

**TÜRKİYE CUMHURİYETİ**  
**ÇAĞ ÜNİVERSİTESİ**  
**SOSYAL BİLİMLER ENSTİTÜSÜ**  
**PSİKOLOJİ ANA BİLİM DALI**

**ÇUKUROVA ÜNİVERSİTESİ ÇOCUK RUH SAĞLIĞI VE HASTALIKLARI  
POLİKLİNİĞİNE BAŞVURAN OKUL ÖNCESİ ÇOCUKLARDA MEDYA  
MARUZİYETİNİN UYKU ALIŞKANLIKLARI ÜZERİNDEKİ ETKİSİ VE  
İLİŞKİLİ FAKTÖRLER**

**TEZİ YAZAN**

**SEDA KARA**

**Danışman: Dr. Öğr. Üyesi Perihan ÇAM RAY (Çukurova Üniversitesi)**

**Jüri Üyesi: Prof. Dr. Ayşe AVCI**

**Jüri Üyesi: Prof. Dr. Gonca ÇELİK ( Çukurova Üniversitesi )**

**YÜKSEK LİSANS TEZİ**

**MERSİN / EKİM 2021**

**T.C. Çağ Üniversitesi Sosyal Bilimler Enstitüsü Müdürlüğü'ne:**

201910064 numaralı öğrencimiz olan **Seda KARA** tarafından hazırlanan “**Çukurova Üniversitesi Çocuk ve Ergen Ruh Sağlığı hastalıkları Polikliniğine Başvuran Okul Öncesi Dönemi Çocuklarda Medya Maruziyetinin Uyku Alışkanlıkları ve İlişkili Faktörlerin İncelenmesi**” başlıklı bu tez çalışması jüri üyelerimiz tarafından **oy birliği** ile Psikoloji Anabilim Dalı'nda **YÜKSEK LİSANS TEZİ** olarak kabul edilmiştir.

(Enstitü Müdürlüğünde Kalan Asıl Sureti İmzalıdır)

**Üniv.Dışı-Asıl Üye-Tez Danışmanı-Jüri Başkanı:Dr.Öğr.Üyesi Perihan ÇAM RAY**

(Enstitü Müdürlüğünde Kalan Asıl Sureti İmzalıdır)

**Üniv.İçi-Asıl Jüri Üyesi: Prof. Dr. Ayşe AVCI**

(Enstitü Müdürlüğünde Kalan Asıl Sureti İmzalıdır)

**Üniv.Dışı-Asıl Jüri Üyesi: Prof. Dr.Gonca ÇELİK**

(Çukurova Üniversitesi)

**ONAY**

**Yukarıdaki imzaların, adı geçen öğretim elemanlarına ait olduklarını onaylıyorum.**

25/ 10 / 2021

Doç. Dr. Murat KOÇ

Sosyal Bilimler Enstitüsü Müdürü

**Not: Bu tezde kullanılan özgün ve başka kaynaktan yapılan bildirimlerin, çizelge, şekil ve fotoğrafların kaynak gösterilmeden kullanımı, 5846 Sayılı Fikir ve Sanat Eserleri Kanunu'ndaki hükümlere tabidir.**

**İTHAF**

*Bu tez çalışmamı bana güç veren, beni her zaman destekleyen aileme,*

*sevgili eşime ve varlıklarıyla içimi ısıtan*

*canım çocuklarım*

*ARYA ve UYGAR'a*

*ithaf ediyorum.*

## ETİK BEYANI

Çağ Üniversitesi Sosyal Bilimler Enstitüsü Tez Yazım Kurallarına uygun olarak hazırladığım bu tez çalışmada;

- Tez içinde sunduğum verileri, bilgileri ve dokümanları akademik ve etik kurallar çerçevesinde elde ettiğimi,
- Tüm bilgi, belge, değerlendirme ve sonuçları bilimsel etik ve ahlak kurallarına uygun olarak sunduğumu,
- Tez çalışmada yararlandığım eserlerin tümüne uygun atıfta bulunarak kaynak gösterdiğimi,
- Kullanılan verilerde ve ortaya çıkan sonuçlarda herhangi bir değişiklik yapmadığımı,
- Bu tezde sunduğum çalışmanın özgün olduğunu, bildirir, aksi bir durumda aleyhime doğabilecek tüm hak kayıplarımı kabullendiğimi beyan ederim.

**Seda KARA**

**25/10/2021**

## *ATATÜRK'ÜN ANISINA*

*"Küçük hanımlar, küçük beyler! Sizler hepiniz geleceğin bir gülü, yıldızı ve ikbal ışığısınız. Memleketi asıl ışığa boğacak olan sizsiniz. Kendinizin ne kadar önemli, değerli olduğunuzu düşünerek ona göre çalışınız. Sizlerden çok şeyler bekliyoruz."*

*Mustafa Kemal Atatürk*

## TEŞEKKÜRLER

Tez sürecinde birlikte yol aldığımız, bir tez danışmanından daha fazlasını ifade eden, çalışmam sürecinde her zaman moral verip destek olan, bildiklerini biz öğrencilerine aktarmaktan keyif alan ve çok şey öğrendiğim **Dr. Öğr. Üyesi Perihan ÇAM RAY'a**, bilgisi, ışığı ve pozitif enerjisi ile her zaman yanımda olan çok değerli hocam **Prof. Dr. Ayşe AVCI'ya**, çok değerli **Prof. Dr. Gonca GÜL ÇELİK'e**, yüksek lisans eğitimim boyunca gelişmeye katkı sağlayan çokdeğerli hocalarım; **Prof. Dr. Şükrü UĞUZ'a**, **Dr. Mustafa KALE'ye** , **Dr. Seyda MAVRUK ÖZBİÇER' e** , **Dr. Kahraman KIRAL' a** minnettarım.

Hastanede verilerimi topladığım süre içerisinde mesleki anlamda farklı deneyimler kazanmama fırsat veren çok değerli Adli Olguları Değerlendirme Heyeti Üyesi **Prof. Dr. Necmi ÇEKİN' e** , ÇÜTF Çocuk ve Ergen Ruh Sağlığı Polikliniğinde görev alan tüm asistan doktorlara, poliklinikte görevli olan sekreter ve kat görevlilerine verdikleri sonsuz destek için teşekkür ediyorum.

Yüksek lisans eğitimiyle hayatıma dahil olan ve birlikte deneyimler kazandığım çok değerli arkadaşlarım **Meryem ÖZTÜRK**, **Nilgün ÇUKUROVA**, **Perçem ŞENLER** ve **Banu ÜNSAL' her zaman yanımda olarak beni motive ettikleri için teşekkür ediyorum.**

Lisans eğitimim sırasında tanıştığım, beraber okuyup, güldüğüm çok değerli arkadaşım **Nihan Nil ATASOY'a** her an çalışmamda fikirlerini benimle paylaştığı için ve yanımda olduğu için çok teşekkür ediyorum.

Sevgili **Çisem Neval İNCİ'ye** her daim yanımda ve destekçim olduğu için, **Güney DENGİZ'** benimle fikirlerini ve eşsiz bilgilerini paylaştığı için teşekkür ederim.

Hayatımda hiç vazgeçmeden yürümem gerektiğini öğreten canım annem **Harika UFUK'a** yürekten teşekkür ediyorum.

Tezimin örneklem grubunu oluşturan, gönüllü katılım sağlayan anne-babalara ve güzel çocuklara, saygılarımı ve sonsuz teşekkürlerimi sunarım.

## ÖZ

# ÇUKUROVA ÜNİVERSİTESİ ÇOCUK RUH SAĞLIĞI VE HASTALIKLARI POLİKLİNİĞİNE BAŞVURAN OKUL ÖNCESİ ÇOCUKLARDA MEDYA MARUZİYETİNİN UYKU ALIŞKANLIKLARI ÜZERİNDEKİ ETKİSİ VE İLİŞKİLİ FAKTÖRLER

**Seda KARA**

**Yüksek Lisans Tezi, Psikoloji Anabilim Dalı**

**Danışman: Dr. Öğr. Üyesi Perihan ÇAM RAY**

**Ekim 2021/ 116 Sayfa**

**Amaç:** Yaşadığımız pandemi sürecinde hem erişkin hem de çocukların hayatında önemli değişiklikler olmuştur. Bu süreçte, çocukların televizyon, telefon ve tablet gibi teknolojik araçlarla zaman geçirme sürelerinde artışlar meydana gelmiştir. Çalışmamızda, 3-6 yaş arasındaki çocukların medyaya maruz kalmalarının; uyku alışkanlıkları üzerindeki etkisinin ve bununla ilişkili faktörlerin incelenmesi amaçlandı.

**Yöntem:** Bu çalışma, ilişkisel tarama modelinde betimsel bir araştırma olarak tasarlandı. Çalışmaya, 25 Haziran 2021- 31 Ağustos 2021 tarihleri arasında Çukurova Üniversitesi Tıp Fakültesi Çocuk Psikiyatrisi polikliniğine başvuran 3-6 yaş arasında 70'i erkek, 39'u kız çocuğu ve aileleri alındı. Araştırmada veri toplama araçları olarak, “Kişisel Bilgi Formu”, ve çocuklar için “Aile İnternet Tutum Ölçeği”, “Çocuk Uyku Alışkanlıkları Ölçeği” ve “Anne-Baba Çocuk Yetiştirme Ölçeği” kullanıldı. Ölçekler katılımcılara yüz yüze uygulandı. Araştırmadan elde edilen veriler SPSS Version 22.0 paket programı ile analiz edilerek değerlendirildi.

**Bulgular:** Çalışmamızda, kız çocuklarının %53,84'inde, erkeklerin ise %44,2'sinde haftalık 8 saatten fazla tablet ve televizyon kullanım süreleri bildirildi. Okula giden çocukların anne babalarının demokratik tutum ( $t=3,964$ ,  $p<,001$ ) ve aile yakınlığı ( $t=2,383$ ,  $p<,05$ ) puanlarının okula gitmeyen çocuklardan anlamlı düzeyde daha yüksek olduğu saptandı. Çocukların uyku alışkanlıklarına bakıldığında, 6-9 saat arası uyku

süresi bulunan çocukların uyku alışkanlığı sıra ortalamalarının 10 saat ve üstü uyku süresi olanlardan anlamlı düzeyde daha yüksek, yani uyku problemlerinin daha fazla olduğu bulunmuştur ( $U= 927,5$ ,  $p<,05$ ). Televizyon kullanımına göre; 2 saatten fazla televizyon kullanan çocukların uyku alışkanlıkları 1 saatten 2 saate kadar kullananlardan anlamlı düzeyde daha yüksektir. Çocukların uyku alışkanlıkları ile aile kontrolü, aile yakınlığı ve babanın demokratik tutumu arasında negatif yönde ve düşük düzeyde (sırasıyla;  $\rho= -,223$ ,  $p<,05$ ;  $\rho= -,207$ ,  $p<,05$ ;  $\rho= -,231$ ,  $p<,05$ ); babanın otoriter tutumu arasında ise pozitif yönde düşük düzeyde anlamlı bir ilişki ( $\rho= ,266$ ,  $p<,05$ ) bulunmuştur. Aile kontrolü ve aile yakınlığının ise babanın demokratik tutum ile arasında pozitif yönde ve orta düzeyde anlamlı bir ilişkinin olduğu görülmektedir. Uyku alışkanlığı incelendiğinde, anne/baba eğitim düzeyi yükseköğrenim olan çocukların, daha az uyku sorunu olduğu görülmüştür. 2 saat ve üstü televizyon izleyen çocukların aile kontrolü puan ortalamalarının 2 saate kadar televizyon izleyen çocuklardan anlamlı düzeyde daha düşük olduğu görülmüştür ( $p<,05$ ). Tablet kullanan çocukların aile internet tutumları alt boyutlarından aile kontrolü ve aile yakınlığı puanlarının tablet kullanmayan çocuklardan anlamlı düzeyde daha yüksek olduğu görülmektedir ( $t= -2,078$ ,  $p<,001$ ,  $t=-2,090$ ,  $p<,05$ ). Gelir düzeyi 5651 TL ve üstü olan katılımcıların gelir düzeyi 0-2825 TL arası olanlara göre, hem aile kontrolü ve aile yakınlığı hem de demokratik tutum puan ortalamaları anlamlı düzeyde daha yüksek olduğu görülmektedir ( $p<,05$ ), uyku alışkanlığı sıra ortalamaları ise anlamlı düzeyde daha düşük bulunmuştur ( $p<,016$ ). Çocukların cinsiyetlerinin, yaşlarının uyku alışkanlıkları ve medya maruziyetleri üzerinde bir etkisi olmadığı bulunmuştur.

