretmen de *"Sosyal çevrelerindeki insanların etkisiyle öğrenciler bağımlı olabilir." (G8) şeklinde* düşüncesini belirtmiştir. Diğer bir öğretmen kültürel farklılıklar ile ilgili fikrini *"Farklı kültürlere mensup öğrenciler arasında yaşanan problemler bazı öğrenciler için sanal ortamı cazip kılmaktadır." (G5)* şeklinde dile getirmiştir. Benzer şekilde bir öğretmen de *"Bağımlılık, ideolojik ve kültürel farklılıklardan dolayı olabilir." (G1)* sözleriyle düşüncesini ifade etmiştir. Son olarak bir öğretmen eğitimsizlik koduna vurgu yaparak görüşünü *"Öğrencilerin bağımlı olmalarının bir nedeni de eğitimsizliktir." (G10)* şeklinde belirtmiştir.

3.2.8. Ekonomik Kaynaklı Akıllı Telefon ve İnternet Bağımlılığı Nedenleri

Araştırmaya katılan öğretmenlerin görüşlerine göre ekonomik kaynaklı akıllı telefon ve internet bağımlılığı nedenleri maddi yetersizlikler (f=9) ve kolay para kazanma (f=3) şeklinde kodlanmıştır. Bu kodlara ilişkin örnek cümleler aşağıda gösterilmiştir. Bu cümlelere bakalım.

Araştırmaya katılan bir öğretmen maddi yetersizlikler koduna vurgu yaparak düşüncesini *"Maddi yetersizlikler yüzünden ulaşamadıkları ve özendikleri hayatın sanal ortamda olması, bireyleri bu ortamlara bağımlı hale getirebilmektedir." (G11)* sözleriyle ifade etmiştir. Benzer olarak diğer bir öğretmen de *"Yetersiz maddi imkanlar öğrenci bağımlılığının önemli nedenlerinden biridir." (G1)* şeklinde görüşünü dile getirmiştir. Bir diğer öğretmen kolay para kazanma ile ilgili fikrini *"Öğrenciler kolay para kazanmanın yolu olarak sosyal medyayı gördüklerinden, bu durum zamanla bağımlılığa dönüşebilmektedir." (G2)* şeklinde belirtmiştir. Benzer şekilde bir öğretmen de görüşünü *"İnternette kolayca para kazanabilirim düşüncesi bağımlılığı kolaylaştırmaktadır." (G9)* cümlesiyle ifade etmiştir.

3.3. Öğretmenlerin Öğrencilerin Akıllı Telefon ve İnternet Bağımlılıklarının Çözümüne İlişkin Görüşleri

Yapılan araştırmanın üçüncü alt problemi "Öğretmenlere göre öğrencilerin akıllı telefon ve internet bağımlılıklarının önlenmesine yönelik çözüm önerileri nelerdir?" şeklindedir. Öğretmenlerin görüşleri doğrultusunda akıllı telefon ve internet bağımlılığının çözümüne ilişkin önerileri sırasıyla 1) Aile açısından, 2) Kişisel açıdan, 3) Psikolojik açıdan, 4) Biyolojik açıdan, 5) Sosyal medya kullanımı açısından, 6) Arkadaş açısından, 7) Sosyo-kültürel durum açısından ve 8) Ekonomik açıdan şeklinde sınıflandırılmıştır. Bu cevaplar Tablo 4'te detaylıca gösterilmiştir.

Tablo 4.

Öğretmenlerin öğrencilerin akıllı telefon ve internet bağımlılıklarının çözümüne ilişkin görüşleri

Tema	Kod	Frekans (f)
Aile açısından (f=18)	Birlikte vakit geçirme	8
	Süre sınırı koyma	4
	Sevgi-ilgi gösterme	3
	Örnek olma	3
Kişisel açıdan (f=14)	Sosyal aktivitelere katılım	9
	Sorumluluk alma	5
Psikolojik açıdan (f=12)	Değerli olduklarını hissettirme	6
	Kendini kabul	4
	Akran destek gruplarına katılım	2
Biyolojik açıdan (f=12)	Dış görünüşle barışık olma	10
	Fiziksel engellilere destek olma	2
Sosyal medya kullanımı açısından (f=12)	Kontrollü kullanım	8
	Yaş sınırı getirme	2

	Bilgilendirme	2
Arkadaş açısından (f=12)	İyi arkadaşlıklar kurma	5
	Sosyal grup etkinlikleri	5
	Yüz yüze etkileşim	2
Sosyo-kültürel durum açısından (f=10)	Kültürel farklılıklara saygı	6
	Bilinçli çevre	4
Ekonomik açıdan (f=9)	Gelir getirici diğer seçenekleri keşfetme	6
	Maddi destek sağlama	3

Tablo 4 incelendiğinde öğrencilerin akıllı telefon ve internet bağımlılıklarının çözümüne ilişkin öğretmen görüşleri, temalar baz alınarak toplamda 99 görüş üzerinden değerlendirilmiştir.

3.3.1. Aile Açısından Akıllı Telefon ve İnternet Bağımlılıklarına İlişkin Çözüm Önerileri

Araştırmaya katılan öğretmenlerin görüşlerine göre aile açısından akıllı telefon ve internet bağımlılığının çözüm önerileri birlikte vakit geçirme (f=8), süre sınırı koyma (f=4), sevgi-ilgi gösterme (f=3) ve örnek olma (f=3) şeklinde kodlanmıştır. Bu kodlara ilişkin örnek cümleler aşağıda gösterilmiştir. Bu cümlelere bakalım.

Araştırmaya katılan bir öğretmen birlikte vakit geçirme ile ilgili görüşünü *"Aileler çocuklarıyla daha sık birlikte zaman geçirmelidirler." (G7)* şeklinde belirtmiştir. Benzer şekilde bir başka öğretmen de *"Bu konuda aile bireylerinin birlikte vakit geçirmeleri önemlidir." (G6)* sözleriyle bu konudaki düşüncesini dile getirmiştir. Başka bir öğretmen süre sınırı koyma ile ilgili düşüncesini *"Aileler akıllı telefon ve internet kullanımım konusunda çocuklarına süre sınırı koymalıdırlar." (G12)* şeklinde ifade etmişlerdir. Benzer şekilde bir öğretmen de *"Evde ekran orucu yapıp süre sınırı koymak bağımlılığın önlenmesi için önemlidir." (G4)* sözleriyle süre sınırı koymaya dikkat çekmiştir. Bir başka öğretmen ise sevgi-ilgi gösterme koduna vurgu yaparak fikrini *"Aileler çocuklarına gerekli ilgi ve sevgiyi göstererek, onların bağımlı olmalarının önüne geçebilirler." (G1)* şeklinde ifade etmiştir. Benzer olarak bir öğretmen de *"Aileler çocuklara her koşulda ilgi-sevgi göstermelidirler." (G8)* sözleriyle sevgi-ilgi göstermenin önemine değinmiştir. Son olarak bir öğretmen de örnek olma ile ilgili düşüncesini *"Aileler akıllı telefon ve internet kullanımı konusunda çocuklarına örnek olmalıdırlar." (G5)* sözleriyle ifade etmiştir. Benzer biçimde bir diğer öğretmen de *"Anne ve babanın çocuklarına iyi örnek olması gereklidir." (G11)* sözleriyle örnek olmanın önemini belirtmiştir.

3.3.2. Kişisel Açıdan Akıllı Telefon ve İnternet Bağımlılıklarına İlişkin Çözüm Önerileri

Araştırmaya katılan öğretmenlerin görüşlerine göre kişisel açıdan akıllı telefon ve internet bağımlılığının çözüm önerileri sosyal aktivitelere katılım (f=9) ve sorumluluk alma (f=5) şeklinde kodlanmıştır. Bu kodlara ilişkin örnek cümleler aşağıda gösterilmiştir. Bu cümlelere bakalım.

Araştırmaya katılan bir öğretmen sosyal aktivitelere katılım koduna vurgu yaparak fikrini *"Öğrenciler spor, sanat gibi sosyal aktivitelere katılım sağlayarak bağımlılıktan kurtulabilirler." (G11)* şeklinde ifade etmiştir. Benzer biçimde bir öğretmende düşüncesini *"Spor, sanat, vb. sosyal aktivitelere katılım olabilir." (G5)* sözleriyle belirtmiştir. Başka bir öğretmen sorumluluk alma ile ilgili görüşünü *"Öğrencilerin sosyal hayatlarındaki görevleri konusunda sorumluluk almaları sağlanabilir." (G1)* şeklinde belirtmiştir. Benzer olarak bir öğretmen de *"Öğrencilerin sorumluluk almaları sağlanabilir." (G10)* sözleriyle sorumluluk almanın önemine değinmiştir.

3.3.3. Psikolojik Açıdan Akıllı Telefon ve İnternet Bağımlılıklarına İlişkin Çözüm Önerileri

Araştırmaya katılan öğretmenlerin görüşlerine göre psikolojik açıdan akıllı telefon ve internet bağımlılığının çözüm önerileri değerli olduklarını hissettirme (f=6), kendini kabul (f=4) ve akran destek gruplarına katılım (f=2) şeklinde kodlanmıştır. Bu kodlara ilişkin örnek cümleler aşağıda gösterilmiştir. Bu cümlelere bakalım.

Araştırmaya katılan bir öğretmen değerli olduklarını hissettirme ilgili fikrini *"Öğrencilere değerli olduklarının hissettirilmesi akıllı telefon ve internet bağımlısı olmalarını önleyebilir." (G6)* şeklinde dile getirmiştir. Benzer şekilde başka bir öğretmen de *"Bireylere değerli olduklarını hissettirmek bağımlı olmalarını önler." (G9)* sözleriyle düşüncesini belirtmiştir. Diğer bir öğretmen kendini kabul ile ilgili düşüncesini *"Öğrencilere kendilerini olduğu gibi kabul etmelerinin önemi konusunda farkındalık kazandırılmalıdır." (G2)* şeklinde belirtmiştir. Benzer biçimde bir öğretmen de görüşünü *"Olumlu tutum ve kendini kabul akıllı telefon ve internet bağımlılığını azaltacaktır." (G1*) sözleriyle ifade etmiştir. Son olarak bir öğretmen akran destek gruplarına katılım koduna vurgu yaparak görüşünü *"Bireylerin akran destek gruplarına katılımı sağlanarak internet bağımlısı olmalarının önüne geçilebilir." (G5)* biçiminde belirtmiştir. Benzer olarak diğer bir öğretmende *"Akran destek grubuna katılım bağımlılığın önlenmesine çözüm olabilir." (G4)* sözleriyle akran destek gruplarına katılımın önemine değinmiştir.

3.3.4. Biyolojik Açıdan Akıllı Telefon ve İnternet Bağımlılıklarına İlişkin Çözüm Önerileri

Araştırmaya katılan öğretmenlerin görüşlerine göre biyolojik açıdan akıllı telefon ve internet bağımlılığının çözüm önerileri dış görünüşle barışık olma (f=10) ve fiziksel engellilere destek olma (f=2) şeklinde kodlanmıştır. Bu kodlara ilişkin örnek cümleler aşağıda gösterilmiştir. Bu cümlelere bakalım.

Araştırmaya katılan bir öğretmen dış görünüşle barışık olma ile ilgili fikrini *"Her bireyin dış görüşünün kendine özgü özel bir durum olduğu konusunda öğrenciler bilinçlendirilip, dış görünüşleriyle barışık olmaları sağlanabilir." (G3)* şeklinde belirtmiştir. Benzer şekilde bir öğretmen de *"Dış görünüşüyle barışık olan kişiler bağımlı olmaya daha az yatkındırlar." (G10)* sözleriyle dış görünüşle barışık olmaya dikkat çekmiştir. Başka bir öğretmen fiziksel engellilere destek olma koduna vurgu yaparak düşüncesini *"Fiziksel engeli bulunan öğrencilere kendilerine uygun aktivitelerle destek olunarak, bağımlı olmalarının önüne geçilebilir." (G12)* şeklinde ifade etmiştir. Benzer biçimde diğer bir öğretmen *de "Fiziksel açıdan engeli olan bireylere destek olunmalıdır." (G5)* sözleriyle bu konudaki düşüncesini dile getirmiştir.

3.3.5. Sosyal Medya Kullanımı Açısından Akıllı Telefon ve İnternet Bağımlılıklarına İlişkin Çözüm Önerileri

Araştırmaya katılan öğretmenlerin görüşlerine göre sosyal medya kullanımı açısından akıllı telefon ve internet bağımlılığının çözüm önerileri kontrollü kullanım (f=8), yaş sınırı getirme (f=2) ve bilgilendirme (f=2) şeklinde kodlanmıştır. Bu kodlara ilişkin örnek cümleler aşağıda gösterilmiştir. Bu cümlelere bakalım.

Araştırmaya katılan bir öğretmen kontrollü kullanımın önemine değinerek düşüncesini *"Öğrenciler sosyal medyanın kontrollü kullanımı konusunda bilgilendirilmelidir." (G2)* şeklinde belirtmiştir. Benzer şekilde başka bir öğretmen fikrini *"Sınırlı telefon ve internet kullanımı sağlanmalıdır." (G12)* sözleriyle ifade etmiştir. Diğer bir öğretmen yaş sınırı getirme koduna dikkat çekerek görüşünü *"Sosyal medya kullanımına en azından belli bir yaş sınırı getirilmelidir." (G4)* şeklinde dile getirmiştir. Benzer şekilde bir öğretmen de *"Belirli yaşa kadar sosyal medya kullanımının yasaklanması gerekir." (G9)* sözleriyle konuya ilişkin düşüncesini ifade etmiştir.

Son olarak bir öğretmen bilgilendirme ile ilgili fikrini *"Öğrenciler sosyal medyanın kontrollü kullanımı konusunda bilgilendirilmelidir." (G2)* şeklinde belirtmiştir. Benzer şekilde diğer bir öğretmen de *"Bilinçli kullanım için öğrenciler bilgilendirilmelidir." (G1)* sözleriyle bilinçli kullanımın önemine değinmiştir.

3.3.6. Arkadaş Açısından Akıllı Telefon ve İnternet Bağımlılıklarına İlişkin Çözüm Önerileri

Araştırmaya katılan öğretmenlerin görüşlerine göre arkadaş açısından akıllı telefon ve internet bağımlılığının çözüm önerileri iyi arkadaşlıklar kurma (f=5), sosyal grup etkinlikleri (f=5) ve yüz yüze etkileşim (f=2) şeklinde kodlanmıştır. Bu kodlara ilişkin örnek cümleler aşağıda gösterilmiştir. Bu cümlelere bakalım.

Araştırmaya katılan bir öğretmen iyi arkadaşlıklar kurma ile ilgili düşüncesini *"İyi arkadaşlıklar kurarak öğrenciler sanal ortam bağımlılığından kendilerini sakınabilirler." (G1*) şeklinde belirtmiştir. Benzer olarak bir öğretmen de *"Bağımlılığı olan arkadaşlardan uzak durmalı, iyi arkadaşlıklar kurmalıdırlar." (G12)* sözleriyle iyi arkadaşlıklar kurmaya dikkat çekmiştir. Başka bir öğretmen sosyal grup etkinlikleri koduna vurgu yaparak fikrini *"Öğrenciler arkadaşlarıyla kitap okuma, spor faaliyetleri gibi sosyal grup etkinlikleri yapabilirler." (G4)* şeklinde belirtmiştir. Benzer şekilde bir öğretmen de *"Arkadaşlık ilişkisini geliştiren sosyal grup etkinlikleri düzenlenebilir." (G2)* sözleriyle konuya ilişkin düşüncesini dile getirmiştir. Son olarak diğer bir öğretmen yüz yüze etkileşim ile ilgili görüşünü *"Öğrenciler arkadaş çevreleriyle yüz yüze iletişime daha çok yer vermelidirler." (G8)* cümlesiyle belirtmiştir. Benzer şekilde başka bir öğretmen de konuya ilişkin fikrini *"Sosyal medya yerine yüz yüze iletişim tercih edilmelidir." (G11)* sözleriyle ifade etmiştir.

3.3.7. Sosyo-Kültürel Durum Açısından Akıllı Telefon ve İnternet Bağımlılıklarına İlişkin Çözüm Önerileri

Araştırmaya katılan öğretmenlerden 2'si sosyo-kültürel durum açısından akıllı telefon ve internet bağımlılığının çözümüne ilişkin görüş belirtmemişlerdir. Diğer öğretmenlerin görüşlerine göre çözüm önerileri kültürel farklılıklara saygı (f=6) ve bilinçli çevre (f=4) şeklinde kodlanmıştır. Bu kodlara ilişkin örnek cümleler aşağıda gösterilmiştir. Bu cümlelere bakalım.

Araştırmaya katılan bir öğretmen kültürel farklılıklara saygı koduna vurgu yaparak düşüncesini *"Öğrencilerin kültürel farklılıklar nedeni ile dışlanmaması onların farklı arayışlara girmesinin önüne geçebilir." (G7)* şeklinde belirtmiştir. Benzer şekilde bir öğretmen de *"Kültürel farklılıklara saygılı olunması önemlidir." (G3*) şeklinde düşüncesini ifade etmiştir. Başka bir öğretmen bilinçli çevre ile ilgili görüşünü *"Öğrencilerin sosyal açıdan bilinçli bir çevrede bulunmaları onların bağımlı olmalarının önüne geçilmesine yardımcı olabilir." (G1)* sözleriyle dile getirmiştir. Benzer biçimde bir öğretmen de *"Bilinçli çevrede bulunan öğrencilerin bağımlı olması önlenebilir." (G6)* cümlesiyle konuya ilişkin düşüncesini belirtmiştir.

3.3.8. Ekonomik Açıdan Akıllı Telefon ve İnternet Bağımlılıklarına İlişkin Çözüm Önerileri

Araştırmaya katılan öğretmenlerden 3'ü ekonomik açıdan akıllı telefon ve internet bağımlılığının çözümüne ilişkin görüş belirtmemişlerdir. Diğer öğretmenlerin görüşlerine göre çözüm önerileri gelir getirici diğer seçenekleri keşfetme (f=6) ve maddi destek sağlam (f=3) şeklinde kodlanmıştır. Bu kodlara ilişkin örnek cümleler aşağıda gösterilmiştir. Bu cümlelere bakalım.

Araştırmaya katılan bir öğretmen gelir getirici diğer seçenekleri keşfetme ile ilgili görüşünü *"Ekonomik kazanç elde etmeleri açısından sanal ortam dışındaki gelir getirici diğer seçenekleri keşfetmeleri sağlanabilir." (G2)* şeklinde ifade etmiştir. Benzer olarak diğer bir öğretmen de *"Öğrenciler internet haricinde gelir getiren seçenekler hakkında bilgilendirilebilir." (G1)* sözleriyle konuya ilişkin düşüncesini belirtmiştir. Diğer bir öğretmen maddi destek sağlama koduna vurgu yaparak düşüncesini *"Maddi durumu iyi olmayan ve bu nedenle sosyal etkinliklerden yoksun kalan öğrencilere maddi destek sağlanabilir." (G4)* şeklinde belirtmiştir. Benzer olarak bir öğretmen de *"Maddi durumu iyi olmayan öğrencilere burs yoluyla maddi destek sağlanabilir." (G6)* sözleriyle maddi destek sağlamanın önemine değinmiştir.

4. Tartışma, Sonuç ve Öneriler

Araştırma, Millî Eğitim Bakanlığı'na bağlı çeşitli eğitim kademelerindeki okullarda görevli öğretmenlerin görüşlerine başvurularak yapılmıştır. Araştırmacılar bu eğitim kurumlarındaki öğretmenlerin; bağımlılık kavramına ilişkin algılarını, öğrencilerin akıllı telefon ve internet bağımlılıklarının nedenlerini ortaya koymayı ve bağımlılık sorununa ilişkin çözüm önerileri sunmayı amaçlamaktadırlar. Araştırmanın bulgularıyla ilgili yorumlar aşağıdaki şekilde yapılmıştır.

Araştırmacılar, öğretmenlerin bağımlılık kavramını; Alışkanlık, Vazgeçememe, Kontrol kaybı-iradesizlik, Zevk-keyif, Düşkünlük, Yoksunluk, İçe kapanıklık, Zaman kaybı ve Esir olma şeklinde algıladıklarını görmüşlerdir. Araştırmaya ilişkin literatür taraması yapıldığında bağımlılık için çeşitli tanımlamalar yapıldığı görülmektedir. Kişilerin bir duruma, bir nesneye, bir olaya olduğundan fazla ve hayatlarını etki altına alacak şekilde zaman ayırarak bağlılık göstermeleri bağımlılık olarak adlandırılmaktadır (Aktan, 2018). Bu tanımın geniş anlamda alışkanlık, kontrol kaybı-iradesizlik, zevk-keyif ve zaman kaybı kodlarını kapsadığı söylenebilir. Bağımlılık; bireylerin psikolojik, fizyolojik ve sosyal bakımdan istenmeyen durumlarla karşılaşmalarına neden olan patolojik davranış biçimidir (Demirci, 2016). Yine bu tanımın geniş anlamda vazgeçememe, düşkünlük, yoksunluk, içe kapanıklık ve esir olma kodlarını kapsadığı söylenebilir.

Akıllı telefon ve internet bağımlılığı öğrencileri farklı yönlerden etkilemektedir. Araştırmacılar akıllı telefon ve internet bağımlılıklarının nedenlerini; Aile kaynaklı, Sosyal medya kaynaklı, Kişisel kaynaklı, Arkadaş kaynaklı, Psikolojik kaynaklı, Biyolojik kaynaklı, sosyo-kültürel durumdan kaynaklı ve Ekonomik kaynaklı nedenler açısından incelemişlerdir. *Aile kaynaklı akıllı nedenler;* ebeveynlerin tutumu, ebeveyn bağımlılığı, ilgisizlik-sevgisizlik ve eşlerin ayrılması şeklinde belirtilmiştir. Bilgin ve diğerleri (2020) yaptıkları araştırmada, aile bireyleri arasındaki huzursuzlukların ve mükemmeliyetçi ebeveyn tutumlarının öğrencilerin sosyal medya bağımlılıklarını arttırdığını ortaya koymuşlardır. *Sosyal medyadan kaynaklı nedenler;* ilgi çekici-özendirici olma ve sosyal kabul görme-beğenilme olarak belirtilmiştir. Frison ve Eggermont'a (2017) göre yaşamsal doyum ile mutluluk sosyal medya dünyasında özgürlük ve kabul görme ile karıştırılmaktadır. Sosyal medyada mutlu olduğunu düşünen bireyler, gerçek hayatlarında mutsuzdurlar. *Kişisel kaynaklı nedenler;* asosyallik-iletişim eksikliği, özgüven eksikliği-yetersizlik, merak, başkalarına özenme ve haz peşinde olma şeklinde ifade edilmiştir. Çolak (2020) yaptığı araştırmada öğrencilerin uysallık, özgüven, otokontrol vb. kişilik özelliklerinin bağımlı olmalarını etkilediğini ifade etmektedir. *Arkadaş kaynaklı nedenler;* yanlış arkadaşlıklar ve bir gruba dâhil olma isteği olarak görülmüştür. Tsai ve Lin'e (2001) göre internet bağımlılığı bireylerin sosyal çevrelerinden etkilenir. Sosyal çevrelerinden edindikleri merak duygusuyla internette aktif ve popüler olmak isteyen kişiler, internetten iletişim kurmaya başlamakta ve bu durum bağımlı olmalarının önünü açmaktadır. *Psikolojik kaynaklı nedenler;* yalnızlık hissi, psikolojik rahatlama, sevgisizlik-ilgisizlik ve dikkat çekme olarak belirtilmiştir. Maslow (1970) insan davranışlarının altında eksikliği hissedilen sevgi, dostluk, arkadaşlık gibi sosyal ihtiyaçların yattığını ve insanların bu ihtiyaçlarını gidermek için farklı davranışlarda bulunduklarını ifade etmektedir. Ümmet ve Ekşi (2016) yaptıkları çalışmada internet bağımlılığına yalnızlık hissinin neden olduğunu belirtmektedirler. Ertemel ve Aydın (2018), internet bağımlılığının yalnızlık duygusunu artırarak öğrencilerin sosyal ilişkilerini zayıflattığını ortaya koymuştur. *Biyolojik kaynaklı nedenler;* kendini beğenmeme ve fiziksel engeli olma olarak ifade edilmiştir. Döner (2018) beyindeki değişimler, hormonlardaki değişimler, genler vb. etmenleri bağımlılık gibi problemli davranışların biyolojik nedenleri olarak ifade etmektedir. *Sosyo-kültürel durumdan kaynaklı nedenler;* sosyal çevre, kültürel farklılıklar ve eğitimsizlik olarak sıralanmıştır. Döner (2018), günümüzde teknolojinin gelişmesi ile bireylerin teknoloji ile daha çok vakit geçirdiklerini ve sosyal çevrelerini dijital platformlar üzerinden oluşturduklarını belirtmiştir. Ayrıca bu durumdan hem toplumun hem de bireylerin nasıl etkileneceğinin tahmin edilmesinin güçlüğüne dikkat çekmiştir. *Ekonomik kaynaklı nedenler; maddi* yetersizlikler ve kolay para kazanma olarak belirtilmiştir. Koçak ve Yiğit'e (2020) göre pek çok kişi bilgiye ulaşmak, sosyalleşmek, oyun oynamak, maddi kazanç sağlamak vb. durumlar için interneti kullanmaktadır.

Öğretmenler akıllı telefon ve internet bağımlılığının nedenlerine dair birtakım çözüm önerileri sunmuşlardır. *Aile kaynaklı sorunlara çözüm önerileri;* birlikte vakit geçirme, süre sınırı koymak, ilgi-sevgi gösterme ve örnek olma şeklindedir. Cengizhan (2005) ailelerin çocuklarıyla kaliteli zaman geçirmelerinin ve sorunlarına çözümler bulmalarının, çocukların internet bağımlısı olmalarını engelleyebileceğini ifade etmektedir. Tarı Cömert ve Kayıran'a (2010) göre ebeveynler çocuklarının internette geçirdikleri süreye sınır koymalıdırlar. Yılmaz ve Ulaş (2022) ise öğretmen

ve velilerin teknoloji bağımlılığını ciddi bir problem olarak gördüklerini ve çözüm olarak çocukların sosyal etkinliklere yönlendirilmesi, aile içi iletişimin güçlendirilmesi ve dijital ortamlarda geçirilen zamanın sınırlandırılması gerektiğini ifade etmişlerdir. *Kişisel kaynaklı sorunlara çözüm önerileri;* sosyal aktivitelere katılım ve sorumluluk alma şeklindedir. Soysal'a (2016) göre bireylerin teknoloji kullanımının yasaklanması yerine, sosyalleşmeleri için sosyal ve sportif etkinliklere yönlendirilmeleri gerekmektedir. Cengizhan'a (2005) göre gençler aile içerisinde sorumluluk almalı ve belirli görevleri yerine getirmelidirler. Aktaş (2021), pandemi sürecinde dijital araçlara artan erişimin özellikle ilköğretim düzeyindeki öğrencilerde bağımlılık eğilimlerini artırdığını, öğretmenlerin ise bu duruma karşı sosyal aktiviteler önerdiğini vurgulamıştır. *Psikolojik kaynaklı sorunlara çözüm önerileri;* değerli olduklarını hissettirme, kendini kabul ve akran destek gruplarına katılım olarak sıralanmıştır. Taş (2018) bireylere sağlanacak psikolojik desteğin, internet bağımlılığını azaltabileceğini ifade etmektedir. *Biyolojik kaynaklı sorunlara çözüm önerileri;* dış görünüşle barışık olma ve fiziksel engellilere destek olma şeklinde sıralanmıştır. Köten ve Erdoğan'a (2014) göre engelli bireylerin internet bağımlısı olmalarının önüne geçmek için onları kısıtlayan fiziksel ve sosyal problemler ortadan kaldırılmalı ve dışarıda daha fazla vakit geçirmeleri sağlanmalıdır. *Sosyal medya kullanımından kaynaklanan sorunlara çözüm önerileri;* kontrollü kullanım, yaş sınırı getirme ve bilgilendirme şeklinde sıralanmıştır. Kayri ve Günüç'e (2016) göre teknolojiye rahatça ulaşabilen bireylerin internet kullanımları kontrol altına alınmalı ve internet kullanımına ilişkin bazı sınırlamalar getirilmelidir. Tarı Cömert ve Kayıran'a (2010) göre ebeveynler çocuklarının internete giriş-çıkış zamanlarını kontrol altında tutmalıdırlar. *Arkadaş kaynaklı sorunlara çözüm önerileri;* iyi arkadaşlıklar kurma, sosyal grup etkinlikleri ve yüz yüze etkileşim olmuştur. Ümmet ve Ekşi (2016) çalışmalarında çocukların internet bağımlılığından uzak durmalarını sağlamak için sosyal yönlerinin geliştirilmesinin ve sosyal yaşamlarında doyurucu bağlar kurmalarının gerekliliğine değinmişlerdir. Tarı Cömert ve Kayıran'a (2010) göre çocuklara, arkadaşlarıyla yüz yüze iletişim kurmaları için fırsatlar sunulmalıdır. Gencer (2017) ve Çelik (2020) yaptıkları çalışmalarda benzer sonuçlara ulaşmışlardır. *Sosyo-kültürel durum açısından kaynaklanan sorunlara çözüm önerilerini;* kültürel farklılıklara saygı ve bilinçli çevre olarak ifade etmişlerdir. Koçak ve Yiğit (2020), teknoloji bağımlılığının önlenmesine yönelik toplumsal farkındalığın arttırılması gerektiğini ifade etmektedirler. Bunun için de bağımlılığı önleyecek etkinliklerin yapılmasının önemine vurgu yapmışlardır. *Ekonomik kaynaklı sorunlara çözüm önerileri;* gelir getirici diğer seçenekleri keşfetme ve maddi destek sağlama şeklindedir. Söyler ve Yıldırım Kaptanoğlu'na (2018) göre ödüllü sosyal aktiviteler düzenlenerek, kazananlar burs vb. ödüllerle desteklenebilir.