**Sonuç:** Aile kontrolü ve aile yakınlığı arttıkça uyku alışkanlığı sorunları da anlamlı olarak azalmaktadır/negatif yönlü ilişki söz konudur. Demokratik tutum arttıkça uyku alışkanlığı sorunları da anlamlı olarak azalmaktadır /negatif yönlü bir ilişki vardır. Otoriter tutum arttıkça uyku alışkanlığı sorunları da artmaktadır / pozitif yönlü ilişki tespit edilmiştir. Demokratik tutum arttıkça aile yakınlığı ve aile kontrolü de artmaktadır / pozitif ilişkili bulunmuştur. Ailelerin ekonomik düzeylerinin çocukların uyku alışkanlıkları, aile tutumları ve internet kullanımında etkili olduğu bulunmuştur. Ailelerin çocuk yetiştirme tutumlarının çocukların uyku alışkanlıkları üzerinde etkisi olduğu bulunmuştur.

**Anahtar Kelimeler:** Medya, Medya Maruziyeti, Uyku Alışkanlıkları, Okul Öncesi, Pandemi



**ABSTRACT**  
**CUKUROVA UNIVERSITY MENTAL HEALTH**  
**AND DESEASES MEDIA IN PRE-SCHOOL CHILDREN APPLYING TO THE**  
**POLYCLINIC EFFECT OF EXPOSURE ON SLEEPING HABITS AND**  
**RELATED FACTORS**

**Seda KARA**

**MASTER THESIS DEPARTMENT OF PSYCHOLOGY**

**ADVISOR: DR. Instructor Member Perihan ÇAM RAY**

**October 2021 , 116 Pages**

**Method:** This study was designed as a descriptive research in the relational survey model. The children aged between 3-6 years and their parents who had applied to the child psychiatry outpatients clinic of the faculty of medicine between 25th June, 2021 - 31st August, 2021 which 70 if the children was boys and 39 girls. The data collection tools in the research that was used were "Personal information form", and for children "family internet attitude scale", "child sleeping habits scale" and "Mother-Father child cultivation scale". The scale was administered to the participants face to face, also the data that was obtained were analyzed and evaluated with the SPSS version 22.0 package program.

**Results:** In our study, 53.84% of the girls and 44.2% of the boys had spent more than 8 hours a week on tablets and television use was reported. The children who currently attending school, Mothers and Fathers democratic attitude ( $t=3.964$ ,  $p<.001$ ) and family closeness ( $t=2.383$ ,  $p<.05$ ) scores was found to be significantly higher than the children who did not go school. When we look at childrens sleeping habits with 6-9 hours of sleeping habits are in order significantly higher than those with average sleep duration of 10 hours or more sleeping problems were found to be more ( $U= 927,5$ ,  $p<.05$ ).

According to the television usage; sleeping habits of children who use TV for more

than 2 hours from 1 hour to 2 hours is significantly higher than users. The childrens sleeping habits and family control between family closeness and fathers democratic attitude is negatively at a low level (Respectively;  $\rho = -.223, p < .05$ ;  $\rho = -.207, p < .05$ ;  $\rho = -.231, p < .05$ ); fathers authoritarian attitude a low level significant positive relationship ( $\rho = .266, p < .05$ ) was found. There is a positive and moderately significant relationship between family closeness and fathers democratic attitude when sleeping habits were examined, the level of the childrens parents with higher education have been found to have less sleeping problems 2 hours or more than the average family control score of children watching television for up to 2 hours was found to be significantly lower than the children ( $p < .05$ ). The family control of children who uses tablets scores of childrens family internet attitude sub-dimensions, it is seen that it is significantly higher than the children who do not use tablets ( $t = -2.078, p < .001, t = -2.090, p < .05$ ). The income level of the participants whose income level is 5651 TL and for those whose income level is between 0-2825 TL is to have both family control, family closeness and democratic attitude scores were to have a higher score. ( $p < .05$ ), sleeping habits scores were found to be significantly lower ( $p < .016$ ). Childrens gender and age was found to have no effect on their sleeping habits by the media exposure.

**Conclusion:** As family control and family closeness increase, sleeping habits problems increase significantly, however negative relationships is in questions. As democratic attitude increases, the sleeping habits problem also decrease significantly/ there is a negative relationship. As the authoritarian attitude increases sleeping habits problems are also increasing meaning a positive relationship has been determined. As the democratic attitude increases, the family closeness and family control also decreases/ found to be positively related of the families childrens sleeping habits, family attitudes in addition the internet use. Childrearing attitudes of families and childrens sleeping habits found to have an effect.

**Keywords:** Media, Media exposure, Sleeping habits, Pre-school, Pandemic.

## ÖNSÖZ

Bu tez çalışması dünyayı etkisi altına alan COVID - 19 döneminde, Çukurova Üniversitesi Çocuk ve Ergen Ruh Sağlığı ve Hastalıkları polikliniğine başvuran 3-6 yaş çocuklar ve aileleri ile yüz yüze görüşmeler yapılarak gerçekleştirilmiştir. Yapılan çalışma ile çocuk gelişimi ve psikoloji alanyazın çalışmalarına bilimsel katkı sağlaması hedeflenmiştir ve gelecekteki çalışmalara ışık tutulacağı düşünülmektedir. Belirlenen bu hedef doğrultusunda; aile tutumları ile çocukların medya maruziyeti ve uyku alışkanlıkları üzerindeki ilişkisi araştırılmıştır.

EKİM, 2021



## İÇİNDEKİLER

<b>KAPAK</b> .....	<b>i</b>
<b>ONAY</b> .....	<b>ii</b>
<b>İTHAF</b> .....	<b>iii</b>
<b>ETİK BEYANI</b> .....	<b>iv</b>
<b>ATATÜRK'ÜN ANISINA</b> .....	<b>v</b>
<b>TEŞEKKÜRLER</b> .....	<b>vi</b>
<b>ÖZ</b> .....	<b>vii</b>
<b>ABSTRACT</b> .....	<b>ix</b>
<b>ÖNSÖZ</b> .....	<b>xi</b>
<b>İÇİNDEKİLER</b> .....	<b>xii</b>
<b>KISALTMALAR</b> .....	<b>xiv</b>
<b>TABLolar LİSTESİ</b> .....	<b>xv</b>
<b>ŞEKİLLER LİSTESİ</b> .....	<b>xvii</b>
<b>EKLER LİSTESİ</b> .....	<b>xviii</b>
<b>1. GİRİŞ</b> .....	<b>1</b>
<b>2. GENEL BİLGİLER</b> .....	<b>8</b>
2.1 Kavram Ve Kuramlar.....	8
2.1.1.Çocuk .....	8
2.1.2. Çocukluk Çağları .....	9
2.1.3. 3 – 6 Yaş Bağımsız Çocukluk Dönemi .....	10
2.1.4. 3-6 Yaş Çocukların Temel İhtiyaçları.....	10
2.2. Jean Piaget'in Bilişsel Gelişim Kuramı .....	11
2.2.1. İşlem Öncesi Dönem .....	11
2.2.2. İşlem Öncesi Dönemin Genel Özellikleri (2-7 Yaş).....	12
2.3. Erikson'unPsiko- Sosyal Gelişim Dönemleri .....	14
2.4. Freud'a Göre Kişilik Gelişim Dönemleri .....	17
2.5. Aile Tutumları.....	19
2.5.1. Baumrid (1991)'e Göre Anne Baba Tutumları Sınıflaması .....	19
2.5.2. Maccoby ve Martin'in İki Boyutlu Bakış Açısı Modeli .....	21
2.6. Medya .....	24

2.6.1. Medyanın Uyku Üzerindeki Etkileri .....	25
2.6.2. Medyanın Çocukluk Çağındaki Etkileri ve Zararları .....	26
2.7. Bağımlılık .....	28
2.7.1. Davranışsal ( Olgusal) Bağımlılıklar .....	29
2.7.2. İnternet Bağımlılığı (İB) .....	29
2.8. Uyku.....	31
2.8.1. Non-REM Uyku Dönemi = NREM Uykusu.....	32
2.8.2. Çocuklarda Uyku .....	32
2.8.3. Yaşa Göre Uyku Özellikleri.....	33
2.8.4. Uyku Bozuklukları .....	34
2.8.5. Çocuklarda Uyku Hijyeni .....	35
<b>3. YÖNTEM.....</b>	<b>37</b>
3.1. Araştırmanın Modeli.....	37
3.2. Araştırmanın Evreni ve Örneklemi.....	37
3.3. Veri Toplama Araçları .....	38
3.4. Verilerin Analizi .....	40
<b>4. BULGULAR .....</b>	<b>42</b>
<b>5. TARTIŞMA VE SONUÇ .....</b>	<b>67</b>
5.1. Tartışma .....	67
5.2. Sonuç ve Öneriler .....	71
<b>KAYNAKÇA.....</b>	<b>75</b>
<b>EKLER.....</b>	<b>82</b>

**KISALTMALAR**

<b>SPSS</b>	: Statistical Package for the Social Sciences
<b>WHO</b>	: World Health Organization
<b>DSM- 5</b>	: Amerikan Psikiyatri Birliği Ruhsal Bozukluklarının Tanısal ve İstatistiksel Elkitabı 5. Baskı
<b>AİTÖ</b>	: Aile İnternet Tutum Ölçeği
<b>ÇUAA</b>	: Çocuk Uyku Alışkanlıkları Ölçeği
<b>ABTÖ</b>	: Anne -Baba Çocuk Yetiştirme Tutum Ölçeği
<b>DEHB</b>	: Dikkat Eksikliği ve Hiperaktivite
<b>TUİK</b>	: Türkiye İstatistik Kurumu
<b>İB</b>	: İnternet Bağımlılığı
<b>Ss</b>	: Sayfa sayısı
<b>Vb</b>	: Ve benzeri
<b>Vd</b>	: Ve diğerleri
<b>Vs</b>	: Vesaire