Bu bağlamda öğrencilerdeki akıllı telefon ve internet bağımlılığına ilişkin yapılan pek çok araştırma, öğretmenlerin görüşlerine dayalı bu çalışmayı destekler niteliktedir. Literatürdeki çalışmalar ışığında yapılan bu araştırmada, öğrencilerin teknoloji kullanımının sadece bireysel faktörlerle değil sosyal, psikolojik, biyolojik, sosyo-kültürel ve ailevi faktörlerle şekillendiğini ve çözüm için çok yönlü stratejilerin benimsenmesi gerektiğini ortaya koymaktadır. Araştırmada ulaşılan sonuçlar doğrultusunda, araştırmacılar öğrencilerin akıllı telefon ve internet bağımlılıklarının önlenmesine ve konuyla ilgili çalışma yapacak araştırmacılara yönelik bazı önerilerde bulunmuşlardır:

- Öğrencilerin nitelikli vakit geçirmelerini teşvik edecek sosyal ve sportif etkinlikler düzenlenebilir.
- Okullarda akran destek grupları oluşturularak, öğrencilerin birbirleriyle yüz yüze ve sağlıklı bir iletişim kurmaları desteklenebilir.
- Öğrencilerin sosyal medyayı kontrollü ve bilinçli kullanmalarını destekleyici faaliyetler yapılabilir.
- Öğrencilerin bilinçli bir çevrede yetişmeleri ve kültürel farklılıklara saygı gösterebilmeleri için gerekli tedbirler alınabilir.
- Öğrencilerin dış görünüşleriyle barışık olmalarını sağlayacak özsaygı geliştirici etkinlikler düzenlenebilir.

- Aileler çocuklarıyla birlikte zaman geçirebilmeleri, çocuklarına sevgi-ilgi gösterebilmeleri, akıllı telefon ve internet kullanımıyla ilgili çocuklarına örnek olmaları konularında teşvik edilmelidirler.
- Öğrencilerin, kolay para kazanma yolu olarak gördükleri internet ortamı haricinde gelir getirici diğer seçenekleri fark etmeleri sağlanabilir ve öğrenciler çeşitli burslarla maddi olarak desteklenebilirler.
- Konuyla ilgili çalışma yapacak araştırmacılar, daha geniş çaplı ve nicel çalışmalarla desteklenmiş çalışmalar yaparak konuyu daha genellenebilir boyuta taşıyabilirler.

Etik Komite Onayı: Bu araştırma için Amasya Üniversitesi Sosyal Bilimler Enstitüsü Etik Kurulunun 11.12.2023 tarihli ve E-30640013-108.01-167113 sayılı onayı ile etik izin alınmıştır.

Hakem Değerlendirmesi: Dış bağımsız.

Yazar Katkıları: Yazarlar; bu makalenin araştırılması, yazarlığı ve yayımlanması için eşit düzeyde katkı sağlamışlardır.

Çıkar Çatışması: Yazarlar; bu makalenin araştırılması, yazarlığı ve yayımlanmasına ilişkin herhangi bir potansiyel çıkar çatışması beyan etmemişlerdir.

Finansal Destek: Yazarlar; bu makalenin araştırılması, yazarlığı ve yayımlanması için herhangi bir finansal destek almamıştır.

Yapay Zekâ Kullanımı Bildirimi: Yazarlar; bu makalenin araştırılması, yazarlığı ve/veya yayınlanması için herhangi bir yapay zekâ aracından faydalanmamışlardır.

Kaynakça

Aktan, E. (2018). Üniversite öğrencilerinin sosyal medya bağımlılık düzeylerinin çeşitli değişkenlere göre incelenmesi. *Erciyes İletişim Dergisi, 5*(4), 405-421. https://doi.org/10.17680/erciyesiletisim.379886

Aktaş, F. (2021). Pandemi sürecinde ilköğretim öğrencilerinin dijital bağımlılığına ilişkin öğretmen görüşleri. *Pamukkale Üniversitesi Eğitim Fakültesi Dergisi,* 50, 1–15.

Akyürek, E. (2020). Lise öğrencilerinin akıllı telefon kullanımının bağımlılık düzeylerine etkisi. *Turkish Journal of Educational Studies, 7*(2), 145-162.

Altunkürek, Ş. Z. ve Özçoban, K. (2020). Lise öğrencilerinin internet bağımlılıkları ile sağlıklı yaşam biçimi davranışları. *Bağımlılık Dergisi, 21*(4), 275-284.

Batdı, V. (2021). Nitel verilerin toplanması ve analizi. B. Çetin, M. İlhan ve M. G. Şahin (Eds.), *Eğitimde araştırma yöntemleri: Temel kavramlar, ilkeler ve süreçler* içinde (1. baskı, s. 201-228). Pegem Akademi.

Bektaş M. Davranışsal bağımlılık: Tanımı, türleri ve sınıflandırılması. H. Ateş ve A. Koçak (Eds.), *Bir kamu politikası olarak bağımlılıkla mücadele* içinde (1. baskı, 147-159). Nobel Yayınevi.

Bilgin, M., Şahin, İ. ve Togay, A. (2020). Ergenlerde sosyal medya bağımlılığı ve anne-baba ergen ilişkisi. *Eğitim ve Bilim, 45*(202), 263-281.

Cabral, J. (2008). Is generation Y addicted to social media. *Future of Children, 18*, 125.

Cengizhan, C. (2005). Öğrencilerin bilgisayar ve internet kullanımında yeni bir boyut: "İnternet bağımlılığı". *M.Ü. Atatürk Eğitim Fakültesi Eğitim Bilimleri Dergisi, 22*, 83-98.

Ceyhan, A. A. (2011). Ergenlerin problemli internet kullanım düzeylerinin yordayıcıları. *Çocuk ve Gençlik Ruh Sağlığı Dergisi, 18*(2), 85-94.

Coşkun, S. ve Saray Kılıç, H. (2022). Ergenlerin internet ve akıllı telefon bağımlılığının yalnızlık, uyku kalitesi ve akademik başarı düzeyleri ile ilişkisi. *Bağımlılık Dergisi, 23*(4), 511-521.

Çakır, Ö. ve Oğuz, E. (2017). Lise öğrencilerinin yalnızlık düzeyleri ile akıllı telefon. *Mersin Üniversitesi Eğitim Fakültesi Dergisi, 12*, 1–18.

Çavuş, S., Ayhan, B. ve Tuncer, M. (2016). Bilgisayar oyunları ve bağımlılık: üniversite öğrencileri üzerine bir alan araştırması. *İletişim Kuram ve Araştırma Dergisi,* 46, 265-289.

Çelik, T. (2020). *İnternet bağımlılığı sosyal uyum ilişkisi: İlköğretim örneği* (Yayın No. 642109) [Yüksek lisans tezi, İstanbul Gelişim Üniversitesi]. YÖK Ulusal Tez Merkezi.

Çolak, Ç., H. (2020). *Lise öğrencilerinde sosyal medya bağımlılığı ve duygu düzenleme becerilerinin kişilik özelliklerine ve çeşitli değişkenlere göre incelenmesi* (Yayın No. 640950). [Yüksek lisans tezi, Sakarya Üniversitesi]. YÖK Ulusal Tez Merkezi.

Demirci, M. (2016). *Üniversite öğrencilerinde madde bağımlılığı ve intihar ilişkisi* (Yayın No. 438367) [Yüksek lisans tezi, İstanbul Aydın Üniversitesi]. YÖK Ulusal Tez Merkezi.

Denzin, N. ve Lincoln, Y. (1998). *Handbook of qualitative research.* Thousand Oaks, CA: SAGE Publications.

Döner, M. (2018). *Özel lise öğrencilerinin yalnızlık ve umutsuzluk düzeyleriyle internet bağımlılığı düzeyleri arasındaki ilişkinin incelenmesi* (Yayın No. 535552) [Yüksek lisans tezi, İstanbul Gelişim Üniversitesi]. YÖK Ulusal Tez Merkezi.

Ekiz, D. (2015). *Bilimsel araştırma yöntemleri* (7. baskı). Anı Yayıncılık.

Erbay, E., Oğuz, N., & Yıldırım, B. (2016). Alkol ve madde bağımlılığı olan bireylerin başa çıkma tutumları. *Türkiye Sosyal Araştırmalar Dergisi*, 20(3), 598–612.

Ertemel, A. V., & Aydın, A. (2018). İnternet ve sosyal medya bağımlılığının öğrenciler üzerindeki etkileri. Eğitim ve Öğretim Araştırmaları Dergisi, 7(4), 1–10.

Fraenkel, J. R. & Wallen, N. E. (2006). *How to design and eveluate research in education.* Boston: McGraw-Hill.

Frison, E. & Eggermont, S. (2017). Browsing, posting, and liking on Instagram: The reciprocal relationships between different types of Instagram use and adolescents' depressed mood. *Cyberpscyhology, Behavior, and Social Networking,* 20, 603-609.

Gencer, H. (2017). *Ortaokul öğrencilerinde internet bağımlılığı ve siber zorbalık davranışları ile ilişkili değişkenlerin incelenmesi* (Yayın No. 454387) [Yüksek lisans tezi, Cumhuriyet Üniversitesi]. YÖK Ulusal Tez Merkezi.

Gezer, M. (2021). Araştırma probleminin tanımlanması. B. Çetin, M. İlhan ve M. G. Şahin (Eds.), Eğitimde araştırma yöntemleri: *Temel kavramlar, ilkeler ve süreçler* içinde (1. baskı, s. 133-159). Pegem Akademi.

Goodman, M. D. (1990). Addiction: Definition and implications. *British Journal of Addiction, 85*, 1403- 1408.

Göktaş, H., & Demirer, V. (2023). Lise öğrencilerinin nomofobi, akıllı telefon bağımlılığı ve akademik başarı düzeyleri arasındaki ilişki. *Eğitim Teknolojisi Kuram ve Uygulama*, *13*(1), 209–232.

Gönül, A. S. (2002). Patolojik internet kullanımı (İnternet bağımlılığı/Kötüye kullanımı).*Yeni Symposium,* 40, 105-110.

Gratton, C. & Jones, I. (2004). *Research methods for sport studies.* Routledge.

Greenfield, D. (2011). The addictive properties of internet usage in internet addiction: In K. S. Young and N. de Abreu (Eds.), *Internet addiction: A handbook a guide to evaluation and treatment* (pp.135-154). New Jersey: Wiley.

Guba, E. G. (1981). Criteria for assessing the trustworthiness of naturalistic inquiries. *Educational Communication and Technology Journal, 29*(2), 75-91.

Gülbahar, Y., Kalelioğlu, F. ve Madran, O. (2010, Ağustos). *Sosyal ağların eğitim amaçlı kullanımı*. XV. Türkiye'de internet konferansında sunulan bildiri, İstanbul Teknik Üniversitesi, İstanbul.

Jasper, M. A. (1994). Issues in phenomenology for researchers of nursing. *Journal of Advanced Nursing,* 309- 314.

Kalender, B., Şen Demirdöğen, E. ve Bahadır, E. (2023). Ergenlerde anne babaya bağlanma ve akıllı telefon bağımlılığı arasındaki ilişkide duygu düzenlemenin aracı rolü. *Bağımlılık Dergisi, 24*(3), 381-390.

Karaca, E. (2017). Üniversite öğrencilerinde internet bağımlılığı ve akademik başarı arasındaki ilişki. *Muş Alparslan Üniversitesi Eğitim Fakültesi Dergisi, 5*(1), 24-39.

Karadağ, E., & Kılıç, B. (2019). Öğretmen görüşlerine göre öğrencilerdeki teknoloji bağımlılığı. *Psikiyatride Güncel Yaklaşımlar, 11*(1), 101–117.

Kayri M. ve Günüç, S. (2016). Yüksek ve düşük sosyoekonomik koşullara sahip öğrencilerin internet bağımlılığı açısından karşılaştırmalı olarak incelenmesi. *The Turkish Journal on Addictions 3*(2): 165-183.

Kirk, J. & Miller, M. L. (1986). *Reliabilitiy and validity in qualitative research.* Beverly Hilss, CA: Sage.

Köten, E. ve Erdoğan, B. (2014). *Engelli gençler, sosyal dışlanma ve internet* (1. baskı). Gelişim Üniversitesi Yayınları.

Kuss, J. D., Griffiths, D. M., Karila, L. & Billieux, J. (2014). İnternet addiction: A sistematic review of epidemiological research for the last decade. *Current Pharmacuetical Design, 20*(25), 4026-4052.

Kwon, M., Lee, J. Y., Won, W. Y., Park, J. W., Min, J. A., Hann, C., Gu, X., Choi, J. H., & Kim, D. J. (2013). Development and validation of a smartphone addiction scale (SAS). *Plos One, 8*(2), e56936.

LeCompte, M. D., & Goetz, J. P. (1982). Problems of reliability and validity in ethnographic research. *Review of educational research, 52*(1), 31-60.

Lincoln, Y. & Guba, E. (1985). *Naturalistic inquiry: Establishing trustworthiness.* Beverly Hills.

Maslow, H. A. (1970). *Motivation and personality.* New York, NY: Harper & Row.

Merriam, S. B. & Tisdell, E. J. (2016). *Qualitative research: A guide to design and implementation* (4th ed.). Jossey Bass.

Miller, S. (2003). Analysis of phenomenological data generated with children as research participants. *Nurse Researcher, 10*(4), 8-82. DOI:

Nalwa, K. & Anand, A. P. (2003). İnternet addiction in students: A cause of concern. *Cyberpsychology and Behavior*, *6*(6), 653-656.

Odacı, H. ve Çikrikci, Ö. (2017). Problemli internet kullanımında depresyon, kaygı ve stres düzeyine dayalı farklılıklar. *Addicta: The Turkish Journal On Addictions,* 4, 41–61.

Oruçoğlu, O. (2020). *Üniversite öğrencilerinde akıllı telefon bağımlılığı, nomofobi ve yaşam doyumu arasındaki ilişkinin incelenmesi* (Tez No. 68820) [Yüksek Lisans Tezi, Üsküdar Üniversitesi]. YÖK Ulusal Merkezi.

Ögel, K. ve Çetin, B. (Eds.) (2018). *101 soruda bağımlılık* (2. baskı). Yeşilay Yayınları.

Ömer, O (2020). Smartphone addiction and fear of missing out: Does smartphone use matter for students' academic performance? *Journal of Computer and Education Research, 8*(15), 344-355.

Özbaşı, D. (2019). Problemi fark etme ve belirleme. K. Yılmaz ve R. S. Arık (Eds.), *Eğitimde araştırma yöntemleri* içinde (1. baskı, s. 102-126). Pegem Akademi.

Özdemir, M. (2010). Nitel veri analizi: Sosyal bilimlerde yöntembilim sorunsalı üzerine bir çalışma. *Eskişehir Osmangazi Üniversitesi Sosyal Bilimler Dergisi, 11*(1), 323-343.

Öztürk, M. (2021). Öğrencilerin akıllı telefon bağımlılığı ve interneti kullanma durumlarının incelenmesi. *KMÜ Sosyal ve Ekonomik Araştırmalar Dergisi, 23*(41), 266–278.

Patton. M. Q. (2002). *Qualitative research and evaluation methods* (3rd ed.). Thousand Oaks, CA: Sage Publications.

Salehan, M. & Negahban, A. (2013). Social networking on smartphones: When mobile pones become addictive. *Computers in Human Behaviour, 29*(6), 2632-2639.

Sarıgöz, G. (2023). Lise öğrencilerinde akıllı telefon bağımlılığının sağlığı geliştirme ve koruyucu davranışlara etkisi [Yüksek lisans tezi, Balıkesir Üniversitesi]. Balıkesir Üniversitesi Açık Erişim Sistemi. https://dspace.balikesir.edu.tr/xmlui/handle/20.500.12462/13502

Sırakaya, M. (2018). Ön lisans öğrencilerinin nomofobi düzeylerinin akıllı telefon kullanım durumlarına göre incelenmesi. *Mersin Üniversitesi Eğitim Fakültesi Dergisi*, *14*(2), 714-727.

Soysal, M. N. (2016). *Facebook bağımlılığı ve psikolojik dayanıklılık* (Tez No. 458746) [Yüksek Lisans Tezi, İstanbul Gelişim Üniversitesi]. YÖK Ulusal Merkezi.

Sönmez, V. ve Alacapınar, F. G. (2014). *Örneklendirilmiş bilimsel araştırma yöntemleri* (3. baskı). Anı Yayıncılık.

Söyler, S. ve Yıldırım Kaptanoğlu, A. (2018). Sanal uyuşturucu: İnternet. *Gümüşhane Üniversitesi Sağlık Bilimleri Dergisi, 7*(2), 37-46.

Tarı Cömert I. ve Kayıran S. M. (2010). Çocuk ve ergenlerde internet kullanımı. *Çocuk Dergisi, 10*(4), 166-170.

Taş, İ. (2018). Ergenlerde internet bağımlılığı ve psikolojik belirtilerin çeşitli değişkenler açısından incelenmesi. *Anemon Muş Alparslan Üniversitesi Sosyal Bilimler Dergisi, 6*(1), 31-41.

Tekin, O. (2020). Lise öğrencilerinin internet bağımlılık seviyelerinin genel akademik başarıları ve devamsızlık durumları ile ilişkisi. *Türk Eğitim Bilimleri Dergisi, 18*(1), 36-56.

Tsai, C. & Lin, S. J. (2001). Analysis of attitudes toward computer networks and internet addiction of Taiwanese adolescents. *Cyberpsychology and Behavior, 4*(3), 373- 376.

Türen, U., Erdem, H. ve Kalkın, G. (2017). Mobil telefon yoksunluğu korkusu (nomofobi) yayılımı: Türkiye'den üniversite öğrencileri ve kamu çalışanları örneklemi. *Bilişim Teknolojileri Dergisi*, *10*(1), 1-12.

Uğurlu, T. T., Şengül, C.B. ve Şengül C. (2012). Bağımlılık psikofarmakolojisi. *Psikiyatride Güncel Yaklaşımlar, 4*(1), 37-50.

Uzbay, İ. T. (2009). Madde bağımlılığının tarihçesi, tanımı, genel bilgiler ve bağımlılık yapan maddeler. *Meslek İçi Sürekli Eğitim Dergisi, 21*(22), 5-14.

Ümmet, D. ve Ekşi, F. (2016). Türkiye'deki genç yetişkinlerde internet bağımlılığı: yalnızlık ve sanal ortam yalnızlık bağlamında bir inceleme. *Addicta: The Turkish Journal on Addictions, 3*(1), 29-53.

Veznedaroğlu, B. (2023). *Bağımlılık.* https://www.baybarsveznedaroglu.com/bagimlilik adresinden 8 Kasım 2023 tarihinde erişim sağlanmıştır.

Yektaş, Ç., & Yüncü, Z. (2021). Çocuk ve ergenlerde teknoloji bağımlılığı: Önleyici ve tedavi edici yaklaşımlar. *Türkiye Klinikleri Çocuk Psikiyatrisi-Özel Konular, 7*(2), 72-80.

Yeşilay. (2023). *Bağımlılık Nedir?* https://www.yesilay.org.tr/tr/bagimlilik/ adresinden 10 Kasım 2023 tarihinde erişim sağlanmıştır.

Yıldırım, A. ve Şimşek, H. (2021). *Sosyal bilimlerde nitel araştırma yöntemleri* (12. baskı). Seçkin Yayıncılık.

Yıldırım, S. ve Kişioğlu, A. N. (2018). Teknolojinin getirdiği yeni hastalıklar: Nomofobi, netlessfobi, fomo. *SDÜ Tıp Fakültesi Dergisi*, *25*(4), 473-480.

Yılmaz, M., & Ulaş, M. M. (2022). Teknoloji bağımlılığına ilişkin öğretmen ve veli görüşlerinin incelenmesi. *Journal of Social, Humanities and Administrative Sciences, 8*(1), 79–92.

Young, K. S. (1999). *Internet addiction: Symptoms, evaluation and Treatment.* https://netaddiction.com/articles/symptoms.pdf adresinden 26.11.2023 tarihinde erişim sağlanmıştır.

Teachers' Opinions on Smartphone and Internet Addiction of Students and Suggestions for Solutions

Adem BAYAR, Harran University, ORCID ID: 0000-0002-8693-9523
Mehmet SÜRMELİOĞLU, Ministry of National Education, ORCID ID: 0000-0002-6058-9553

Highlights

- Today, smartphone and internet addiction among students is increasing gradually.
- This addiction is shaped not only by individual factors but also by social, psychological, biological, socio-cultural, economic, and familial factors.
- Multifaceted strategies need to be adopted for the solution.

Abstract

In this study, the reasons behind students' smartphone and internet addiction in schools affiliated with the Ministry of National Education and potential solutions were examined based on teachers' opinions. The research was conducted using a qualitative research method and a phenomenological design. The study group consisted of 12 public school teachers selected through convenience sampling, one of the purposive sampling methods. Data were collected through an 8-question semi-structured interview form and analyzed using descriptive analysis. According to the teachers, addiction is associated with bullying; habit, inability to quit, loss of control–lack of willpower, pleasure, obsession, withdrawal, introversion, time-wasting, and enslavement. The causes of students' addiction were identified as stemming from personal, psychological, biological, familial, social media-related, socio-cultural, economic, and peer-related sources. Teachers' proposed solutions to addiction include the following: Personal aspect: participation in social activities and taking responsibility; Psychological aspect: self-acceptance, making students feel valued, and participation in peer support groups; Biological aspect: body positivity and supporting individuals with physical disabilities; Family aspect: spending time together, setting time limits, showing affection and interest, and being a role model; Social media usage: controlled use, age restrictions, and awareness-raising; Socio-cultural aspect: respecting cultural differences and fostering a conscious environment; Economic aspect: discovering alternative income-generating opportunities and providing financial support; Peer aspect: building good friendships, organizing social group activities, and promoting face-to-face interaction. In this context, according to teachers' views, it is of great importance to approach awareness, guidance, and supervision processes in a holistic manner with the cooperation between school, family, and society.

Keywords: Addiction, Internet, Internet addiction, Smartphone

İnönü University
Journal of the Faculty of Education
Vol 26, No 3, 2025
pp. 1416-1458
DOI
10.17679/inuefd.1596104

Article Type
Research Article

Received
04.12.2024

Accepted
16.09.2025

Suggested Citation

Bayar, A. & Sürmelioğlu, M. (2025). Teachers' opinions on smartphone and internet addiction of students and suggestions for solutions. *Inonu University Journal of the Faculty of Education, 26*(3), 1416-1458. DOI: 10.17679/inuefd.1596104

1. Introduction

Today, due to the rapid development of technology, the use of smartphones and the internet has rapidly increased in societies. This situation has positive effects as well as negative effects. Especially the addictive use of smartphones and the Internet by school-age individuals causes them to experience various psychological, social, moral, and academic problems (Öztürk, 2021). Addiction is expressed as a very broad concept in terms of meaning. In general terms, addiction is a situation in which a substance, person, or behaviour is dominated by a desire or will that is difficult to prevent. Addiction is a mentally diseased behaviour. Although addicted individuals suffer psychological, physical, and social damage, they tend to obsessively repeat and continue their actions with great desire (Uzbay, 2009). Individuals can be addicted to many things throughout their lives. Addiction can be to a substance, an object, or a behaviour. Every substance used uncontrollably or every action performed involves the risk of addiction (Ögel & Çetin, 2018). According to Uğurlu et al. (2012), addiction is a state of being overly fond of a substance or action that activates the sense of pleasure in individuals' brains, which is difficult to prevent. According to the definitions, addiction is the state of being overly fond of a substance or a behaviour despite its negative effects. Addiction causes various problems in the lives of individuals. Addicts also face various problems when they move away from the addictive substance or action. Substances that cause addiction damage the central nervous system, prevent individuals from thinking in a healthy way, and cause the use of these substances to be repeated. When the process works in this way, substances that provide pleasure are insufficient for the brain, and as a result, more of these substances are used. Addiction emerges at the end of these processes. Studies on addiction basically aim to understand smoking, alcohol, and drug addictions within the scope of substance addiction and to eliminate them by finding solutions (Erbay, Oğuz & Yıldırım, 2016). However, with the rapid development in technology in recent years, virtual (behavioural) addiction types such as internet addiction, phone addiction, social media addiction, computer and video addiction have started to be encountered very frequently in addition to substance addictions (Çavuş et al., 2016). In this context, the rapid development of technology in our age continues with addiction going beyond substance addiction and taking new forms. Examples of these are telephone addiction, internet addiction, social media addiction, etc. virtual addiction types have also emerged. Phone and internet addiction are within the scope of behavioural addiction. According to Bektaş (2018), addiction is divided into two large groups in the literatüre: substance addiction to cigarettes, alcohol, and drugs and behaviour addiction to actions other than substances.

Behavioural addiction is the repetitive continuation of an action in order to create pleasure and to avoid the current state of uneasiness, despite the fact that it has non-positive consequences (Goodman, 1990). When the literature is examined, it is seen that behavioural addictions do not contain chemicals that directly affect the brain, but are repetitive actions that are exhibited to get rid of mental disorders and stress. These behaviours affect individuals' feelings of pleasure and cause them to continue the behaviour. Behavioural addictions can be expressed as food addictions, shopping addiction, work addiction, internet and telephone addictions, technology addiction, etc. (Yaman et al., 2015; cited in Orucoğlu, 2020). According to Çakır and Oğuz (2017), smartphones are one of the most well-known communication tools with many features. Thanks to their advanced features, smartphones have started to be used instead of most devices with multiple features, especially computers. Aktaş and Yılmaz (2016) express the desire of individuals to use their smartphones nonstop and the stress and unhappiness they feel when their smartphones are not with them as smartphone addiction. Smartphone addiction is another type of technology addiction. The use of smartphones in places such as work and school with legal restrictions, in socially inappropriate situations and in situations that may pose a danger when driving a car reveals that the use of smartphones has become problematic (Salehan & Negahban, 2013). The internet facilitates people's lives in many areas such as transportation, communication, trade, information sharing, lessons, etc. However,

in addition to the conveniences it provides, excessive use of the internet causes addiction (Ceyhan, 2011). According to Young et al. (2000), internet addiction is an umbrella concept that includes various action and impulse control problems. This umbrella concept includes five subtypes of internet addiction: cyber sexual addiction, cyber relationship addiction, net compulsions, information overload, and computer addiction. As explained above, smartphone and internet addiction negatively affect individuals' work, school, family, and social lives as a result of excessive use and causes them to experience frequent problems.