## TABLOLAR LİSTESİ

<b>Tablo 1.</b> Piaget Bilişsel Gelişim Dönemleri .....	14
<b>Tablo 2.</b> Erikson'un Psiko- Sosyal Gelişim Dönemleri.....	15
<b>Tablo 3.</b> Çocuklarda Yaşa göre Uyku Süreleri, .....	32
<b>Tablo 4.</b> Katılımcılara Ait Demografik Bilgiler .....	38
<b>Tablo 5.</b> Araştırmada Kullanılan Ölçeklerden Elde Edilen Puanların Dağılımları .....	42
<b>Tablo 6.</b> Okul Durumuna Göre Anne Baba Tutumu, Aile İnternet Tutumu ve Uyku Alışkanlıkları Puanlarının Dağılımı ve Analizleri .....	45
<b>Tablo 7.</b> Uyku Sürelerine Göre Anne Baba Tutumu, Aile İnternet Tutumu ve Uyku Alışkanlıkları Puanlarının Dağılımı ve Analizleri .....	46
<b>Tablo 8.</b> Tablet Kullanımına Göre Anne Baba Tutumu, Aile İnternet Tutumu, Uyku Alışkanlıkları Puanlarının Dağılımı ve Analizleri .....	48
<b>Tablo 9.</b> Telefon Kullanımına Göre Anne Baba Tutumu, Aile İnternet Tutumu ve Uyku Alışkanlıkları Puanlarının Dağılımı Ve analizleri.....	49
<b>Tablo 10.</b> Haftalık Telefon ve Tablet Kullanımına Göre Anne Baba Tutumu, Aile İnternet Tutumu ve Uyku Alışkanlıkları Puanlarının Dağılımı Ve analizleri	50
<b>Tablo 11.</b> Televizyon Kullanımına Göre Anne Baba Tutumu, Aile İnternet Tutumu ve Uyku Alışkanlıkları Puanlarının Dağılımı ve Analizleri .....	52
<b>Tablo 12.</b> Demokratik, Otoriter Tutum ve Aile Kontrolü ve Aile Yakınlığı Puanlarının Televizyon Kullanımına Göre İncelenmesi .....	53
<b>Tablo 13.</b> Anne Baba Tutumu, Aile İnternet Tutumu ve Uyku Alışkanlıkları Puanlarının Haftalık Televizyon Kullanımına Göre İncelenmesi .....	54
<b>Tablo 14.</b> Anne Eğitim Düzeyine Göre Anne Baba Tutumu, Aile İnternet Tutumu ve Uyku Alışkanlıkları Puanlarının Dağılımı ve Analizlerin İncelenmesi.....	55
<b>Tablo 15.</b> Demokratik, Otoriter Tutum ve Aile Kontrolü ve Aile Yakınlığı Puanlarının Anne Eğitim Seviyesine Göre İncelenmesi .....	57
<b>Tablo 16.</b> Baba Eğitim Düzeyine Göre Anne Baba Tutumu, Aile İnternet Tutumu ve Uyku Alışkanlıklarının İncelenmesi .....	59
<b>Tablo 17.</b> Demokratik, Otoriter Tutum ve Aile Kontrolü ve Aile Yakınlığı Puanlarının Baba Eğitim Seviyesine Göre İncelenmesi .....	60
<b>Tablo 18.</b> Gelir Düzeyine Göre Anne Baba Tutumu, Aile İnternet Tutumu ve Uyku Alışkanlıkları Puanlarının Analizlerinin İncelenmesi.....	62

<b>Tablo 19.</b> Demokratik, Otoriter Tutum ve Aile Kontrolü ve Aile Yakınlığı Puanlarının Gelir Düzeyine Göre İncelenmesi.....	64
<b>Tablo 20.</b> Anne Baba Tutumları, Aile İnternet Tutumları ve Uyku Alışkanlığı Arasındaki Korelasyonlar .....	65





## ŞEKİLLER LİSTESİ

<b>Şekil 1.</b> Baumrind'in (1991) Anne-Baba Tutumuna İlişkin Sınıflaması .....	20
<b>Şekil 2.</b> Maccoby ve Martin'in İki Boyutlu Bakış Açısı Modeli .....	21
<b>Şekil 3.</b> Teknolojinin Çocuk Gelişimi Üzerinde Olan Olumlu ve Olumsuz Etkisi, Okul Öncesinde Teknolojinin Rolü .....	28
<b>Şekil 4.</b> Gecikmiş uyku faz sonrası çocuklarda görülen sorunlar. ....	36



**EKLER LİSTESİ**

<b>Ek 1.</b> Etik Kurul İzin Talep Ve Onay Tutanak Formu.....	82
<b>Ek 2.</b> Kişisel Bilgi Formu .....	84
<b>Ek 3.</b> Çocuk Uyku Alışkanlıkları Ölçeği Çocuk Uyku Alışkanlıkları Anketi.....	86
<b>Ek 4.</b> Aile İnternet Tutum Ölçeği.....	90
<b>Ek 5.</b> Anne-Baba Çocuk Yetiştirme Tutumu Ölçeği .....	92
<b>Ek 6.</b> Ölçek ve Anket İzin Mailleri .....	93
<b>Ek 7.</b> Çağ Üniversitesi Sosyal Bilimler Enstitüsü Tez Etik Kurul İzin İstek Yazısı .....	95
<b>Ek 8.</b> Çağ Üniversitesi Etik Kurul İzin Yazısı .....	96
<b>Ek 9.</b> Tez Anket İzin, İstek Yazısı .....	97
<b>Ek 10.</b> Çukurova Üniversitesi Tez Anket İzin Yazısı.....	98

## 1. GİRİŞ

Bu bölümde; araştırmanın amacı, problemi, önemi, hipotezleri, sayıltıları, sınırlılıkları, tanımlamaları, kuramsal açıklamaları ve ilgili alanyazın araştırmaları hakkında bilgiler yer almaktadır.

Çocuk; sözlük anlamı olarak anne karnında ya da bebeklik çağı ile erginlik çağı arasındaki gelişme döneminde bulunan insandır. Tüm toplumlarda çocuklar, geleceğin yetişkinleri olarak özenle yetiştirilip, eğitilen ve mevcut olanakların en üst düzeyde kullanılarak, ihtiyaçları karşılanan değerli bireylerdir (Er, 2006). Evrensel bir olgu olarak her toplumda ve her kültürde çocukluk özel bir öneme sahiptir. Özel bir dönem olan çocukluğa her toplumun kültürel yüklemeleri farklılık göstermektedir (Aslan vd. 2019).

Doğum ile başlayıp altıncı yıla kadar olan döneme okul öncesi dönem denilmektedir. Bu dönem bireyin gelişimi için önemli basamaklardan oluşmaktadır (Çevik, 2019). Çocukluk beş dönem olarak incelenir. Bu çalışmada çocukluk dönemi erken çocukluk ve ilk çocukluk dönemi olarak adlandırılan gelişim dönemdir. Freud 3-6 dönemini “Fallik Dönem” olarak adlandırmakta, Piaget 2-7 dönemini “İşlem Öncesi Dönem” olarak adlandırmakta ve Ericson ise bu dönemi “Girişimciliğe Karşı Suçluluk” olarak adlandırmaktadır.

Gelişimin önemli dönemi olan erken çocukluk döneminde aile ile kurulan ilişkiler büyük önem arz etmektedir. Çocuğun dünyaya gelmesiyle birlikte ilk bağ kurduğu ve ilk etkileşime girdiği kişiler aile bireyleridir. Bu nedenle çocuğun ilk sosyal çevresini ailesi oluşturmaktadır. Bireyin gelişimi ve davranışları üzerinde en etkili olduğu bilinen yapı da içinde doğduğu ailedir. Aile; beslenme, barınma, güvenlik, karşılıksız sevgi ihtiyacı gibi insanın temel ihtiyaçlarının karşılandığı ortamdır (Özabacı-Erkan, 2014). Çocuklar doğumla birlikte sahip olduğu ebeveynlerin tutumlarına maruz kalırlar. Bu bir tecrübedir ve çocukların hayatında yaşantıya dönüşür. Ebeveynlerinin baskıcı, otoriter, demokratik, rahat, aşırı koruyucu ya da ihmalkar olma gibi tutumları çocukların yaşantılarında derin izler bırakmaktadır (Çevik, 2019).

Son yıllarda Yeni Koronavirüs Hastalığı (Covid-19)’nın çıkması ile birlikte çocukların hayatlarında bir çok şey değişmiştir. Yeni Koronavirüs Hastalığı (Covid-19)

ilk olarak Çin'in Hubei eyaletinin Wu-han şehrinde Aralık 2019'un sonlarında, solunum yolu belirtileri ile (ateş, öksürük, nefes darlığı) gelişen bir hastalık olarak gözlemlenmiş ve hastada yapılan araştırmalar sonucunda 13 Ocak 2020'de tanımlanan virüstür (T.C. Sağlık Bakanlığı, 2020). Kısa sürede salgın haline gelen hastalıkla mücadeleye başlanmıştır.

Tüm dünyada Covid-19 virüsünün halk sağlığını tehdit edecek seviyelere ulaştığı duyurulmuş ve acil durum ilan edilmiş, bu durumu 'pandemi' olarak nitelemiştir (DSÖ, 2020). Pandemi tanım olarak, "dünyaya yayılan bir salgın" demektir (Tongar, 2020). Türkiye'deki ilk vaka, T.C Sağlık Bakanlığı tarafından 10 Mart 2019 tarihinde açıklanmıştır. Aradan geçen ondokuz aylık süreçte birçok kişi hastalığa yakalanmış, birçok kişi de hayatını kaybetmiştir. Türkiye'de ilk vaka görüldükten sonra ülke genelinde insanlar psikolojik olarak etkilenmiştir. Psikolojik etkileri arasında enfekte olma korkusu, bilinmezlik, çaresizlik hisleri bulunmaktadır (Çankaya, 2020).

16 Mart 2020 tarihinde eğitimin her kademesinde eğitim-öğretime ara verildiği açıklanmıştır. 23 Mart 2020 tarihinde ise uzaktan eğitime geçileceği açıklanmış, televizyon ve internet (tablet, bilgisayar) kullanılarak eğitime devam edileceği duyurulmuştur.

Çocukların günlük yaşam rutinlerinin bozulması eğitim süresini olumsuz yönde etkilemekte ve bu da çocukların hem eğitim düzeylerinde düşüş oluşturabilmekte hem de ruhsal duygu durumlarında değişikliklere yol açabilmektedir. Spor ve fiziksel aktivitelere katılım; çocukların fiziksel sağlığına, duygu durumuna, zihinsel, sosyal ve hareket beceri gelişimlerini destekleyerek yaşam kalitesini olumlu yönde etkileyebilmektedir. Fakat "*Hayat eve sığar*", "*Evde kal Türkiye*", "*Biz evde kaldıkça güneş daha güzel doğacak*", "*Eskisi kadar yakın olamayız. Evde kalmaya çalışalım*" sloganları ile enfekte olmaktan korunmak, salgının yayılmasını engellemek adına çalışmalar başlamıştır. Bu önlemler kapsamında çocukların spor ve fiziksel aktivitelere katılımlarına kısıtlamaların getirilmesi çocukların hareket alanının kısıtlanmasına neden olmuştur (Yazıcı, Yazıcı, 2020).

Mart 2020'den itibaren sokağa çıkma yasağı, sosyal izolasyon ve fiziksel mesafe kısıtlamalarının getirilmesiyle çocuklar ve gençler dar ev alanı içerisinde aileleri ile uzun süre bir arada kalmak zorunda kalmışlardır. Bu uzun süreç içerisinde

sosyalleşememeleri, evdeki imkanların kısıtlı olması çocukların hayatlarındaki rutinlerini bozmuştur. Okuldan uzak kalmak, arkadaşlarından uzak kalmak çocukları psikolojik olarak etkilemiştir. Yaşanılan salgın dolayısıyla çocuklar strese maruz kalmışlardır. Stres faktörü, bireysel değişiklikler olmakla birlikte, çocuklarda uyku düzenini ve teknolojik alet kullanım oranını etkilemiştir (Yazıcı, Yazıcı, 2020).

Gelişen teknoloji ile birlikte internet kullanımının yaygınlaşması; bilgisayar, tablet, akıllı telefon gibi araçları hayatımızda çok önemli bir hale getirmiştir. Salgın dolayısıyla ev ortamında kalan çocukların internet kullanımının artmasına neden olmuştur. İnternet kullanımının ve teknolojik araçların hızla yaygınlaşması patolojik düzeyde kullanıma ve yeni bağımlılık türlerinin çıkmasına neden olmuştur. Son 10 yılda internet, bilgisayar, tablet ve akıllı telefon kullanımının olumsuz etkilerinin araştırıldığı birçok yayına rastlanmaktadır (Akçay, Yıldırımlar, 2018; Yılmaz, 2020). İlk yayınlar internetin patolojik kullanımı ve bağımlılık alanında olup bu alanda yapılmış birçok epidemiyolojik çalışma bulunmaktadır (Bilgöl Karagöz, 2017).

Erken çocukluk dönemi, olayların yaşantılar üzerinden ve tek yönlü olarak değerlendirildiği bir dönemdir. Bu dönemde çocuklar gördükleri ve işittikleri şeylerden yetişkinlerden daha fazla etkilenmektedir. Teknolojinin hayatın her alanında yaygın şekilde kullanılması ile birlikte çocukların elektronik cihazlarla etkileşim olasılığı da artmıştır ve çocuklar arasında uzun süre kullanımı söz konusu olmuştur (Akca ve Alkaya, 2019).