No single factor alone can be sufficient to cause addiction. Various factors such as mental states of individuals, genetic predispositions, social environments and family structures are among the factors that cause addiction (Veznedaroglu, 2023). Psychological and biological factors have an important place in the formation of addiction. However, mental and behavioural factors of addiction should not be ignored. The first step on the road to addiction in individuals stems from feelings of curiosity and fear. Substance use or behaviours that start with the idea that 'one time is nothing' can turn into addiction in a very short time (Yeşilay, 2023). With the widespread use of smartphones, easy access to the internet has led to an increase in concerns about smartphone addiction. This type of addiction has emerged in parallel with the rapid development of information technologies and developments in media tools such as the internet and smartphones. Since smartphones started to function like computers at the same time, they started to be used very frequently and this situation led to addiction problems. Smartphone addiction, which is within the scope of behavioural addiction, has symptoms such as having difficulty in daily activities, having problems in impulse control and feeling deprived (Kwon et al., 2013). According to Cabral (2008), the widespread use of social media platforms such as Instagram and Pinterest increases smartphone addiction. In addition, the creation of online shopping platforms for phones has also increased the frequency of smartphone use. This situation causes smartphone use to turn into an addiction. Greenfield (2011) lists the addictive features of the internet in five items: content, accessibility, reinforcement, social and digital generation addictions. Kuss et al. (2014) listed the risk factors of internet addiction in four items: sociodemographic factors, factors related to internet use, psycho-social factors and concurrent symptoms. One of the most important reasons for internet addiction of young individuals is social networks such as Facebook, Twitter and Instagram, which want to increase the number of members day by day (Gülbahar et al., 2010). In general, if attention deficit, hyperactivity disorder, social phobia and mild depression are present in young people, problematic internet use behaviour increases (Gönül, 2002). As mentioned above, in summary, smartphone and internet addiction is affected by psychological, biological, spiritual and familial factors as well as social media platforms, shopping applications, etc. in the internet environment.

As a result of excessive use of smartphones, nomophobia occurs in individuals. Nomophobia is a state of psychological restlessness that individuals experience when they are involuntarily away from their smartphones, when they run out of charge or when there is no network (Türen et al., 2017). Nomophobia, which develops as a result of smartphone addiction, which is one of the problems of the digital era, is accepted as an anxious problem (Sırakaya, 2018). According to Yıldırım and Kişioğlu (2018), studies reveal that symptoms such as breathing difficulties and panic attacks occur in nomophobic individuals. According to Ömer (2020), the increase in smartphone addiction negatively affects the academic performance of adolescents. In addition, excessive use of technology causes sleep problems as well as a decrease in students' academic achievement. According to Odacı and Çikrikçi (2017), adolescents who use the internet excessively become lonely and have problems in establishing social relationships. According to Tarı Cömert and Kayıran (2010), problematic internet use negatively affects the daily lives, academic achievement, mental health and healthy behaviour of adolescents worldwide. Tekin (2020) states that internet addicted students have problems getting up early in the morning and going to school, and this causes an increase in school absenteeism. Studies reveal that smartphone and internet addiction have consequences such as low academic achievement,

sleep problems, school absenteeism, problems in family ties and social relations, physical ailments, low self-confidence, etc., especially psychological disorders such as nomophobia (Göktaş & Demirer, 2023). According to Coşkun and Saray Kılıç (2022), it is important to organise appropriate intervention programmes in cooperation with families, school health nurses, teachers, relevant non-governmental organisations and media organs for the negativities caused by smartphone and internet addiction. In addition, training should be organised for adolescents to use such technologies effectively and beneficially. Kalender et al. (2023) state that informing families about smartphone addiction and creating the necessary awareness will be effective in preventing addiction.

Young (1999) stated that in order to cope with internet addiction, instead of completely banning internet use, internet use should be controlled. Altunkürek and Özçoban (2020) suggested that physical activities should be emphasised, leisure time should be used effectively, information should be given about effective coping methods with stress, and family and friend relations should be improved in order to prevent internet addiction in high school students. In order to protect students from internet addiction, it is important to inform them about the harms of the internet and to organise safe internet use training. Administrations, teachers and guidance services in schools should collaborate to identify students who are prone to internet addiction and take preventive measures (Tekin, 2020). As mentioned above, in order to prevent smartphone and internet addiction, students should be directed to physical and social activities, and training programmes should be organised at certain times for families and students on the conscious and safe use of smartphones and the internet.

Smartphone and internet use is rapidly becoming widespread, especially among adolescents, and this prevalence brings with it the risk of addiction. Akyürek (2020) stated that high school students' smartphone use increases their addiction levels and this may negatively affect academic achievement. Similarly, Karaca (2017) stated that there is a negative relationship between internet addiction and academic performance in a study conducted with university students. Yektaş and Yüncü (2021) drew attention to the importance of family, school and expert cooperation in combating technology addiction and emphasised that the development of social skills in children and adolescents is effective in reducing addiction. In addition, Sarıgöz (2023), in his study on high school students, revealed that smartphone addiction has negative effects not only on psychological but also on physical health. In this direction, it is supported by many studies that students should be directed to physical and social activities, families should be raised awareness and educational programmes should be organised to prevent smartphone and internet addiction (Akyürek, 2020; Karaca, 2017; Sarıgöz, 2023; Yektaş & Yüncü, 2021).

The studies mentioned above were mostly conducted on students, and the causes and effects of addiction were analysed in individual or family contexts. However, the number of qualitative studies that examine both causes and solutions based on teachers' opinions is limited. This study aims to fill this gap in the literature in terms of addressing the causes and solutions of smartphone and internet addiction in students together, based on teachers' observations and experiences.

In this direction, the purpose of this research is to reveal the causes and solutions of students' smartphone and internet addictions according to teachers. For this purpose, answers to the following questions were sought. According to the teachers;

1. What is the definition of the addiction concept?

2. What are the causes of students' smartphone and internet addictions?

3. What are the solutions for preventing students' smartphone and internet addictions?

2. Method

Under this heading, the research design, study group, data collection and analysis, validity and reliability, and ethics committee approval were mentioned, respectively.

2.1. Research Design

This research was conducted with a qualitative research method. Qualitative research is a process that allows observation, making sense, and interpretation of the phenomena studied in their environment (Denzin & Lincoln, 1998). Qualitative research is the process of knowledge production in which individuals analyse their own unknowns and discover the contents of social structures shaped by the efforts of individuals in society (Özdemir, 2010). This research was organised using a phenomenology research design within the framework of the qualitative research method. A phenomenon means something perceived with emotions. According to Yıldırım and Şimşek (2021), phenomenology is a qualitative research type that examines in depth the phenomena that we encounter in our lives but do not know about or do not dwell on. According to Fraenkel and Wallen (2006), phenomenology is concerned with determining how people perceive similar experiences and at which common point they meet in the inferences they make based on these perceptions. In this study, the phenomenology research design was used to reveal teachers' views on the concept of addiction and the reasons and solutions for students' smartphone and internet addictions.

2.2. Study Group

The study group of this research consists of 12 teachers determined by the convenience sampling technique, one of the purposive sampling methods. The convenience sampling technique is the creation of the sample from the closest people or objects on the basis of volunteerism due to constraints such as time and cost. This technique allows researchers to create their samples in the fastest way and does not require any strategy follow-up (Özbaşı, 2019). Patton (2002) defines the convenience sampling technique as the researchers' orientation towards parts that are difficult to reach and not difficult to reach when creating a sample. The participants consisted of 12 teachers working in educational institutions affiliated to the Ministry of National Education in the Merzifon district of Amasya province in the 2023-2024 academic year. In order to conduct the research in accordance with ethical principles, the identities of the participant educators were kept confidential, and each of them was assigned codes as G1, G2, G3, G4, G5, G6, G7, G8, G9, G10, G11, and G12.

Table 1.

Demographic characteristics of the participants

Sequence	Gender	Age	Occ. Seniority	Branch	Education Level	Role at School
G1	Male	50	28 year	Philosophy	Master’s	Teacher
G2	Female	39	17 year	Guidance	Bachelor's	Teacher
G3	Female	32	8 year	Chemistry	Master’s	Teacher
G4	Male	37	17 year	Turkish	Master’s	Teacher
G5	Female	39	16 year	Information Tec.	Master’s	Teacher
G6	Female	46	21 year	Classroom Teach.	Bachelor's	Teacher
G7	Male	54	30 year	Mathematics	Bachelor's	Teacher
G8	Male	58	35 year	Classroom Teach.	Bachelor's	Teacher
G9	Female	43	20 year	Turkish	Bachelor's	Teacher
G10	Female	47	24 year	English	Bachelor's	Teacher
G11	Female	54	27 year	Classroom Teach.	Bachelor's	Teacher
G12	Female	42	21 year	Turkish	Master	Teacher

According to Table 1, 33% of the participant teachers were male and 67% were female. Age ranges vary between 32-58 years. 42% of the participants have master's degree and 58% have bachelor's degree. Their professional experience ranged between 8 and 35 years and their branches varied.

2.3. Data Collection and Analysis

The interview questions were prepared in light of the data obtained after the literature review. Then, the opinions of an expert and a Turkish Language and Literature teacher were taken, and the interview form was created as a result of the feedback received. Then, the interview form was applied to two teachers as a pilot application and the final form of the form was decided according to their feedback. In the interview form, a total of nine open-ended questions were asked under two headings. The data collected as a result of the research was evaluated with the help of word frequency calculation.

In the study, the data were collected using a 'semi-structured interview form'. In semi-structured interviews, questions are prepared in advance. The place and time of the interview are determined in advance. Questions can be added to the form during the interview (Yıldırım & Şimşek, 2021). Semi-structured interview forms basically contain two parts. The first part asks for partially structured and bounded information, while the second part includes more flexible questions (Merriam & Tisdell, 2016).

The participants were given the necessary information about the research subject in order to answer the interview questions openly and sincerely, and the interviews were conducted by meeting on the day and time they deemed appropriate. Each interview lasted an average of 20 minutes. A voice recorder was used to prevent data loss by asking permission from the participants. Then, the recorded data was transferred to a Word document with the help of a computer without any addition or subtraction. The participants were coded systematically on the condition that their personal information remained confidential, and some of the responses were used as sample sentences in the findings section.

The data obtained in the interviews were analysed using descriptive analysis techniques. Descriptive analysis is the summarisation and interpretation of data within a predetermined framework (Yıldırım & Şimşek, 2021). According to Ekiz (2015), in descriptive analysis, the data is analysed in a superficial and simple way without going into too much detail.

2.4. Validity and Reliability

Validity in qualitative research is the unbiased examination of the researched topic as it is (Kirk & Miller, 1986). In order to reveal all aspects of the researched topic, researchers should use confirmation methods such as triangulation, participant confirmation and colleague confirmation. Consistency in the stages of data collection, analysis and interpretation is important to ensure internal validity (credibility). The generalisability of the results of the research is related to the external validity (transferability) of the research (Yıldırım & Şimşek, 2021). In qualitative research, consistency (internal reliability) and verifiability (external reliability) were determined as alternatives to the concept of reliability (Guba, 1981). Consistency is the level of compatibility of the results of research conducted by different researchers making similar observations on a particular subject (LeCompte & Goetz, 1982). Verifiability is the level at which the research results are the outputs of the subject studied, independent of the judgments of the researchers (Lincoln & Guba, 1985). In the stages of obtaining and analysing the research data, credibility was ensured through long-term interaction, expert review and participant confirmation; transferability through detailed description and purposive sampling; consistency through consistency review and verifiability through confirmation review.

2.5. Ethics Committee Approval

In this research, the Directive on Scientific Research and Publication Ethics of Higher Education Institutions was taken into consideration and the research was conducted by considering the ethical rules that should be considered in scientific research. It was determined to be ethically appropriate with the approval of Amasya University Institute of Social Sciences

Ethics Committee dated 11.12.2023 and numbered E-30640013-108.01-167113. It has been approved by the Social Sciences Ethics Committee that the research does not contain any ethical drawbacks.

3. Results

This study aims to reveal the causes and solutions of smartphone and internet addictions of students in educational institutions affiliated to the Ministry of National Education, according to teachers' opinions. The findings obtained as a result of the research are analysed under three headings: teachers' perceptions about the concept of addiction, their perceptions about the causes of students' smartphone and internet addictions, and their suggestions for solutions to prevent students' smartphone and internet addictions. The findings related to these themes are presented below.

3.1. Teachers' Perceptions of the Concept of Addiction

The findings obtained from the research were evaluated in order to adress the research questions. The first sub-problem of the research is 'What is the definition of the concept of addiction?'. The findings obtained from the teachers' answers to the first question of the research are given in Table 2.

Table 2.

Teachers' perceptions of addiction concept

Theme	Code	Frequency (f)
Addiction (f=28)	Habit	6
	Inability to give up	4
	Loss of control-lack of willpower	4
	Pleasure-enjoyment	3
	Fondness	3
	Deprivation	2
	Introversion	2
	Waste of time	2
	Captivity	2

When Table 2 is analysed, teachers' perceptions about the concept of addiction were evaluated through 28 opinions. According to teachers' opinions, the concept of addiction was coded as habit (f=6), inability to give up (f=4), loss of control-lack of willpower (f=4), pleasure-enjoyment (f=3), fondness (f=3), deprivation (f=2), introversion (f=2), waste of time (f=2) and captivity (f=2). In addition, it is noteworthy that the concept of addiction is perceived as multidimensional; psychological, social and behavioural effects are emphasised with different expressions. Sample sentences related to the codes in Table 2 are as follows. Let us review these sentences.

Some teachers who participated in the study shared their thoughts on the concept of addiction,

"Addiction is a harmful habit that distances a person from their family and surroundings" (G3).

"Addiction is; the continuation of behaviors that are done with love and pleasure, increasing over time, and the inability to give them up" (G6).

"It is the inability to control oneself in any matter" (G9).

"The pleasure derived from substance use or disordered behaviour is addiction" (G5).

"Addiction is a fondness that is difficult to give up" (G7).

"Addiction is an emotional state that causes deprivation in individuals" (G1).

"Addiction is when an individual isolates himself from his environment and becomes introverted" (G11).

"Addiction is a waste of time" (G4).
"Addiction is when an individual becomes captivated by a substance or behaviour" (G2).
""Addiction is the inability to exercise willpower, or lack of willpower" (G3).
"Habit can be described as pleasure" (G10).
"Addiction is excessive fondness" (G12).

3.2. Teachers' Opinions on the Reasons for Students' Smartphone and Internet Addiction

The second sub-problem of the research is 'What are the reasons for students' smartphone and internet addiction according to teachers?'. In line with the opinions of the teachers, the causes of smartphone and internet addiction are 1) Family-related, 2) Social media sourced, 3) Personal origin, 4) Friend origin, 5) Psychological origin, 6) Biological origin, 7) Socio-cultural situation origin and 8) Economic origin. These responses are shown in detail in Table 3 below.

Table 3.

Teachers' opinions on the causes of students' smartphone and internet addiction

Theme	Code	Frequency (f)
Family-related (f=16)	Attitude of parents	8
	Parental addiction	3
	Indifference-lovelessness	3
	Separation of spouses	2
Social media sourced (f=14)	Being interesting-encouraging	10
	Social acceptance-liking	4
Personal origin (f=13)	Asociality - lack of communication	6
	Lack of self - confidence - inadequacy	3
	Curiosity	2
	Emulation of others	1
	Pursuit of pleasure	1
Friend origin (f=13)	Unhealthy friendships	9
	Desire to be included in a group	4
Psychological origin (f=12)	Feeling of loneliness	5
	Psychological relief	3
	Lovelessness-indifference	2
	Attracting attention	2
Biological origin (f=12)	Self-dislike	10
	Physical disability	2
Socio-cultural situation origin(f=12)	Social environment	8
	Cultural differences	2
	Lack of education	2
Economic origin (f=12)	Financial inadequacies	9
	Earning easy money	3

When Table 3 is analysed, teachers' opinions on the reasons for students' smartphone and internet addictions were evaluated on the basis of themes and 104 opinions in total.

3.2.1. Family-Related Causes of Smartphone and Internet Addiction

According to the opinions of the teachers participating in the study, the causes of family-induced smartphone and internet addiction were coded as the attitude of parents (f=8), parental addiction (f=3), indifference-lovelessness (f=3) and separation of spouses (f=2). Sample sentences related to these codes are as follows. Let us review these sentences.

A teacher participating in the study expressed her opinion about the attitude of the parents as *"As a result of the excessive permissive or protective attitudes of the parents, the virtual environment becomes an escape area for students and paves the way for them to become addicted" (G3).* Similarly, another teacher expressed her opinion as *"Parents' attitudes towards*

their children can cause them to be addicted" (G9). Another teacher expressed her opinion on parental addiction as *"Parental addiction also paves the way for students to become addicted" (G5).* Similarly, a teacher expressed her opinion on the subject with the words *"Having addiction in the family causes addiction" (G12).* Another teacher emphasised the code of lovelessness-indifference and expressed his opinion as *"The indifference of families makes it easier for individuals to become addicted to smartphones and the internet" (G4).* Another teacher expressed her opinion on the same subject with the sentence *"Children who do not receive attention from their families can become addicted" (G6).* Another teacher also expressed her opinion with the words *"The fact that families do not show their love for their children causes addiction" (G3).* Finally, a teacher expressed his opinion about the separation of spouses as follows: *"Separation of spouses paves the way for students to be dependent" (G1).*

3.2.2. Causes of Smartphone and Internet Addiction Due to Social Media

According to the opinions of the teachers participating in the research, the reasons for smartphone and internet addiction caused by social media were coded as being interesting, encouraging (f=10) and social acceptance-liking (f=4). Sample sentences related to these codes are shown below. Let us review these sentences.

A teacher participating in the study emphasised the code of being interesting-encouraging and expressed her opinion with the words *"Social media is interesting for students and makes it easier for them to become addicted" (G9).* Similarly, another teacher expressed her opinion on the subject as *"Being interesting increases the possibility of addiction" (G6*). Another teacher expressed her opinion on the subject with the words *"The encouraging feature of social media makes it easier for children to become addicted" (G10).* Another teacher expressed her views on social acceptance and liking as *"Social media environment is perceived as a place of social acceptance and liking for students, which leads to addiction" (G5).* Similarly, a teacher expressed her thoughts on the subject with the words *"Students may turn to social media with the concern of being liked" (G11).*

3.2.3. Personal Causes of Smartphone and Internet Addiction

According to the opinions of the teachers participating in the study, the reasons for smartphone and internet addiction were coded as asociality-lack of communication (f=6), lack of self-confidence-inadequacy (f=3), curiosity (f=2), emulation of others (f=1) and pursuit of pleasure (f=1). Sample sentences related to these codes are shown below. Let us review these sentences.

A teacher participating in the study expressed his views on asociality-communication deficiency as *"Asociality can cause individuals to become addicted to smartphones and the internet" (G1).* Similarly, another teacher expressed her opinion on this issue with the words *"Lack of communication skills facilitates addiction" (G2).* Another teacher expressed her opinion about the lack of self-confidence and inadequacy as *"Lack of self-confidence can push people to be dependent" (G5).* Similarly, a teacher drew attention to inadequacy with the words *"Students' feeling inadequate leads them to be dependent" (G9).* Another teacher emphasised the code of curiosity and expressed her opinion as *"Addiction is primarily caused by the sense of curiosity" (G6).* Similarly, a teacher emphasised the importance of curiosity by saying, *"In some cases, excessive curiosity causes addiction" (G7).* Another teacher expressed her opinion about emulation of others with the sentence *"Individuals' emulation of others by moving away from their own selves causes addiction" (G3).* Finally, a teacher emphasised the code of pursuit of pleasure and expressed his opinion with the words *"Students' pursuit of individual pleasure makes it easier for them to become addicted to smartphones and the internet" (G4).*

3.2.4. Reasons for Smartphone and Internet Addiction Caused by Friends

According to the opinions of the teachers participating in the research, the reasons for smartphone and internet addiction caused by friends were coded as unhealthy friendships (f=9) and the desire to be included in a group (f=4). Sample sentences related to these codes are shown below. Let us review these sentences.

A teacher who participated in the study emphasised the code of wrong friendships and expressed her opinion with the words *"Unhealthy friendships established by students can lead them to undesirable behaviours such as smartphone and internet addiction" (G10).* The other teacher expressed his opinions on the same subject as *"Unhealthy friendships facilitate students' addiction" (G1).* Another teacher expressed his opinion about being included in a group as *"Individuals who do not have friends in social life and want to be included in a group can make friends more easily in the virtual environment" (G8).* Similarly, a teacher expressed her opinion on the subject with the words *"The desire to be included in a group is sometimes the cause of addiction" (G5).*

3.2.5. Psychological Causes of Smartphone and Internet Addiction

According to the opinions of the teachers who participated in the research, the reasons for psychologically based smartphone and internet addiction were coded as feeling of loneliness (f=5), psychological relief (f=3), lovelessness-indifference (f=3) and attracting attention (f=2). Sample sentences related to these codes are shown below. Let us review these sentences.

A teacher participating in the study expressed her opinion about the feeling of loneliness with the sentence *"Individuals' feeling lonely makes it easier for them to become addicted to smartphones and the Internet" (G6).* Similarly, another teacher expressed his opinion as *"Not being able to make friends and feeling lonely are the reasons for addiction" (G4).* Another teacher emphasised the code of psychological relaxation and expressed his opinion as *"Students may feel that they feel psychologically relaxed in the virtual environment." (G8*) Similarly, a teacher mentioned the importance of psychological relaxation with the words *"One of the reasons for addiction is temporary psychological relief" (G11).* Another teacher expressed his opinion about lovelessness-indifference as *"Lovelessness and indifference push individuals to smartphone and internet addiction" (G1).* Another teacher expressed her opinion as "*People who grow up in an unloving environment are prone to addiction" (G2).* Finally, a teacher expressed her opinion about attracting attention as *"When students cannot show themselves in real life, they may want to attract attention by existing in the virtual world" (G9).*

3.2.6. Biological Causes of Smartphone and Internet Addiction

According to the opinions of the teachers who participated in the research, the reasons for psychologically based smartphone and internet addiction were coded as self-dislike (f=10) and physical disability (f=2). Sample sentences related to these codes are shown below. Let us review these sentences.

A teacher who participated in the study expressed his opinion about self-dislike as *"Self-dislike due to their appearance causes students' addiction to smartphones and the internet" (G1).* Similarly, a teacher expressed her opinion on the subject with the words *"Individuals who do not like themselves in terms of appearance are prone to addiction" (G3).* Another teacher emphasised the code of being physically disabled and stated her opinion as *"Students' physical disabilities increase the possibility of being addicted" (G12).* Similarly, another teacher expressed her opinion on the subject with the sentence *"Hiding physical disability is sometimes a reason for addiction" (G5).*

3.2.7. Socio-Cultural Reasons for Smartphone and Internet Addiction

According to the opinions of the teachers participating in the research, the reasons for smartphone and internet addiction due to socio-cultural situation were coded as social environment (f=8), cultural differences (f=2) and lack of education (f=2). Sample sentences related to these codes are shown below. Let us review these sentences.

A teacher participating in the study expressed her opinion about the social environment with the sentence *"The behaviours of the people in the social environment of the students affect their dependency because they are models for the students" (G2).* Similarly, another teacher expressed his opinion as *"Students may be dependent due to the influence of people in their social environment" (G8).* Another teacher expressed her opinion about cultural differences as *"Problems between students from different cultures make the virtual environment attractive for some students" (G5).* Similarly, a teacher expressed his opinion with the words *"Addiction may be due to ideological and cultural differences" (G1).* Finally, a teacher emphasised the code of lack of education and stated her opinion as *"One of the reasons why students are addicted is lack of education" (G10).*

3.2.8. Economic Causes of Smartphone and Internet Addiction

According to the opinions of the teachers participating in the research, the reasons for economically based smartphone and internet addiction were coded as financial inadequacies (f=9) and earning easy money (f=3). Sample sentences related to these codes are shown below. Let us review these sentences.

A teacher who participated in the study emphasised the code of financial inadequacies and expressed her opinion with the words *"The fact that the life they cannot reach and aspire to because of financial inadequacies is in the virtual environment can make individuals addicted to these environments" (G11).* Similarly, another teacher expressed his opinion as *"Insufficient financial opportunities are one of the important reasons for student addiction" (G1).* Another teacher expressed her opinion about earning easy money as *"Since students see social media as a way to earn easy money, this situation can turn into addiction over time." (G2)* Similarly, another teacher expressed her opinion with the sentence *"The idea that I can easily earn money on the Internet facilitates addiction" (G9).*

3.3. Teachers' Opinions on the Solution of Students' Smartphone and Internet Addiction

The third sub-problem of the research is 'According to the teachers, what are the solution suggestions for the prevention of students' smartphone and internet addiction?'. In line with the opinions of the teachers, their suggestions for the solution of smartphone and internet addiction are respectively 1) In terms of family, 2) From a personal point of view, 3) Psychological aspects, 4) Biological aspects, 5) In terms of social media use, 6) In terms of friends, 7) In terms of socio-cultural status and 8) Economic aspects. These answers are shown in detail in Table 4 below.

Table 4.

Teachers' opinions on the solution of students' smartphone and internet addictions

Theme	Code	Frequency (f)
In terms of family (f=18)	Spending time together	8
	Setting time limits	4
	Showing love and interest	3
	Being an example	3
From a personal point of view (f=14)	Participation in social activities	9
	Taking responsibility	5
Psychological aspects (f=12)	Making them feel valued	6
	Self-acceptance	4

	Participation in peer support groups	2
Biological aspects (f=12)	Being at peace with appearance	10
	Supporting the physically disabled	2
In terms of social media use (f=12)	Controlled use	8
	Age restriction	2
	Information	2
In terms of friends (f=12)	Establishing good friendships	5
	Social group activities	5
	Face-to-face interaction	2
In terms of socio-cultural status (f=10)	Respect for cultural differences	6
	Conscious environment	4
Economic aspects (f=9)	Explore other income-generating options	6
	Providing financial support	3

When Table 4 is analysed, teachers' opinions on the solution of students' smartphone and internet addictions were evaluated over 99 opinions in total based on the themes.

3.3.1. Solution Suggestions Regarding Smartphone and Internet Addictions From the Family Perspective

According to the opinions of the teachers participating in the research, the solution suggestions for smartphone and internet addiction in terms of family were coded as spending time together (f=8), setting time limits (f=4), showing love and interest (f=3) and being an example (f=3). Sample sentences related to these codes are shown below. Let us review these sentences.

A teacher participating in the research expressed her opinion about spending time together as *"Families should spend more time with their children more often" (G7*). Similarly, another teacher expressed her opinion on this issue with the words *"It is important for family members to spend time together" (G6).* Another teacher expressed her opinion about setting time limits as *"Families should set time limits for their children in terms of smartphone and internet use" (G12).* Similarly, a teacher drew attention to setting a time limit with the words *"It is important to set a time limit by doing screen fasting at home to prevent addiction" (G4).* Another teacher emphasised the code of showing love and affection and expressed his opinion as *"Families can prevent their children from becoming dependent by showing them the necessary interest and love" (G1).* Similarly, another teacher emphasised the importance of showing love and interest by saying *"Families should show interest and love to children under all circumstances" (G8).* Finally, a teacher expressed his/her opinion about being an example with the words *"Families should be an example for their children about the use of smartphones and the internet" (G5).* Similarly, another teacher stated the importance of being an example with the words *"Parents should be a good example for their children" (G11).*

3.3.2. Solution Suggestions Regarding Smartphone and Internet Addictions From Personal Perspective

According to the opinions of the teachers participating in the research, the solution suggestions for smartphone and internet addiction from a personal perspective were coded as participation in social activities (f=9) and taking responsibility (f=5). Sample sentences related to these codes are shown below. Let us review these sentences.