TÜİK verilerine göre 2021 yılında hanelerin %92,0'nının evden internete erişim imkanına sahip olduğu gözlenmiştir. Bu oran bir önceki yıl %90,7 olarak bildirilmiştir (TÜİK, 2021). Açıklanan bu oranlara bakıldığında toplumu oluşturan bir çok ailenin internet kullandığı görülmektedir.

İnternetin keşfinden günümüze değin olan tarihsel akış “internet bağımlılığı” ile başlayan, “patolojik internet kullanımı”, “problematik internet kullanımı”, “aşırı internet kullanımı”, “internet kullanım bozukluğu”, “kompulsif bilgisayar/ internet kullanımı” gibi terimlerle devam eden, “dijital oyun bağımlılığı”, “çevrim içi oyun bağımlılığı”, “çevrim içi kumar bağımlılığı”, “çevrim içi alışveriş bağımlılığı”, “çevrim içi seks bağımlılığı”, “sosyal medya bağımlılığı” ve “akıllı telefon bağımlılığı” gibi alt

türleri araştırılan alanlar olarak tanımlayan ve şemsiye tanı olarak “teknoloji bağımlılığı” ya da “dijital bağımlılık” olarak adlandırılmaktadır (Işık , Çetin, 2020).

Yapılan çalışmalarda patolojik internet kullanımını arttıran etkenlerden bir tanesi olarak internette geçirilen süre olarak belirtilmektedir. Yang’ın çalışmasında haftada 12 saat ve üzerinde internette vakit geçiren ergenlerde İB oranının anlamlı olarak yüksek olduğu bulunmaktadır (Ayçay ve Emiroğlu, 2016).

Sağlıklı yaşam için birçok önemli unsur bulunmaktadır. Bu ihtiyaçlarının en önemlilerden birisi de uykudur. Fiziksel ve ruhsal sağlığın sürdürülebilmesi için uyku en az beslenme ve nefes almak kadar önemlidir (Zaybak, 2012). Uykuda vücut dinlenme sağlar. Uykunun tedavi edici özelliği de bulunmaktadır. Uyku sırasında büyüme hormonu salgılanmaktadır ve vücutta bir çok fizyolojik faaliyet oluşmaktadır. Çocukluk döneminde uyku beyin gelişimi için öncelikli gereksinimlerden biridir. Okul öncesi dönemi çocuklarının aileleri çocukları uyumak istemediğinde geç yatmasına izin verme ya da zorla uyutma davranışını sergileyebilmektedirler (Turna, 2016).

Okul öncesi dönem çağında olan çocuklarda oluşabilecek uyku bozuklukları, çocukların sorunlar yaşamasına neden olabilmektedir. Yaşanabilecek sorunlar fiziksel ya da davranışsal olabilmektedir. 6 ay ile 5 yaş arasındaki çocuklarda uyku sorunları geçici olarak değerlendirilebilmektedir (Turna, 2016). Uyku sorunlarının azaltılabilmesi için, çocukların düzenini sağlamak adına uyku saatlerini aksatılmamasına dikkat edilmesi önemlidir. Çocuk uyumak istemiyorsa nedenleri araştırılmalıdır. Okul öncesi dönem çocuklarında uyku için uygun ortamın sağlanması gerekmektedir. Çocuğun yatacağı odanın ısısı, ışığı uygun düzeyde ayarlanmalıdır. Karanlık odada uyumak uykunun derin olduğu zamanda büyüme hormonlarını aktive etmektedir. Yeterli miktarda uyumayan çocuklar gelişimleri açısından risk altındadırlar ( Zembat, 2012). Çocukların içinde buldukları aile ortamı, ev içindeki uyku düzenleri, evde bakım veren kişi ile olan ilişkileri, evdeki sosyal ortamları uyku alışkanlıkları üzerinde etkili olan faktörlerden bazılarıdır (Yürümez, 2011). İnternet bağımlılığı da uyku sorunları arasında önemli bir yere sahiptir. Uyku sorunları ve internet bağımlılığı çocuklar ve ergenler arasında yaygındır ve bu durum ebeveynlerin temel endişelerinden biridir (YL- LungChen, Susan Shur- Fen Gau,2016). Uyku problemleri ve internet bağımlılığı arasındaki uzunlamasına ilişkileri incelemek, bu iki problemi önleme ve tedavi stratejileri geliştirmeye yardımcı olabilir (YL- LungChen, Susan Shur- Fen Gau,2016).

Yaşadığımız pandemi süreci dönemi ile birlikte çocukların hayatında bir çok değişiklik olmuştur. Ailelerin işlerini online olarak yürütmeleri ve çocukların da online eğitime geçmeleri ile beraber evde çocukları ile yeterli derecede kaliteli vakit geçirecek süreleri bulamamalarından kaynaklı çocukların televizyon, telefon ve tablet gibi teknolojik araçlarla zaman geçirme sürelerinde artış meydana gelmiştir. Uzun süre ekrana maruz kalmanın çocukların gelişiminde olumsuz etkileri olduğuna dair çalışmalar bulunmaktadır ( Yılmaz, 2020; Demireloğlu, 2020; Turna, 2016).

Bu noktada bu araştırmanın amacı, Çukurova Üniversitesi Çocuk Ruh Sağlığı ve Hastalıkları polikliniğine başvuran 3-6 yaş grubunda bulunan çocukların uyku alışkanlıkları ve teknoloji bağımlılıklarının, aile tutumlarının ve ilişkili faktörlerin incelenmesidir.

Ayrıca bu çalışma, 3-6 yaş arasındaki çocukların beyin gelişimlerinin hızlı olması dolayısıyla; dil, sosyal, bilişsel, fiziksel gelişimlerinin sağlıklı gelişebilmesi için gerekli olan uyku ve daha az teknolojik cihaza maruz kalmalarının faydalarına dikkati çekmektedir. Günümüzde sosyal izolasyonun sık olduğu pandemi döneminde bu konunun önemi artmıştır. O nedenle araştırmada bu çocukların ne kadar medyaya maruz kaldıklarının saptanması ve uyku gibi çocukların gelişiminde büyük rol oynayan faktörleri ne kadar etkilediğine dikkat çekmek hedeflenmektedir. Aynı zamanda ebeveyn tutumlarının çocukların uyku alışkanlıkları ve medya maruziyeti üzerindeki etkisinin incelenmesi de amaçlanmıştır.

Bu araştırma ilişkisel tarama modelinde betimsel bir araştırma olarak planlanmıştır (Karasar , 2016).

Çalışmanın evrenini 25.06.2021 - 31.08.2021 tarihleri arasında Çukurova Üniversitesi Tıp Fakültesi Çocuk ve Ergen Ruh Sağlığı ve Hastalıkları Polikliniğine başvuran ve mentalretardasyon, otizm spektrum bozukluğu, ağır nörolojik hastalıkları olmayan çocuklar oluşturmaktadır.

Bu araştırmanın problem cümlesi; “ 3-6 Yaş Arasındaki Çocuklarda Medya Maruziyetinin Uyku Alışkanlıkları Üzerindeki Etkisi ve İlişkili Faktörlerin İncelenmesi” olarak belirlenmiştir. “Pandemi döneminde okul öncesi dönemde olan 3-6 yaş arasındaki çocukların uyku alışkanlıkları ve teknoloji kullanımları, ailenin eğitimi

düzeyine, gelir durumuna ve çocuk yetiştirme tutumlarına göre farklılık göstermekte midir?" , şeklinde belirlenmiştir.

Bu probleme yönelik alt problemler ise şu şekilde belirlenmiştir.

Alt Problemler:

1. Çocukların medya maruziyeti düzeyleri anne/baba yaşına göre değişkenlik gösterir mi?
2. Çocukların medya maruziyet düzeyleri anne/baba eğitim durumuna göre değişkenlik gösterir mi?
3. Çocukların medya maruziyet düzeyleri gelir durumlarına göre değişkenlik gösterir mi?
4. Çocukların medya maruziyet düzeyleri cinsiyetlerine göre değişkenlik gösterir mi?
5. Çocukların medya maruziyeti düzeyleri uyku sürelerine göre değişkenlik gösterir mi?
6. Çocukların medya maruziyeti düzeyleri çocukların yaş grubuna göre değişkenlik gösterir mi?
7. Çocukların bilgisayar oyun bağımlılıkları düzeyleri uzaktan eğitim için kullandıkları teknolojik araçlara göre değişkenlik gösterir mi?

**Araştırmanın hipotezleri şu şekildedir;**

\* 3-6 yaş arasındaki çocukların uyku süreleri, uyku alışkanlıkları, anne babanın aile internet tutumları ve çocuk yetiştirme tutumları cinsiyete göre farklılaşmakta mıdır?

\* 3-6 yaş arasındaki çocukların uyku süreleri, uyku alışkanlıkları, anne babanın aile internet tutumları ve çocuk yetiştirme tutumları tablet kullanım süresine göre farklılaşmakta mıdır?

\* 3-6 yaş arasındaki çocukların uyku süreleri, uyku alışkanlıkları, anne babaların aile internet tutumları ve çocuk yetiştirme tutumları televizyon kullanım süresine göre farklılaşmakta mıdır?

\* 3-6 yaş arasındaki çocukların uyku süreleri, uyku alışkanlıkları, anne babaların aile internet tutumları ve çocuk yetiştirme tutumları gelir seviyesine göre farklılaşmakta mıdır?



\* 3-6 yaş arasındaki çocukların uyku süreleri, uyku alışkanlıkları, anne babaların aile internet tutumları ve çocuk yetiştirme tutumları anne eğitim düzeyine göre farklılaşmakta mıdır?

\* 3-6 yaş arasındaki çocukların uyku süreleri, uyku alışkanlıkları, anne babaların aile internet tutumları ve çocuk yetiştirme tutumları baba eğitim düzeyine göre farklılaşmakta mıdır?

\* 3-6 yaş arasındaki çocukların uyku süreleri, uyku alışkanlıkları, anne babaların aile internet tutumları ve çocuk yetiştirme tutumları okula gidip gitmeme durumuna göre farklılaşmakta mıdır?

\* 3-6 yaş arasındaki çocukların uyku süreleri, uyku alışkanlıkları, anne babaların aile internet tutumları ve çocuk yetiştirme tutumları arasında anlamlı bir ilişki var mıdır?

#### **Araştırmanın Sınırlılıkları**

1) Araştırma araştırmacı tarafından geliştirilen kişisel bilgi formu, aile internet tutumu ölçeği ve çocuk uyku alışkanlıkları anketi ile sınırlıdır.

2) Araştırma 3-6 yaş grubu ile sınırlandırılmıştır.

3) Elde edilen veriler ailelerin ve çocukların cevapları ile sınırlıdır.

4) Araştırma değişkenlerine ilişkin bulgular, belirlenen veri toplama araçlarına verilen cevaplarla sınırlıdır.

5) Araştırma değişkenlerine ilişkin bulgular elde edilen verilerin analiz edildiği istatistiksel analiz yöntemleri ile sınırlıdır.

#### **Araştırmanın Varsayımları**

Bu araştırmada veri toplama araçlarının güvenilir ölçme yaptığı ve katılımcıların soruları kendilerini yansıtacak şekilde cevapladıkları var sayılacaktır.

## 2.GENEL BİLGİLER

### 2.1 Kavram Ve Kuramlar

Bu çalışma 3-6 yaş grubu çocuklar ile yapıldığı için gelişim dönemlerinin sadece bu bölümü ele alınacaktır.

#### 2.1.1.Çocuk

Yetişkinlikten ayrı olan ve ayrı tutulması gereken çocukluk kavramı; 16. yüzyılın ortalarında belirginleşmiş ve 21. yüzyılda çocuk gelişimi, eğitimi, uygulamaları bakımından büyük bir bilgi birikimine sahip olunmuştur. Günümüz dünyasında çocuk ve çocukluk kavramını tanımlamak karışık bir hal almıştır ve çok fazla çeşitlilik vardır. Çocukluğun farklı yansımalarının; çocuk gelişimi ve eğitiminde coğrafi, kültürel, ekonomik, sosyolojik gibi bağlamların ön plana çıkarılması bir zorunluluk halini almış bulunmaktadır. 17. ve 18. yüzyıllarda gelişen modernist bakış açısının yansıması olarak farklı olan yönlerinden çok benzerliklerine yoğunlaşmış ve çocukluk kavramı evrensel bir niteliğe bürünmüştür ( Turan, Yükselen, 2017).

Çocuk sözlük anlamı olarak; anne karnında ya da bebeklik çağı ile erginlik çağı arasındaki gelişme döneminde bulunan insandır.Tüm toplumlarda çocuklar, geleceğin yetişkinleri olarak özenle yetiştirilip, eğitilen ve mevcut olanakların en üst düzeyde kullanılarak, ihtiyaçları karşılanan değerli bireylerdir (Er, 2006). Çocuğu ve çocukluk dönemini tanımlamaya çalışanların masumiyetten bilişsel yapıya, cinsellikten fiziksel gelişime dayanan çeşitli açıklamalar yaptıkları, ancak tanımların hepsinde ortak bir biçimde çocukları yetişkinlerden ayırmaya çalıştıkları görülmektedir. Çocuğa ve çocukluk dönemine ilişkin tanımlarda tarihsel süreç içerisinde farklılıklar görülebilir (Turan; Yükselen, 2017).

Çocukluğun kendisi başlı başına yaratıcılıktır, çeşitlilik içeren bir anlam yaratma dönemidir. Ulaşılmak istenilen idealize topluma ulaşmak; yaratıcı, çok yönlü, yeniliklere ve gelişmelere açık, anlam yaratmaya odaklanmış, önyargı kalıplarından arınmış, çeşitlilik barındıran ve farklılıklarla zenginleşen çocuklarla kurulacak sağlıklı iletişim ve uygun eğitim ile yapılabilir ( Turan, Yükselen, 2017).

## 2.1.2. Çocukluk Çağları

### Büyüme ve Gelişme Dönemleri

Yalçın (2010), Arı (2015), Seven (2016) ve Aral (2017) gelişim dönemleri 5'e ayırmış ve incelemişlerdir. Buna göre;

1. Doğum Öncesi (Prenatal) Dönem ( Döllenmeden doğuma kadar)
2. Bebeklik Dönemi (0-2 Yaş)
3. İlk Çocukluk Dönemi (3-6 Yaş)
4. İkinci Çocukluk Dönemi (7-11 Yaş)
5. Ergenlik Dönemi ( 12-18 Yaş)

İlk çocukluk dönemi çocukların bebeklik döneminden çıkarak yaşadıkları çevrenin farkında olmaya başladıkları zamandır. Bu dönemde anemistik düşünce vardır ve kız çocuklarda daha çok görülmektedir. Aynı zamanda kıskançlığın yoğun olduğu dönemdir. Yedi yaşına kadar hayali arkadaşları olabilmektedir. Dil gelişimi açısından çok soru sordukları bu dönemde gördükleri bir çok şeyi hızlı bir şekilde hafızaya alırlar. Dönemin özelliği olarak oldukça aktif ve hareketlidir. İnce motor becerileri de büyük ölçüde gelişmiştir (Şahin, Ceylan, 2016). Hareket etmek okul öncesi dönemi çocuğu için en iyi ve etkili iletişim yoludur ( Turan, Yükselen, 2017).

\*Beden uzar, gelişir, incelir.

\*Motor beceriler gelişir.

\*Bağımsızlık, kişisel kontrol ve özbakım gelişir.

\*Bilişsel olgunlaşma, hayali oyunlar görülür.

\* Yaşlıları ile yakın bağlar kurmaya başlar

### 2.1.3. 3 – 6 Yaş Bağımsız Çocukluk Dönemi

3 yaş basit sorumlulukları alışkanlık haline getirir (Erdoğan, 2016).3 yaşından sonra hızlı bir öğrenme ve taklit süreci başlar. 3 yaş taklit ve hızlı öğrenme, 4 yaş “ soru sorma çağı” dır . Niçin, neden soruları oldukça bunaltıcıdır. Her sorusu ciddiye alınmalıdır. Basit kısa ve anlatacağı tarz cevaplar verilmelidir. Cevabın gecikmesinden rahatsız olur. Çünkü geciken cevap için kendisine değer verilmediğini düşünür.Bilmiyorum cevabı karşısında oldukça şaşırır. Çünkü; onun gözünde anne–baba en bilgili insandır. Hızlı öğrenme temposu yüzünden 4 yaş çocuğun kafası bir hayli karışıktır. Bu yüzden konuşmalarında, ilgisiz, alakasız birçok ifadeye rastlayabilirsiniz. Bunun sebebi hayal ile gerçeğin iç içe girmiş olmasıdır. Örneğin; çizimlerinde konu ile hiç ilgisi olmayan motifler kullanır. Ev zannettiğimiz çizim onun gözünde ya da anlayışında ağaçtır. Yuvarlak çizimi için; “topu güzel çizmişsin” dersiniz, “hayır o bir araba” yanıtını alabilirsiniz. 4 yaş çocuğu, tabir yerindeyse “maymun iştahlı” dır. Başladığı işi yarım bırakır. Sorduğunun cevabını beklemeden ayrılıp gider ( Kuru 2013).

### 2.1.4. 3-6 Yaş Çocukların Temel İhtiyaçları

- Beslenme
- Uyku
- Güven
- Sevgi
- Saygı
- Benlik
- Kabul edilme
- Başarı
- Arkadaşlık
- Sorumluluk
- Özgürlük
- Tuvalet ( Aral, 2017).

Araştırma 3-6 yaş aralığını kapsadığından gelişim kuramları açıklanırken bu yaş aralığını kapsayan dönemler üzerinde durulmaktadır.

## 2.2. Jean Piaget'in Bilişsel Gelişim Kuramı

Piaget, bilişsel gelişim kuramında, olgunlaşma ile öğrenme arasındaki etkileşimin önemini vurgulamaktadır ve çocukların geçirdikleri yaşantılar ile biyolojik olgunlaşma düzeyleri arasında oluşan etkileşimin çocukların çevrelerini yorumlamasını sağladığını belirtmiştir (Turan, Yükselen, 2017).

Piaget kuramında çocukları doldurulabilecek boş bir levha olarak veya edilgen bireyler olarak görmediğini ifade etmiştir. Çocukların aktif bir birey olduklarını hatta kendilerine has yaratıcı dünyaları olduğunu ileri sürerek, çocuklar için “küçük birer bilim adamı” ifadesini kullanmıştır (Turan, Yükselen, 2017).

Çocukların ve yetişkinlerin anlama ve bilişsel yapılarının birbirinden farklı olduğunu ileri sürmüştür. Bilişsel gelişimin oluşabilmesi için olgunlaşmanın ve yaşantı kazanmanın gerektiğini vurgulamaktadır (Turan, Yükselen; 2017).

Bu gelişim dönemlerinin her biri belirli özellikler içermektedir ve 3-6 yaş dönemi Piaget'in bilişsel gelişim dönemlerinden olan işlem öncesi döneme (2-7 yaş) karşılık gelmektedir (Turan, Yükselen; 2017).

Piaget bilişsel gelişimi dört evreden oluşmaktadır. Bunlar;

1. 0-2 Yaş Duyusal- Edimsel Dönem
2. 2-7 Yaş İşlem Öncesi Dönem
3. 7-11 Yaş Soyut İşlem Dönemi
4. 11 ve sonrası, Soyut İşlem Dönemi

### 2.2.1. İşlem Öncesi Dönem

İşlem öncesi dönem, Piaget'in bilişsel gelişimi açıkladığı ikinci dönemdir. Yıldız, Bıçakçı ve Aral (2017) bu dönem içindeki çocukların düşüncelerinde ilerlemeler ve gelişmeler görüldüğünü paylaşmışlardır. Bu dönemde çocuklar dünyayı kelimeler, imgeler ve resimleri ile ifade ederler. Kavramlar oluştururlar ve basit mantıksal ilişkiler kurmaya başlarlar (Turan, Yükselen; 2017).

### 2.2.2. İşlem Öncesi Dönemin Genel Özellikleri (2-7 Yaş)

Piaget işlem öncesi dönemi sembolik işlevler evresi (2-4 yaş) ve sezgisel işlevler evresi (5-7 yaş) olarak ayırmıştır (Şahin, 2016).

- Sembolik işlevler görülmeye başlamıştır.
- Dil hızlı bir şekilde gelişir.
- Düşünceleri, davranışları ve konuşmaları ben merkezlidir.
- Konuşmalarda animizm ve monolog görülmektedir.
- Döngüsellik farklı biçimlerde de olsa devam etmektedir (Seven,2015).
- Sınıflama, kategorizasyon
- Algı temelli düşünce
- Tersine çevrilmezlik
- Korunum
- Tek boyutlu düşünme
- Benmerkezcilik (Egosantrizm) görülmektedir (Turan, Yükselen, 2017).

İşlem öncesi dönem işlevlerin yapılamadığı fakat işlevlerin yapılabilmesi için gerekli bilişsel yapıların kazanıldığı gelişim dönemidir (Arı, 2016). Bu evre iki alt evrede ele alınabilmektedir. Bu iki evreyi ayrı ayrı ele almak gereklidir. Bunlar;

- a) Sembolik dönem ya da kavram öncesi dönem (2-4 yaş)
- b) Sezgisel dönemdir.

Sembolik dönemde çocukların dil gelişimi oldukça hızlıdır. Hızlı bir şekilde nesnelere isimlerini öğrenmeye başlarlar. Bu evre sembolik oyunların gözlemlendiği dönemdir. Bu evrede bellek daha çok gelişir. Nesne ve olaylar ortamda bulunmasalar dahi sembolik oyunlarla ya da taklit yoluyla çocuk tarafından canlandırılmaya başlanır.

2-4 yaş arasında çocuklarda kısa- uzun, büyük- küçük, azlık- çokluk vb. kavramlar çocuklara göre değişiklik gösterebilir. Fakat 'çok ağır, çok fazla' gibi kavramları çocuklar bu dönemde anlayamazlar. Çocuklar yine bu evrede kavramsal temellere dayalı sınıflama yapmakta zorlanır veya yapamazlar (Arı, 2016).

Sezgisel evrede çocukların düşünme ve bir yargıya varmaları, olayların ve nesnelere fiziksel görünümünden etkilenmektedir. Bu evrede mantık kurallarına göre akıl

yürütüp, yargıya varamazlar. İşlem öncesi döneminde olan çocuklar; sayma ve karşılaştırma yaparken kendilerine özgü hatalar yapabilirler. Bunun nedeni sayı kavramıyla ilgilidir.

2-4 yaş çocuklarda egosantrik düşünme hakimdir. Bu sebeple kendilerini başkasının yerine koyup düşünemezler. Egosantrik (ben merkezci) düşünce diğer çocuklarla ilişkilerinde de gözlenmektedir. Bu yaş grubundaki çocuklar bir araya geldiklerinde aynı şeyle meşgulmüş gibi görünmelerine rağmen, farklı amaçlarla kendi oyunlarını oynarlar. Bu tür oyunlara “paralel oyun” denilmektedir. Bu dönem çocuklar birbirlerinin konuşmalarına aldırılmaz veya kendi söylediklerini de diğerlerinin anlayıp anlamadığını düşünmez, buna dikkat etmezler. Bu tür konuşmaya “toplu monolog” denilmektedir (Arı, 2016).

4-6 yaş çocukların oyuncaklarıyla konuşması da çok sık gözlenen davranışlardandır. Oyuncaklarına ve nesnelere kimlik verdikleri görülür. Oyuncaklarıyla konuştuğlarında, oyuncaklarının kendilerini anladığını düşünürler. Doğadaki cansız nesnelere de canlıymış gibi davranırlar, buna animizm denir.

Bu döneme işlem öncesi denilmesinin nedeni; bu dönemde işlem yapacak bilişsel düzeyde olmadıklarını belirtmek içindir (Yalçın, 2010).