A teacher participating in the research emphasised the code of participation in social activities and expressed her opinion as *"Students can get rid of addiction by participating in social activities such as sports and art" (G11).* Similarly, another teacher expressed her opinion as *"Participation in social activities such as sports, art, etc. can be possible" (G5).* Another teacher expressed his opinion about taking responsibility as *"Students can be made to take responsibility*

for their duties in their social lives" (G1). Similarly, another teacher emphasised the importance of taking responsibility by saying, *"Students can be made to take responsibility" (G10).*

3.3.3. Solution Suggestions for Smartphone and Internet Addictions From a Psychological Perspective

According to the opinions of the teachers who participated in the research, the solution suggestions for smartphone and internet addiction were coded as making them feel valued (f=6), self-acceptance (f=4) and participation in peer support groups (f=2). Sample sentences related to these codes are shown below. Let us review these sentences.

A teacher participating in the research expressed her opinion about making students feel valued as *"Making students feel that they are valuable can prevent them from becoming addicted to smartphones and the internet" (G6).* Similarly, another teacher expressed her opinion with the words *"Making individuals feel that they are valuable prevents them from being addicted" (G9).* Another teacher expressed her opinion about self-acceptance as *"Students should be made aware of the importance of accepting themselves as they are" (G2).* Similarly, another teacher expressed her opinion as *"Positive attitude and self-acceptance will reduce smartphone and internet addiction" (G1).* Finally, a teacher emphasised the code of participation in peer support groups and stated his/her opinion as *"Internet addiction can be prevented by ensuring the participation of individuals in peer support groups" (G5).* Similarly, another teacher emphasised the importance of participation in peer support groups with the words *"Participation in peer support groups can be a solution to prevent addiction" (G4).*

3.3.4. Solution Suggestions for Smartphone and Internet Addictions From a Biological Perspective

According to the opinions of the teachers participating in the research, the solution suggestions for smartphone and internet addiction from a biological point of view were coded as being at peace with appearance (f=10) and supporting the physically disabled (f=2). Sample sentences related to these codes are shown below. Let us review these sentences.

A teacher who participated in the research expressed her opinion about being at peace with appearance as *"Students can be made aware of the fact that each individual's appearance is a unique situation and they can be made to be at peace with their appearance" (G3).* Similarly, a teacher drew attention to being at peace with appearance with the words *"People who are at peace with their appearance are less prone to be dependent" (G10).* Another teacher emphasised the code of supporting the physically disabled and expressed her opinion as *"Students with physical disabilities can be supported with activities suitable for them and their dependency can be prevented" (G12).* Similarly, another teacher expressed her opinion on this issue with the words *"Individuals with physical disabilities should be supported" (G5).*

3.3.5. Solution Suggestions Regarding Smartphone and Internet Addictions in Terms of Social Media Use

According to the opinions of the teachers participating in the research, the solution suggestions for smartphone and internet addiction in terms of social media use were coded as controlled use (f=8), age restriction (f=2) and information (f=2). Sample sentences related to these codes are shown below. Let us review these sentences.

A teacher participating in the research emphasised the importance of controlled use and stated her opinion as *"Students should be informed about the controlled use of social media" (G2).* Similarly, another teacher expressed her opinion as *"Limited phone and internet use should be ensured" (G12).* Another teacher drew attention to the code of imposing an age restriction and expressed his opinion as *"At least a certain age restriction should be imposed on the use of social media" (G4).* Similarly, a teacher expressed her opinion on the subject with the words *"Social media use should be banned until a certain age" (G9).* Finally, a teacher expressed her

opinion about information as *“Students should be informed about the controlled use of social media” (G2).* Similarly, another teacher emphasised the importance of conscious use with the words *“Students should be informed for conscious use” (G1).*

3.3.6. Solution Suggestions Regarding Smartphone and Internet Addictions in Terms of Friends

According to the opinions of the teachers participating in the research, the solution suggestions for smartphone and internet addiction in terms of friends were coded as establishing good friendships (f=5), social group activities (f=5) and face-to-face interaction (f=2). Sample sentences related to these codes are shown below. Let us review these sentences.

A teacher who participated in the research stated his opinion about establishing good friendships as *“By establishing good friendships, students can avoid virtual environment addiction” (G1*). Similarly, a teacher drew attention to establishing good friendships with the words *“They should stay away from friends with addiction and establish good friendships” (G12).* Another teacher emphasised the code of social group activities and stated his opinion as *“Students can do social group activities such as reading books with their friends and sports activities” (G4).* Similarly, a teacher expressed her opinion on the subject with the words *“Social group activities that develop friendship relations can be organised” (G2).* Finally, another teacher expressed his opinion about face-to-face interaction with the sentence *“Students should give more space to face-to-face communication with their friends” (G8).* Similarly, another teacher expressed her opinion on the subject with the words *“Face-to-face communication should be preferred instead of social media” (G11).*

3.3.7. Solution Suggestions Regarding Smartphone and Internet Addictions in Terms of Socio-Cultural Situation

Two of the teachers participating in the study did not offer any opinions on how to address smartphone and internet addiction from a socio-cultural perspective. Based on the opinions of other teachers, their proposed solutions were coded as respect for cultural differences (f=6) and conscious environment (f=4). Example sentences for these codes are shown below. Let us review these sentences.

A teacher who participated in the research emphasized the code of respect for cultural differences, stating, *"Not excluding students due to cultural differences can prevent them from pursuing different pursuits" (G7).* Similarly, another teacher expressed his opinion as follows: *"It is important to be respectful of cultural differences" (G3).* Another teacher expressed his opinion on the conscious environment with the words, *"Students living in a socially conscious environment can help prevent them from becoming addicted" (G1).* Similarly, another teacher expressed his opinion on the subject with the sentence, *"Students living in a conscious environment can be prevented from becoming addicted" (G6).*

3.3.8. Solution Suggestions for Economically Smartphone and Internet Addictions

Three of the teachers participating in the study did not offer any opinions on how to solve smartphone and internet addiction from an economic perspective. Based on the opinions of other teachers, their proposed solutions were coded as exploring other income-generating options (f=6) and providing financial support (f=3). Example sentences for these codes are shown below. Let us review these sentences.

A teacher who participated in the research expressed his opinion on exploring other income-generating options as follows: *"They can be encouraged to explore other income-generating options outside of the virtual environment in order to generate economic gains" (G2).* Similarly, another teacher expressed his opinion on the subject as follows: *"Students can be informed about income-generating options other than the internet" (G1).* Another teacher emphasized the code of providing financial support, stating, *"Financial support can be provided to students who are financially disadvantaged and therefore deprived of social activities" (G4*).

Similarly, another teacher emphasized the importance of providing financial support by saying, *"Financial support can be provided to students who are financially disadvantaged through scholarships" (G6).*

4. Discussion, Conclusion and Recommendations

This current research has been conducted by applying the opinions of teachers working in schools at various educational levels affiliated with the Ministry of National Education. The researchers aim to reveal the teachers' perceptions of the concept of addiction in these educational institutions, the causes of students' smartphone and Internet addictions, and to offer solutions to the addiction problem. The findings of the study have been interpreted as follows.

The researchers observed that teachers perceived the concept of addiction as follows: Habit, Inability to give up, Loss of control-lack of willpower, Pleasure-enjoyment, Fondness, Deprivation, Introversion, Waste of time, and Captivity. A literature review of the study reveals various definitions of addiction. Addiction is defined as an individual's devoting excessive time to a situation, object, or event, to the point where it impacts their lives (Aktan, 2018). This definition broadly encompasses the code habit, loss of control, lack of willpower, pleasure-enjoyment, and waste of time. Addiction is a pathological behavioral pattern that causes individuals to encounter psychologically, physiologically, and socially undesirable situations (Demirci, 2016). It can also be said that this definition broadly encompasses the code's inability to give up, addiction, deprivation, introversion, and captivity.

Smartphone and internet addiction affect students in various ways. The researchers examined the causes of smartphone and internet addiction in terms of family-related, social media-sourced, personal, friend, psychological, biological, socio-cultural, and economic origins. *Family-related reasons* for smartphone addiction include the attitude of parents, parental addiction, indifference, lovelessness, and separation of spouses. In their research, Bilgin et al. (2020) revealed that conflicts among family members and perfectionist parental attitudes increase students' social media addiction. *The reasons related to social media* include being interesting, encouraging, and social acceptance and liking. According to Frison and Eggermont (2017), life satisfaction and happiness are often confused with freedom and acceptance in the world of social media. Individuals who believe they are happy on social media are, in fact, unhappy in their real lives. *Personal reasons* include antisocial behavior and lack of communication, lack of self-confidence and feelings of inadequacy, curiosity, emulation of others, and the pursuit of pleasure. In his research, Çolak (2020) states that students' personality traits, such as compliance, self-confidence, and self-control, influence their likelihood of becoming addicted. *Friend-related reasons* are seen as unhealthy friendships and a desire to be included in a group. According to Tsai and Lin (2001), internet addiction is influenced by individuals' social environments. Motivated by curiosity gained from their social surroundings, people who want to be active and popular online begin to communicate via the internet, which paves the way for addiction. *Psychological reasons* include feelings of loneliness, psychological relief, lovelessness-indifference, and attracting attention. Maslow (1970) stated that human behaviors are driven by unmet social needs such as love, friendship, and companionship, and that people engage in various behaviors to fulfill these needs. Ümmet and Ekşi (2016) indicated in their research that feelings of loneliness can lead to internet addiction. Ertemel and Aydın (2018) revealed that internet addiction increases the sense of loneliness and weakens students' social relationships. *Biological reasons* include self-dislike and having a physical disability. Döner (2018) identified changes in the brain, hormonal shifts, genetic factors, and similar elements as biological causes of problematic behaviors such as addiction. *Socio-cultural reasons* include social environment, cultural differences, and lack of education. Döner (2018) pointed out that with the advancement of technology, individuals now spend more time with technology and build their social networks through digital platforms. He also emphasized the difficulty in

predicting how both society and individuals will be affected by this situation. *Economic reasons* include financial inadequacies and earning easy money. According to Koçak and Yiğit (2020), many people use the internet to access information, socialize, play games, and generate income.

Teachers have offered several solutions regarding the causes of smartphone and internet addiction. *Solutions to family-related problems* include spending time together, setting time limits, showing love and interest, and being an example. According to Cengizhan (2005), families spending quality time with their children and helping them solve their problems can prevent children from becoming addicted to the internet. Tarı Cömert and Kayıran (2010) suggest that parents should set limits on the time their children spend on the internet. Yılmaz and Ulaş (2022) stated that both teachers and parents consider technology addiction a serious problem, and they recommend solutions such as encouraging children to participate in social activities, strengthening family communication, and limiting time spent in digital environments. *Solutions to personal-related problems* include participation in social activities and taking on responsibilities. According to Soysal (2016), instead of banning technology use, individuals should be encouraged to participate in social and sports activities to promote socialization. Cengizhan (2005) emphasizes that young people should take responsibility within the family and fulfill certain duties. Aktaş (2021) highlighted that increased access to digital tools during the pandemic has heightened addiction tendencies, especially among primary school students, and that teachers have suggested social activities to counteract this. *Solutions to psychological problems* include making them feel valued, promoting self-acceptance, and encouraging participation in peer support groups. Taş (2018) stated that providing psychological support to individuals can help reduce internet addiction. *Solutions to biological problems* include being at peace with appearance and supporting individuals with physical disabilities. According to Köten and Erdoğan (2014), in order to prevent internet addiction among individuals with disabilities, physical and social barriers that restrict them should be removed, and they should be encouraged to spend more time outside. *Solutions to problems arising from social media use* include controlled use, setting age restrictions, and providing information. According to Kayri and Günüç (2016), the internet usage of individuals who have easy access to technology should be monitored and certain limitations should be imposed. Tarı Cömert and Kayıran (2010) suggest that parents should monitor their children's internet access times. *Solutions to friend problems* include establishing good friendships, participating in social group activities, and encouraging face-to-face interactions. Ümmet and Ekşi (2016) emphasized the importance of enhancing children's social skills and helping them build fulfilling relationships in their social lives in order to prevent internet addiction. According to Tarı Cömert and Kayıran (2010), children should be given opportunities to communicate face-to-face with their peers. Gencer (2017) and Çelik (2020) reached similar conclusions in their studies. *Solutions to problems stemming from socio-cultural conditions* include respecting cultural differences and creating a conscious environment. Koçak and Yiğit (2020) emphasize the need to increase public awareness in order to prevent technology addiction. They highlight the importance of organizing activities aimed at preventing addiction. *Solutions to economic problems* include exploring other income-generating options, and providing financial support. According to Söyler and Yıldırım Kaptanoğlu (2018), organizing social activities with prizes, such as scholarships for winners, can be an effective strategy.

In this context, many studies on smartphone and internet addiction among students support the findings of this research, which is based on teachers' perspectives. This study, conducted in light of the existing literature, reveals that students' technology use is shaped not only by individual factors but also by social, psychological, biological, socio-cultural, and familial influences, and that comprehensive, multi-faceted strategies are needed to address the issue. Based on the results obtained in the study, the researchers have made several recommendations aimed at preventing smartphone and internet addiction among students, as well as guiding future researchers who intend to conduct studies on this topic.

- Social and sports activities can be organized to encourage students to spend quality time.
- Peer support groups can be established in schools to promote face-to-face and healthy communication among students.
- Activities can be carried out to support students in using social media in a controlled and conscious manner.
- Necessary measures can be taken to ensure that students grow up in a conscious environment and learn to respect cultural differences.
- Activities that help students develop self-esteem and accept their physical appearance can be organized.
- Families should be encouraged to spend time with their children, show them love and attention, and set a positive example regarding smartphone and internet use.
- Students can be guided to explore other income-generating opportunities outside of the internet, which they often see as an easy way to earn money, and they can be supported financially through various scholarships.
- The researchers who wish to study this topic further may conduct broader and more quantitatively supported studies in order to bring the issue to a more generalizable level.

Ethics Committee Approval: Ethical approval forthis research was obtained from the Ethics Committee of Amasya University Institute of Social Sciences with the decision dated 11.12.2023 and numbered E-30640013-108.01-167113.

Peer-review: Externally peer-review.

Author Contributions: The authors contributed equally to the research, authorship, and publication of this article.