Evreler/ Ortalama Yaşlar	Temel Özellikler
"Duyusal-Hareket Dönemi" (0-2 Yaş)	-Kendisini nesnelere ayırır. -Amaçlı davranışlar yapmaya başlar. -Nesne kalıcılığı kavramını edinir. -Döngüsel tepkiler ortaya koyar. -Taklit ve oyunlar yapar.
"İşlem Öncesi Dönem" Sembolik işlem dönemi Sezgisel işlem dönemi (2-7 yaş) (2-4 Yaş) (4-7 Yaş)	-Dili kullanmayı, nesnelere imgelemeyi ve sözcüklerle belirtmeyi öğrenir. -Nesnelere tek bir özelliğe göre sınıflar. -Düşünceler ve konuşmalar ben-merkezlidir. -Konuşmalarda animizm ve monolog tarzı görülür. -Sıralama ve sayı uygulamasını kavrayamaz.
"Somut İşlemsel Dönem" (7-14 Yaş)	-Nesne ve olaylarla ilişkin mantıklı olarak düşünebilir. -Sayı (6 yaş), kütle (7 yaş) ve ağırlık (9 yaş) kavramlarını edinir. -Nesnelere farklı özelliklerine göre sınıflar ve onarı bir özelliğe göre sıraya koyabilir. -Geriyeye dönümlülük ve merkezizlik gelişir.
"Soyut İşlemsel Dönem" (11 Yaş ve Üstü)	-Soyut düşünme gelişir. -Değişenleri birleştirip ayırabilir. -Varsayımsal, geleceğe yönelik ve ideolojik sorunlarla ilgilenir. -Ergenlik ben-merkezizliği görülür.

**Tablo 1. Piaget Bilişsel Gelişim Dönemleri**

### 2.3. Erikson'un Psiko- Sosyal Gelişim Dönemleri

Sosyal gelişimi ele alan kuramcılarının önde gelenlerinden olan Erikson, insan gelişimini dönemler halinde inceler. Erikson bireyin gelişiminde bireyin yaşamının ilk yıllarına ait deneyimlerin önemini belirtmiştir. Çevre ve kültürün de etkisini vurgulamıştır (akt. İnci, 2015).



<p><b>0-1 yaş</b>  Kriz/Çatışma: Temel Güvene Karşı Güvensizlik  Kriz Başarıyla Çözümlemişse: Ümit  Çözümlememişse: Korku, kimseye güvenmeme  Etkileyen: Anne  Yapılabilecek Yardımlar: Çocuğun bakımı ve sevgi gereksinimlerini sürekli ve tutarlı bir biçimde doyumak</p>
<p><b>1-3 yaş</b>  Kriz/Çatışma: Özerkliğe Karşı Kuşku ve Utanç  Kriz Başarıyla Çözümlemişse: Güçlü olma isteği  Çözümlememişse: Kendinden şüphe  Etkileyen: Anne, baba  Yapılabilecek Yardımlar: Kendi kendine başarabileceği hedefler oluşturarak, girişimlerini desteklemek, başarılarını ödüllendirmek, başarısızlıklarını görmezden gelmek</p>
<p><b>3-6 yaş</b>  Kriz/Çatışma: Girişimciliğe Karşı Suçluluk  Kriz Başarıyla Çözümlemişse: Amaçlı olma  Çözümlememişse: Değersizlik duygusu  Etkileyen: Aile, akrabalar  Yapılabilecek Yardımlar: Kendi kararlarına dayalı anlamlı seçimler yapabilmelerine olanak verecek alternatifler önermek. Kendi başlattığı eylemlerden dolayı çocuğu eleştirmemek, cezalandırmamak.</p>
<p><b>7-11 yaş</b>  Kriz/Çatışma: Çalışma ve Başarılı Olmaya Karşı Aşağılık Duygusu  Kriz Başarıyla Çözümlemişse: Beceriklilik  Çözümlememişse: Beceriksizlik  Etkileyen: Okul</p>
<p><b>Ergenlik dönemi-12-18 yaş</b>  Kriz/Çatışma: Yakınlığa Karşı Uzaklık  Çözümlemişse: Özgürlük  Çözümlememişse: Belirsizlik  Etkileyen: Arkadaşlar</p>
<p><b>İlk yetişkinlik dönemi- 20-40 yaş</b>  Kriz/Çatışma: Kimliğe Karşı Kimlik Bocalaması  Kriz Başarıyla Çözümlemişse: Şıpsevdlilik  Çözümlememişse: Belirsizlik  Etkileyen: Eş</p>
<p><b>Yetişkinlik dönemi-40-65 yaş</b>  Kriz/Çatışma: Üreticiliğe Karşı Durgunluk  Çözümlemişse: Başkalarına değer verme  Çözümlememişse: Bencillik  Etkileyen: Aile, toplum</p>
<p><b>Olgunluk dönemi- 65 yaş ve üzeri</b>  Kriz/Çatışma: Benlik Bütünlüğüne Karşı Umutsuzluk  Çözümlemişse: Huzur  Çözümlememişse: Anlamsızlık ve umutsuzluk  Etkileyen: Tüm insallık</p>

**Tablo 2.** Erikson'un Psiko- Sosyal Gelişim Dönemleri (Arş. Gör. Mehmet Akif İNCİ, Sosyal Gelişim, 2015.)

Sosyal gelişimi ele alan kuramcılarının önde gelenlerinden olan Erikson, insan gelişimini dönemler halinde inceler. Erikson bireyin gelişiminde bireyin yaşamının ilk yıllarına ait deneyimlerin önemini belirtmiştir. Çevre ve kültürün de etkisini vurgulamıştır (akt. İnci, 2015).

Erikson, insanların hayatlarında kendilerini yeterli hissettiklerinde duygusal gelişimin 8 evreden geçeceğine inanır. Her yaş dönemi için bir olumlu bir olumsuz iki kutup çatışması arasında duygusal bir mücadele olarak tanımlamaktadır (Trawick-Smith, Akman, 2017). Bu krizlerin her birinin bir olumlu ve bir olumsuz iki olası çözümü vardır. Olumlu sonuçlanan her kriz kişinin potansiyelinin gittikçe artmasını sağlamaktadır (Yalçın, 2010).

E. Erikson okul öncesi çağı dönemi olarak adlandırılan dönemi “Girişimciliğe Karşı Suçluluk” olarak ele almıştır. Erikson’a göre bu dönemde (okul öncesi dönem) duygusal açıdan sağlıklı olan bir çocuk sonsuz enerjisi, doyumsuz bir merak ile harekete geçmek ve kendini kanıtlama çabası içindedir (Trawick-Smith, Akman, 2017). Ebeveynler ve öğretmenler çocuğun bu davranışlarını teşvik eden bir ev, okul ortamı sunmalıdır. Böylece çocuğun girişkenlik duygusu devam edebilecektir. Ebeveynler ve öğretmenler sürekli olarak azarlayıcı, kısıtlayıcı bir tutum sergilerse çocukta suçluluk duygusu pekişecektir. Çünkü çocuklar kendi davranışlarının doğru olmadığına inandıklarında suçluluk duygusu gelişecektir. Ezici olan suçluluk duygusu çocuğun sağlıklı bir duygusal gelişim göstermesini engelleyecektir (Trawick-Smith, Akman, 2017; Seven, 2015). Erikson’a göre; oyunun çok önemli olduğu bu dönemde, çocuklar oyun yoluyla kendileri ve sosyal çevreleri hakkında pek çok şeyi öğrenirler (Seven, 2015).

Bu dönemde çocuklar, kural, zaman ve mekan tanımazlar. Yüksek sesle ve çok konuşmaktan hoşlanırlar, sürekli hareket halindedirler (Bayhan ve Artan, 2011). Girişimciliğe karşı suçluluk döneminde olan çocuklar kendi istekleri ile bir şeyler yapmak için cesaretlendirilmelidir. Bu dönem çocuklarında girişimci bir birey olmasını desteklemek zaman zaman oluşan suçluluk duygusunu girişimciliğe çevirmek gerekmektedir. Ailelerin ve çocuklarla çalışan eğitimcilerin çocukların girişimcilik duygularını incitmeden, çocukla çatışmaya girmeden desteklemelidirler. Bir ya da birkaç konuda başarı sağlayabileceği ortamlar oluşturulmalıdır. Çocuklar kendi istekleri ile harekete geçmeleri için cesaretlendirilmelidir. Her çocuk için bir ya da birden fazla

işte başarı sağlayabileceği ortamlar yaratılmalıdır. Hata yaptıklarında hataları hemen düzeltilmemeli, kendisinin düzeltilmesi için fırsat verilmelidir. Bu dönemde deneyler yapmaktan ve yaptıklarını paylaşmaktan keyif alırlar, eğitimciler ve aileler bunları deneyimleyebilecekleri ortamlar sağlamalıdır (Seven, 2015; Şahin, 2016).

Çocuklar kendi güçlerini, becerilerini tanımak için sürekli hareket halindedirler. Çocuklar kim olduklarını; neler yapabildiklerini başarabildikleri şeylerle tanımlarlar ve böylece kendilerini tanırlar. Bu dönemde cezalandırıcı tutumlar çocukların gelişimine zarar verebilmektedir. Ailesi ve öğretmenleri tarafından girişimleri desteklenmeyen, cezalandırılan çocukların sonraki yaşamlarında suçluluk duygusundan kaçınmak için sorumluluk gerektiren işlerden kaçınabilmektedirler (Arı, 2016).

#### **2.4. Freud'a Göre Kişilik Gelişim Dönemleri**

Freud'un kuramı biyolojik bir psikoloji kuramıdır. Kuramı geliştirirken, serbest çağrışım, rüya yorumları ve transferans yöntemlerini kullanmıştır.

Freud, yaşamın ilk beş yılının sonunda gelişimin tamamlandığını savunur. Evrelerdeki olumsuzluklar ya da yanlış tutumlar bireyin yetişkinlikteki yaşamında kişiliğinde farklı şekillerde ortaya çıkmaktadır. Freud'a göre kişiliğin temelleri yaşamın ilk yıllarında oluşmaktadır ve bunun değiştirilmesi zordur. Bu sebeple anne ve babanın desteğiyle her aşamasında gelişim görevlerini başarıyla atlatabilmesi önemlidir (Yalçın, 2010).

- 1)Oral Dönem ( 0-1 Yaş)
- 2)Anal Dönem (2-3 Yaş)
- 3)Fallik Dönem (3-6 Yaş)
- 4)Latent Dönem (6-12 Yaş)
- 5)Genital Dönem (13-18 Yaş)

Freud'a göre; okul öncesi dönem olarak adlandırılan 3-6 yaş dönemi fallik dönemdir. Fallus, erkek cinsel organı anlamına gelmektedir ve fallik sözcüğü bu kelimeden türetilmiştir (Arı, 2016). Bu dönemde cinsel organ uyarılmanın odağıdır ve onun anlamıdır (Seven, 2015). Erkekler için oedipus ve kızlar için ise elektra kavramları ile de anlatılır. Bu süreç bireyin kendi cinsiyet kimliğini kazanmasında çok önemli bir süreç olup çocuğun kendi cinsinden olan ebeveyni ile özdeşim kurmasını sağlar. Kız

çocuk babaya hayranlık duyar ve babasını kendine ideal eş olarak görür. Kendi cinsinden olan anneyi de rakip olarak görür ve babadan uzaklaştırmaya çalışır. Erkek çocuk ise anneye hayrandır. Annesiyle evlenmek ister. Bir yandan da babasını rakip olarak görüp onu kıskanır. Babasının, annesine karşı olan duygularını fark edip kendini cezalandırmasından korkar (Yalçın, 2010).

Zaman içinde kendi cinslerinden olan ebeveynleri ile özdeşim kurar, onlar gibi davranır ve görünüşünü onlar gibi yapmaya çalışır. Kendi cinsiyetinden olan ebeveyne benzeme çabası, yaşadıkları çatışmayı çözümlmelerine yardımcı olur. Bu süreç “özdeşim” denir (Yalçın, 2010).

Bu dönemdeki erkek çocuklarda olan “kastrasyon korkusu” da gelişimde önemlidir. Freud’a göre kızlar, erkek anatomisini gözleyerek penislerinin zaten kesilmiş olduğunu düşünmekte ve bunun için annesini suçlamaktadır. Bu döneme “penisi kıskanma” veya “özenme” adı verilmektedir. Bu dönemde erkek çocuklarının sünnet edilmesi uygun görülmemektedir (Yalçın, 2010; Seven, 2015).

Kız çocuklar için fallik dönemi oluşturan psikodinamik etkenler erkek çocuklardan farklıdır. Freud’un görüşüne göre kız çocukları bu döneme geldiklerinde; erkeklerde bulunan fakat kendilerinde bulunmayan bir organın varlığını fark ederler. Bu durumda kız çocuklarında bir eksiklik ve düş kırıklığı yarattığını ifade eder. Freud; bu duyguya “penise imrenme” ismini vermiştir (Arı, 2016).

Fallik dönemde anne ve babaların çocuklarıyla olan ilişkisinde oedipal çatışmayı çözümlenecek nitelikte olduğunda sağlıklı gelişim göstereceği, çatışmayı çözümlenemeyecek şekilde kurulan ilişkiler olduğunda ise çocukta uzun vadede bazı kişilik sorunları olabileceğini ileri sürmüştür (Arı, 2016).

Şahin (2016) de; sağlıklı bir fallik dönem geçiren çocuğun kendi cinsiyetini benimsemesine, utanç duymadan meraklarını giderebilmesine yardımcı olacağını vurgulamaktadır. Bu dönemi sağlıklı geçiren çocukların ileriki hayatlarında da bağımsız davranabilir, amaçlı ve sağlıklı cinsel yaşam özellikleri geliştirebilir. Bu dönemi sağlıklı olarak atlatamayan çocuklarda ise yetişkin yaşamında anne ve babadan ayrılamama, evlenmek ile ilgili karar vermekte zorlanma, cinsel kimliği ile ilgili güvensizlik ve cinsel tercihlerinde sapmalar olabilmektedir (Şahin, 2016).

## 2.5. Aile Tutumları

Çocukların ilk sosyal çevresi ailesidir. Çocukların sosyal bir varlık olduğu düşünüldüğünde çocuğun çevresi ile girdiği iletişim, etkileşim çocuğun gelişimini doğrudan etkilemektedir. Aile içerisinde eşlerin birbirleri ile olan ilişkileri, çocuklarla olan iletişim ve kardeşlerin birbirleri ile olan iletişim biçimleri çocukların sosyal ve duygusal gelişiminde doğrudan etkilidir. Aile içi iletişimin çocuklar üzerinde doğrudan etkili olduğunun anlaşılabilmesi için anne-baba-kardeşler arasındaki iletişimin unsurlarının açıklanması, ailenin disiplin anlayışının ve çocuk yetiştirme tutumlarının tanımlanarak aile içerisindeki sağlıklı ortamın oluşmasına ve çocukların gelişimine katkı sağlayacaktır (Aral, 2017).

Ebeveynler çocuklarına kültürel değerleri ve kuralları aktaran temel kaynaklardır. Bütün ebeveynler çocuklarını sosyalleştirmek için çaba gösterirler, her ailenin sosyalleştirme yöntemleri farklılık göstermektedir. Yılmaz (1999), gelişim psikologlarının, ailelerin çocuk yetiştirme tutumları arasındaki farklılıkların, çocukların psikososyal ve duygusal gelişimi açısından farklı sonuçları olacağını paylaştıklarını iletmektedir.

Tutumlar kişi, nesne veya düşüncelere yönelik duygu, düşünce ve inançlar bütünü olarak tanımlanmaktadır. Tutumlar, öğrenme yoluyla sonradan edinilir ve yaşantı yoluyla değiştirilebilirken tutumların etkisiyle kişilere, varlıklara veya olaylara belli bir şekilde davranılması olarak tanımlanabilmektedir (Özyürek, 2018).

### 2.5.1. Baumrid (1991)'e Göre Anne Baba Tutumları Sınıflaması

Literatüre baktığımız zaman Diana Baumrind'in (1972, 1980, 1989) anne baba tutumları hakkında kuramsal bir çerçeve ortaya koyduğu görülmektedir(Sümer, Güngör, 1999).Yılmaz (1999), çocuk yetiştirme tutumlarına ilişkin olarak Boumrind'in sınıflamasının ilk bu alanda yapılan çalışmalara kuramsal temel oluşturacak şekilde öncülük ettiğini vurgulamıştır.

Diana Baumrind'in okul öncesi dönemdeki çocuklarla ev ortamında yaptığı gözlemlerinde ve laboratuvar çalışmalarında ebeveyn ve çocuk arasındaki ilişki ve

etkileşimi incelemiş, bu gözlemlere dayanarak anababa stili ile ilişkili dört boyut belirlemiştir (Yılmaz, 1999). Bu dört boyut ebeveyn kontrolü, ebeveyn- çocuk iletişimde açıklık, olgunluk beklentisi ve bakım/ destektir.

**Ebeveyn kontrolü boyutu**, bu boyutta ebeveynler tarafından koyulan kurallara çocukların ne ölçüde uymak zorunda olduklarını göstermektedir.

**Ebeveyn – çocuk iletişimde açıklık boyutunda**, çocukların fikir ve düşüncelerine ne kadar saygı gösterildiği, çocuklarını ne kadar teşvik ettikleri ve ne kadar sınır getirileceği, getirilen sınırların nedenlerinin ne kadar açıkladıklarını gösterir.

**Olgunluk beklentisi boyutu**, ailelerin çocuklarının zihinsel, sosyal ve duygusal alanda başarılı olabilmeleri için ne kadar teşvik ettiklerini göstermektedir.

**Bakım – destek boyutunda**, ebeveynlerin çocuklarına bakım verirken ve onlarla ilişki kurarken ne kadar yakın, sevecen ve içten davrandıklarını gösterir (Yılmaz, 1999).

	Kontrol		Açık İletişim		Olgunluk beklentisi		Bakım	
	Y	D	Y	D	Y	D	Y	D
Otoriter	*			*	*			*
Demokratik	*		*		*		*	
İzin Verici		*	*			*	*	

**Şekil 1.**Baumrind'in (1991) Anne-Baba Tutumuna İlişkin Sınıflaması

Y: Yüksek D: Düşük

Baumrind bahsi geçen dört boyutun kombinasyonlarıyla üç temel anababalık stili ortaya koymuştur. Bunlar otoriter, demokratik ve izin verici anababalık stilleridir.

Şekil 1'de görüldüğü gibi Baumrind (1991) farklı boyutlarda sınıflandırdığı anne-babaların çocuklarına karşı gösterdiği davranış farklılıklarını ve ilişki düzeylerini temel olarak üç temel anne baba tutumunu ortaya koymuştur (Yarapsanlı, 2011; Yılmaz,

1999). Bu sınıflandırmaya göre, kontrol ve olgunluk boyutlarında yüksek açık iletişim ve bakım boyutlarında düşük olan ebeveynler otoriter olarak adlandırılmaktadır. Bütün boyutlarda bahsedilen özelliklerde yüksek derecede sahip olan ebeveynler demokratik olarak adlandırılmaktadır. Kontrol ve olgunluk beklentisi boyutlarında düşük, açık iletişim ve bakım boyutlarında yüksek olan ebeveynler ise izin verici olarak adlandırılmaktadır. Baumrind'e göre ebeveynlerin büyük çoğunluğu, çocuklarıyla olan iletişimlerinde bu davranışlardan bir tanesini daha baskın olarak benimser ve bunu uygular (Yılmaz, 1999).

Baumrind (1968, 1971, 1972), ebeveyn stilleri ile ilgili yaptığı çalışmaların sonucunda demokratik aile tutumunu benimseyen ebeveynlerin çocuklarının daha bağımsız, kendini iyi ifade edebilen, sosyal ve akademik bakımdan başarılı çocuklar olduğunu belirtmiştir (Yılmaz, 1999).

### 2.5.2. Maccoby ve Martin'in İki Boyutlu Bakış Açısı Modeli

Maccoby ve Martin, Baumrind'den farklı olarak ebeveyn stiline duyarlılık ve talepkarlık/ kontrol olmak üzere iki boyut açısından ele almışlar ve bu iki boyutun kesiştiği noktada dört tür ebeveyn stili tanımlamışlardır (Yılmaz, 1999).

Duyarlılık/ Kabul – İlgil

	Yüksek	Düşük
Yüksek	Demokratik	Otoriter
Düşük	İzin verici / Müsamahakar(hoşgörülü)	İzin verici / ihmalkar

**Şekil 2.** Maccoby ve Martin'in İki Boyutlu Bakış Açısı Modeli (Yılmaz,1999)

Maccoby ve Martin, Baumrind'in çalışmalarında sınıflandırmış olduğu "izin verici" ebeveyn stilini ikiye ayırmışlardır. İzin verici / müsamahakar (hoşgörülü) ve izin verici / ihmalkar ebeveyn stildir(Yılmaz, 1999) .

Şekil 2’de görüldüğü gibi demokratik ebeveyn stiline sahip olanlar yüksek düzeyde hem kontrol /talep hem de kabul / ilgi gösterirler. Otoriter ebeveynler yüksek düzeyde kontrol / talebe sahipken, düşük düzeyde kabul / ilgi gösterirler. Otoriter ebeveyn stili kullanan ve demokratik ebeveyn stili kullanan ailelerin çocuklarının gelişimlerdeki farklılıklar ebeveynin ilgisi ve kabul düzeyindeki farklılıklardan kaynaklanmaktadır. Maccoby ve Martin’in sınıflandırmasında her iki ebeveyn stilinde kontrol /talep boyutu yüksektir. İzin verici – müsamahakarebeveynler yüksek düzeyde kabul /ilgi ve düşük düzeyde kontrol / talep sergilemektedirler. İzin verici – ihmalkar ebeveynler ise her iki düzeyde de düşük tutuma sahiptirler (Yılmaz, 1999).

Çocuğun gelişiminde aile içindeki tutarlılık aile içi iletişim açısından önemlidir. Erken çocukluk döneminde anne ile çocuk arasındaki ilişkideki tutarlılık ve süreklilik temel güven duygusunun gelişimini destekler niteliktedir (Aral, 2017). Ailenin yapısının, fonksiyonlarının, ailenin büyüklüğünün ve aile tiplerinin çocuk eğitiminde önemli fonksiyonları bulunmaktadır. Çocuğun kendini yönetebilen, kendine yetebilen bir birey olabilmesi için çocuğa sunulan imkanlara ve yetiştiği aile ortamına bağlıdır (Çelik, 2014).

Her ailenin kendi çekirdek ailesinde gördüğü tutum ile kendi ebeveynlik tutumlarını şekillendirmektedir. Yaklaşımlar toplumların yapısına göre, ebeveynlerin eğitim seviyelerine göre ve ailenin yapısına göre değişebilmektedir (Çelik, 2014).

Anne, baba ve çocuk arasındaki uyumlu iletişim ile çocuk sağlıklı bir kişilik geliştirebilmesi ve içinde bulunduğu sosyal çevreye uyum sağlayabilmesi bakımından çok önemlidir (Aytar, 2014). Anne ve babaların çocukları hakkındaki inanç, değer, tutum ve davranışlarını içeren ebeveyn tutumları aile içindeki iletişimi belirleyen en önemli unsurlardandır (Aral, 2017).