Conflict of Interest: The authors declare no potential conflicts of interest related to the research, authorship and publication of this article.

Financial Disclosure: The authors ha received no financial support for the research, authorship and publication of this article.

Notice of Use of Artificial Intelligence: The authors did not utilise any artificial intelligence tools for the research, authorship and publication of this article.

References

Aktan, E. (2018). An Examination of university students' social media addiction levels based on various variables. *Erciyes Journal of Communication, 5*(4), 405–421. https://doi.org/10.17680/erciyesiletisim.379886

Aktaş, F. (2021). Teachers' opinions on digital addiction of primary school students during the pandemic. *Pamukkale University Journal of Education Faculty,* 50, 1–15.

Akyürek, E. (2020). The effect of high school students' smartphone use on their levels of addiction. *Turkish Journal of Educational Studies, 7*(2), 145–162.

Altunkürek, Ş. Z., & Özçoban, K. (2020). Internet addiction and healthy lifestyle behaviors of high school students. *Journal of Addiction, 21*(4), 275–284.

Batdı, V. (2021). Collection and analysis of qualitative data. In B. Çetin, M. İlhan, & M. G. Şahin (Eds.), *Research methods in education: Basic concepts, principles, and processes* (1st ed., pp. 201–228). Pegem Academy.

Bektaş, M. (n.d.). Behavioral addiction: Definition, types, and classification. In H. Ateş & A. Koçak (Eds.), *Combating addiction as a public policy* (1st ed., pp. 147–159). Nobel Publishing.

Bilgin, M., Şahin, İ., & Togay, A. (2020). Social media addiction in adolescents and parent-adolescent relationships. *Education and Science, 45*(202), 263–281.

Cabral, J. (2008). Is generation Y addicted to social media. *Future of Children, 18*, 125.

Cengizhan, C. (2005). A new dimension in students' computer and internet use: "Internet addiction." *M.U. Atatürk Faculty of Education Journal of Educational Sciences, 22,* 83–98.

Ceyhan, A. A. (2011). Predictors of adolescents' problematic internet use levels. *Journal of Child and Adolescent Mental Health, 18*(2), 85–94.

Coşkun, S., & Saray Kılıç, H. (2022). The relationship between adolescents' internet and smartphone addiction and loneliness, sleep quality, and academic achievement levels. *Journal of Addiction, 23*(4), 511–521.

Çakır, Ö., & Oğuz, E. (2017). The relationship between high school students' loneliness levels and smartphone use. *Mersin University Journal of Faculty of Education, 12*, 1–18.

Çavuş, S., Ayhan, B., & Tuncer, M. (2016). Computer games and addiction: A field study on university students. *Communication Theory and Research Journal*, 46, 265–289.

Çelik, T. (2020). *The relationship between internet addiction and social adjustment: An elementary school example* (Master's thesis, Istanbul Gelişim University). National Thesis Center of the Council of Higher Education. https://tez.yok.gov.tr

Çolak, Ç. H. (2020). *Examination of social media addiction and emotion regulation skills according to personality traits and various variables among high school students* (Master's thesis, Sakarya University). National Thesis Center of the Council of Higher Education. https://tez.yok.gov.tr

Demirci, M. (2016). *The relationship between substance addiction and suicide in university students* (Master's thesis, Istanbul Aydın University). National Thesis Center of the Council of Higher Education. https://tez.yok.gov.tr

Denzin, N. ve Lincoln, Y. (1998). *Handbook of qualitative research*. Thousand Oaks, CA: SAGE Publications.

Döner, M. (2018). *Examining the relationship between loneliness, hopelessness levels, and internet addiction levels of private high school students* (Master's thesis, Istanbul Gelişim

University). National Thesis Center of the Council of Higher Education. https://tez.yok.gov.tr

Ekiz, D. (2015). *Scientific research methods* (7th ed.). Anı Publishing.

Erbay, E., Oğuz, N., & Yıldırım, B. (2016). Coping attitudes of individuals with alcohol and substance addiction. *Journal of Turkish Social Research, 20*(3), 598–612.

Ertemel, A. V., & Aydın, A. (2018). Effects of internet and social media addiction on students. *Journal of Educational and Instructional Studies, 7*(4), 1–10.

Fraenkel, J. R. & Wallen, N. E. (2006). *How to design and eveluate research in education.* Boston: McGraw-Hill.

Frison, E. & Eggermont, S. (2017). Browsing, posting, and liking on Instagram: The reciprocal relationships between different types of Instagram use and adolescents' depressed mood. *Cyberpscyhology, Behavior, and Social Networking,* 20, 603-609.

Gencer, H. (2017). *Examination of variables related to internet addiction and cyberbullying behaviors among middle school students* (Master's thesis, Cumhuriyet University). National Thesis Center of the Council of Higher Education. https://tez.yok.gov.tr

Gezer, M. (2021). Defining the research problem. In B. Çetin, M. İlhan, & M. G. Şahin (Eds.), *Research methods in education: Basic concepts, principles, and processes* (1st ed., pp. 133–159). Pegem Akademi.

Goodman, M. D. (1990). Addiction: Definition and implications. *British Journal of Addiction, 85,* 1403–1408.

Göktaş, H., & Demirer, V. (2023). The relationship between nomophobia, smartphone addiction, and academic achievement levels among high school students. *Educational Technology Theory and Practice, 13*(1), 209–232.

Gönül, A. S. (2002). Pathological internet use (internet addiction/misuse). *Yeni Symposium,* 40, 105–110.

Gratton, C., & Jones, I. (2004). *Research methods for sport studies*. Routledge.

Greenfield, D. (2011). The addictive properties of internet usage. In K. S. Young & N. de Abreu (Eds.), Internet addiction: *A handbook—a guide to evaluation and treatment* (pp. 135–154). Wiley.

Guba, E. G. (1981). Criteria for assessing the trustworthiness of naturalistic inquiries. *Educational Communication and Technology Journal, 29*(2), 75–91.

Gülbahar, Y., Kalelioğlu, F., & Madran, O. (2010, August). *Use of social networks for educational purposes*. Paper presented at the XV. Internet Conference in Turkey, Istanbul Technical University, Istanbul.

Jasper, M. A. (1994). Issues in phenomenology for researchers of nursing. *Journal of Advanced Nursing, 20*(2), 309–314.

Kalender, B., Şen Demirdöğen, E., & Bahadır, E. (2023). The mediating role of emotion regulation in the relationship between adolescent attachment to parents and smartphone addiction. *Journal of Addiction, 24*(3), 381–390.

Karaca, E. (2017). The relationship between internet addiction and academic achievement among university students. *Muş Alparslan University Journal of Faculty of Education, 5*(1), 24–39.

Karadağ, E., & Kılıç, B. (2019). Technology addiction among students according to teachers' views. *Current Approaches in Psychiatry, 11*(1), 101–117.

Kayri, M., & Günüç, S. (2016). A comparative study of internet addiction among students from high and low socioeconomic status. *The Turkish Journal on Addictions, 3*(2), 165–183.

Kirk, J., & Miller, M. L. (1986). *Reliability and validity in qualitative research*. Beverly Hills, CA: Sage.

Köten, E., & Erdoğan, B. (2014). *Disabled youth, social exclusion, and the internet* (1st ed.). Gelişim University Publications.

Kuss, J. D., Griffiths, D. M., Karila, L., & Billieux, J. (2014). Internet addiction: A systematic review of epidemiological research for the last decade. *Current Pharmaceutical Design*, *20*(25), 4026–4052.

Kwon, M., Lee, J. Y., Won, W. Y., Park, J. W., Min, J. A., Hann, C., Gu, X., Choi, J. H., & Kim, D. J. (2013). Development and validation of a smartphone addiction scale (SAS). *Plos One, 8*(2), e56936. https://doi.org/10.1371/journal.pone.0056936

LeCompte, M. D., & Goetz, J. P. (1982). Problems of reliability and validity in ethnographic research. *Review of Educational Research*, *52*(1), 31–60.

Lincoln, Y., & Guba, E. (1985). *Naturalistic inquiry: Establishing trustworthiness*. Beverly Hills, CA.

Maslow, H. A. (1970). *Motivation and personality*. New York, NY: Harper & Row.

Merriam, S. B., & Tisdell, E. J. (2016). *Qualitative research: A guide to design and implementation* (4th ed.). Jossey-Bass.

Miller, S. (2003). Analysis of phenomenological data generated with children as research participants. *Nurse Researcher*, *10*(4), 78–82. https://doi.org/10.7748/nr2003.04.10.4.78.c5931

Nalwa, K., & Anand, A. P. (2003). Internet addiction in students: A cause of concern. *Cyberpsychology and Behavior*, *6*(6), 653–656. https://doi.org/10.1089/109493103322725441

Odacı, H., & Çikrikci, Ö. (2017). Differences in depression, anxiety, and stress levels based on problematic internet use. *Addicta: The Turkish Journal on Addictions*, 4, 41–61.

Oruçoğlu, O. (2020). *Examining the relationship between smartphone addiction, nomophobia, and life satisfaction among university students* (Master's thesis, Üsküdar University). National Thesis Center of the Council of Higher Education. https://tez.yok.gov.tr

Ögel, K., & Çetin, B. (Eds.). (2018). *Addiction in 101 questions* (2nd ed.). Yeşilay Publications.

Ömer, O. (2020). Smartphone addiction and fear of missing out: Does smartphone use matter for students' academic performance? *Journal of Computer and Education Research*, *8*(15), 344–355.

Özbaşı, D. (2019). Recognizing and defining the problem. In K. Yılmaz & R. S. Arık (Eds.), *Research methods in education* (1st ed., pp. 102–126). Pegem Akademi.

Özdemir, M. (2010). Qualitative data analysis: A study on the methodological problem in social sciences. *Eskişehir Osmangazi University Journal of Social Sciences*, *11*(1), 323–343.

Öztürk, M. (2021). Investigation of students' smartphone addiction and internet usage status. *KMU Journal of Social and Economic Research*, *23*(41), 266–278.

Patton, M. Q. (2002). *Qualitative research and evaluation methods* (3rd ed.). Thousand Oaks, CA: Sage Publications.

Salehan, M., & Negahban, A. (2013). Social networking on smartphones: When mobile phones become addictive. *Computers in Human Behavior*, *29*(6), 2632–2639. https://doi.org/10.1016/j.chb.2013.07.003

Sarıgöz, G. (2023). *The effect of smartphone addiction on health promotion and protective behaviors among high school students* (Master's thesis, Balıkesir University). Balıkesir University Open Access System. https://dspace.balikesir.edu.tr/xmlui/handle/20.500.12462/13502

Sırakaya, M. (2018). Examination of nomophobia levels of associate degree students according to smartphone usage status. *Mersin University Journal of Faculty of Education*, *14*(2), 714–727.

Soysal, M. N. (2016). *Facebook addiction and psychological resilience* (Master's thesis, İstanbul Gelişim University). National Thesis Center of the Council of Higher Education. https://tez.yok.gov.tr

Sönmez, V., & Alacapınar, F. G. (2014). *Illustrated scientific research methods* (3rd ed.). Anı Publishing.

Söyler, S., & Yıldırım Kaptanoğlu, A. (2018). Virtual drug: Internet. *Gümüşhane University Journal of Health Sciences*, *7*(2), 37–46.

Tarı Cömert, I., & Kayıran, S. M. (2010). Internet use among children and adolescents. *Journal of Child*, *10*(4), 166–170.

Taş, İ. (2018). Examination of internet addiction and psychological symptoms in adolescents according to various variables. *Anemon Muş Alparslan University Journal of Social Sciences*, *6*(1), 31–41.

Tekin, O. (2020). The relationship between high school students' internet addiction levels, general academic achievement, and absenteeism. *Turkish Journal of Educational Sciences*, *18*(1), 36–56.

Tsai, C., & Lin, S. J. (2001). Analysis of attitudes toward computer networks and internet addiction of Taiwanese adolescents. *Cyberpsychology and Behavior*, *4*(3), 373–376. https://doi.org/10.1089/109493101300210204

Türen, U., Erdem, H., & Kalkın, G. (2017). Prevalence of fear of missing out on mobile phones (nomophobia): A sample of university students and public employees from Turkey. *Journal of Information Technologies*, *10*(1), 1–12.

Uğurlu, T. T., Şengül, C. B., & Şengül, C. (2012). Psychopharmacology of addiction. *Current Approaches in Psychiatry, 4*(1), 37–50.

Uzbay, İ. T. (2009). History, definition, general information, and addictive substances of substance addiction. *Journal of Continuous Vocational Training, 21*(22), 5–14.

Ümmet, D., & Ekşi, F. (2016). Internet addiction among young adults in Turkey: A study in the context of loneliness and virtual loneliness. *Addicta: The Turkish Journal on Addictions*, *3*(1), 29–53.

Veznedaroğlu, B. (2023). *Addiction.* Retrieved November 8, 2023, from https://www.baybarsveznedaroglu.com/bagimlilik

Yektaş, Ç., & Yüncü, Z. (2021). Technology addiction in children and adolescents: Preventive and therapeutic approaches. *Turkey Clinics Journal of Child Psychiatry-Special Topics*, *7*(2), 72–80.

Yeşilay. (2023). *What is addiction?* Retrieved November 10, 2023, from https://www.yesilay.org.tr/tr/bagimlilik/

Yıldırım, A., & Şimşek, H. (2021). *Qualitative research methods in social sciences* (12th ed.). Seçkin Publishing.

Yıldırım, S., & Kişioğlu, A. N. (2018). New diseases caused by technology: Nomophobia, netlessphobia, and FOMO. *SDU Faculty of Medicine Journal*, *25*(4), 473–480.

Yılmaz, M., & Ulaş, M. M. (2022). Examination of teachers' and parents' opinions regarding technology addiction. *Journal of Social, Humanities and Administrative Sciences*, *8*(1), 79–92.

Young, K. S. (1999). *Internet addiction: Symptoms, evaluation, and treatment.* Retrieved November 26, 2023, from https://netaddiction.com/articles/symptoms.pdf.

İletişim/Correspondence
Prof. Dr. Adem BAYAR
adembayar@harran.edu.tr;
adembayar80@gmail.com

Mehmet SÜRMELİOĞLU
m.surmeli050@gmail.com