**Demokratik Anne- Baba Tutumunda;** aile çocuğu tüm yönleri ile olduğu gibi kabul eder, çocuğa iyi bir rehberlik yapar ve çocuğun aldığı kararları destekler. Belirlenen kurallar ev içindeki herkes için geçerlidir ve kurallar çocukların da fikri alınarak oluşturulur. Kurallar ile ilgili çocuğa tatmin edici şekilde açıklamalar yaparlar. Kurallara uyulmadığında sonuçları hakkında tüm aile bireylerinin bilgisi vardır. Kurallar tutarlıdır. Bu ebeveyn tutumunda çocuğun duygularını ifade etmesine fırsat verilir. Aile bireylerinin duygu ve görüşlerine saygı duyulur. Çocuğa ihtiyacı



olduğunda ailesi yardım eder. Bu aile tutumunda çocuğun kendi benliğini tanıma fırsatı verilir. Bazı sorumluluklar alıp yerine getirmesine imkan verilir. Çocuğa verilen sevgi ve saygı koşullara bağlı değildir (Aral, 2017; Güngör Aytar ,2017; Çelik, 2014; Küçükali, 2018; Sayar, Bağlan, 2017).

Demokratik aile tutumu ile yetişen çocukların kendini rahatça ifade edebilecekleri ortam bulup, iletişimlerinin açık olduğu, okulda ve sosyal ortamlarda özgüveni yüksek ve başarılı çocuklar oldukları gözlenmiştir. Kendini daha rahat ifade eden bireyler yetişir. Bu tutumda yetişen çocuklar hobilere yönelirler. Çocukta asi davranışlar ve kavgacılık görülmez. Hakkını savunan , farklı fikirlere açık çocuklar olurlar.

**Otoriter Anne – Baba Tutumunda;**bu tip ebeveynlik modelini kullanan ailelerde tüm kararlar ebeveynlere aittir. Çocukların gelişimsel özellikleri ve isteklerini dikkate almadan, sadece kendi isteklerine göre hareket etmeleri isterler. Bu tip aile ortamında çok fazla eleştiri, çocuğa karşı azarlama davranışları görülür. Çok sık olarak fiziksel ve duygusal istismar görülür. Ceza çok sık kullanılır. Çocuğun kendini ifade edeceği bir ortam sunmadığı için bu çocuklar daha saldırgan davranışlar gösterebilmektedirler.

Otoriter aile tutumu ile yetiştirilen çocuklar, aile içerisinde sert bir tutum olduğundan mutsuz ve kendilerine güvenlerini yitirmiş çocuklar olabilirler. Kaygılı, çekingen ve başkalarının etkisi altında kalan çocuklar olabilmektedirler. Böyle bir aile ortamında yetişen çocuk sorunlarını ailesi ile paylaşmaktan çekinebilmektedir (Aral, 2017; Güngör Aytar, 2017; Çelik, 2014; Küçükali, 2018; Sayar, Bağlan, 2017). Aynı zamanda bu yöntemin kullanıldığı ailelerde bulunan fonksiyonsuzluk çocuklarda karşı gelme bozukluğuna (KGB) neden olmaktadır (Austin, Sciarra, 2017).

**İzin Verici Anne – Baba Tutumunda ;**otoriter ailenin zıttı bir tutum vardır. Çocuk merkezli bir tutumdur. Aile çocuğu serbest bırakır. Çocuğun yaptığı her türlü davranış hoş görülnektedir ve bu çocuklar yaptıkları yanlışların sonuçlarıyla karşılaşmadıkları için doğru davranışları kazanmakta zorluk yaşarlar.

İzin verici anne – baba tutumunda yetişen çocuklar; sürekli hoşgörıldükleri için okulda ve sosyal çevrelerindeki ilişkilerinde pek başarılı olamazlar. Aile ortamında yeterince iletişim deneyimi yaşamadıklarından dolayı güvensiz, asosyal, çekingen,

problem çözme becerisi düşük çocuklar olabilmektedirler (Aral, 2017; Güngör Aytaç, 2017; Çelik, 2014; Küçükali, 2018; Sayar, Bağlan, 2017).

Günümüzde aşırı koruyucu, tutarsız, ilgisiz ve kayıtsız aile tutumlarından da söz etmek mümkündür. Bahsedilen bütün tutumlar içerisinde en ideal olanı demokratik, güven verici aile tutumudur. Bu aile tutumunda sağlıklı bireylerin yetişmesi mümkündür. Ailede sınırların net olması ile aile önemli bir işlev kazanmış olur. Anne – babaların çocuklarına sevgiden sonra verebileceği en önemli şey hem tutarlı, hem sevgiyle çizilmiş hem de aile bireylerinin bireysel farklılıklarına saygı duyar nitelikte olan sınırlardır. Sınırlar özgürlüğün, medeniyetin ve kişilik gelişiminin temelidir (Sayar, Bağlan, 2017).

## 2.6. Medya

Medya her türden sözlü, yazılı, basılı, görsel metin ve imgeleri içeren çok geniş iletişim araçlarını kapsayan, geniş ve genel bir kavramdır. Bu kavram içinde gazeteler, dergiler, kitaplar, broşürler gibi basılı, televizyon, sinema gibi görsel- işitsel ve radyo gibi işitsel kitle iletişim araçlarını içermektedir. Gelişen dünyada bunlara ek olarak internet, billboard vb. de eklenebilmektedir. Bu araçlar ile insanlar görerek, duyarak, okuyarak edindikleri bilgileri çevrelerine de yansıtırlar. Medyanın çocuklara sağladığı yararlar ile birlikte zararları da göz ardı edilmemelidir. Çocukları daha edilgen bir yaşama çeken medya, çocukların hayal güçlerini sınırlayabilmektedir. Çocukların kendilerinin kahramanı olduğu oyunlara ihtiyaçları vardır ( Samur, 2018).

Kitle iletişim araçlarının temel işlevi bir yandan eğlendirmek bir yandan da gerçeğe dayalı sorunlara çözüm yolları bulabilmek, toplumu eğitmek ve toplumda belli değerlerin yerleşmesine yardımcı olmaktır (Yavuzer, 2013). Medyanın bilgilendirme, yönlendirme, eğitme, duyguları dile getirme, toplumsal ilişki kurma, eğlendirme özellikleri bulunmaktadır. Aynı zamanda bilgilendirme, kültürel devamlılık, kamuoyu yaratma, eğlendirme, bilinç yönetimi yapmak gibi görevleri de bulunmaktadır (Samur, 2018).

Medya araçları, her kesimden insanın yoğun şekilde kullandığı teknolojilerin başında gelmektedir. Medya teknolojilerinin en önemli kullanıcılarından olan çocuklar, günlük aktivitelerinin içerisindeki büyük bir zaman dilimini televizyon izleyerek, bilgisayarda, tablet ya da cep telefonunda oyun oynayarak, sosyal medyada fotoğraf

paylaşarak, video ve film izleyerek, müzik dinleyerek, iletişim kurarak geçirmektedirler. Medya çocuk kültürünün şekillenmesinde, çocukların davranışlarının, kimliklerinin, kişiliklerinin oluşmasında rol oynayan önemli bir kaynaktır. Medya programlarının içerikleri çocukların yaşama, olaylara, kişilere yönelik anlam üretmesine, alışkanlıklarını ve tutumlarını yapılandırma gücüne sahiptir. Medya içeriklerinin çocuklar açısından sanal bir sosyalleşme şekli üretmesi, şiddet kültürü içermesi, tüketim kültürüne yönlendirmesi, tek boyutlu çocuk kültürü oluşturması ve bağımlılık üretmesi ile çocukların yaşantılarında olumsuz etkiler yaratabilmektedir (Kale vd., 2019).

Televizyon ve internet günümüzde en yaygın medya araçlarıdır. Bu araçların okul öncesi çocukları tarafından ne kadar, hangi içerikte ve nasıl kullanıldıkları dil gelişimi için de önemlidir. Televizyon, tablet, telefon gibi cihazlar çocuklar için uyarıcı bir ortam oluştururken diğer taraftan sosyal ilişkileri sınırlandırıp, etkileşimi azaltabilmektedir. Bu sebeple medya araçlarını kontrollü kullanmak gerekmektedir. Kontrolsüz, sık ve amaçsız kullanımlar okul öncesi dönem çocuklarının dil gelişimlerinde tahmin dahi edilemeyecek zararlar doğurabilmektedir (Seven, 2015).

Televizyon iyi kullanıldığında bilinen en yaygın ve en iyi iletişim aracı olabilmektedir. Bazı aileler televizyonu bir çocuk bakıcısı gibi kullanmaktadırlar. Bu durumda çocukları duygusallıktan uzak, kendi sessiz ve yalnız dünyasına yöneltmektedir. Bunun sonucu olarak; çocuk yalnız, toplumdan uzaklaşmış, içe kapanık, şiddete açık ve umutsuz olmaktadır (Bayraktar, 2016).

### **2.6.1. Medyanın Uyku Üzerindeki Etkileri**

Uzun süre ekrana maruz kalan çocuklar uykuya geçmekte zorlanmaktadırlar. Uyuma süresinin azlığı çocuklarda obezite, düşük akademik performans, davranış problemleri gibi sorunlara neden olmaktadır. Aynı zamanda yoğun ekran maruziyetinin fiziksel ve ruhsal sağlığı etkilediği görülmektedir. Çocuklar televizyon, tablet, akıllı telefon ile izledikleri korkutucu filmler ve görüntülerden etkilenmektedirler. Çocukların korkutucu görüntüler ile karşılaşması sonucu gece kabus görme sıklıkları artmaktadır. Kabus görerek uyanan çocukların uyku kalitesi düşmekte ve uyku süresi kısalmaktadır. Bunun sonucu olarak dikkat dağınıklığı yaşayabilmektedirler.

Çocuklarda medyanın kullanımının self regülasyonları ve uyku kalitesi ile ilişkili olduğu bulunmuştur. Uyku süresi daha az olan küçük çocuklarda tablet kullanım süresi ile self regülasyon arasında negatif ilişki gösterilmiştir. Ailelerin self regülasyon sorunları yaşayan çocuklarda çözüm olarak telefon, tablet veya televizyon gibi medya araçlarını bir çözüm olarak kullanmaları halinde bu durum yaşanan problemi çözülemeyen hale getirebilir. Elektronik medya kullanımının önlenmesi, yaşamın erken dönemlerinden itibaren gerekli görülmektedir(Şahin vd., 2018).

### **2.6.2. Medyanın Çocukluk Çağındaki Etkileri ve Zararları**

Dünyanın her hangi bir yerindeki haberleri; olayları aktarabilme gücüne sahip olan medya araçları, bireyler ve kitleler üzerinde oldukça önemli bir işleve sahiptir. Doğru anahtar sözcükler kullanıldığında bilgiye hızlı şekilde ulaşabilme olanağı sunan teknolojik bir fırsattır (Yavuzer, 2013). Kitle iletişim araçları uygun kullanılmadığında ya da mesajları denetlenmediğinde bir çok olumsuz etki yaratabilmektedir. Bu olumsuz durumlardan en fazla etkilenen grup olgunlaşmamış olan çocuklardır. Kitle iletişim araçlarının olumsuz etkilerinden çocukları koruyabilmek adına medya okuryazarlığı eğitimleri verilmelidir. Televizyon kitle iletişim araçları arasında en sık kullanılanıdır. Televizyonun çok fazla tercih edilmesinin sebebi kolayca ulaşılabilir olmasıdır (Küçükali, 2018). Televizyon izlemek pasif bir etkinliktir. Bu pasif olma hali çocukları fiziksel, sosyal, duygusal ve bilişsel yönlerden olumsuz etkilemektedir. Çocuğun televizyon karşısında saatlerce kalarak, zamanını boşa harcaması, tamamen televizyonun esiri haline gelmesi, çocuğun sosyalleşmesini de olumsuz etkilemektedir. Olumsuz mesajlar içeren ve kalitesiz yayınlara uzun süre maruz kalan çocukların dil gelişimleri de olumsuz etkilenmektedir. Çocuğun duymuş olduğu argo kelimeler, yanlış kullanılan sözcükler sonucu olarak çocukların dillerine yerleşecektir ve hem dil hem de sosyal yönden çocuklara zarar verecektir.

Medyanın çocuk ile ilişkisinde en çok tartışılan konulardan birisi de medya içeriklerinin yoğun şekilde şiddete yer vermesidir ve bunun çocuklar tarafından tüketilmesinin ortaya çıkardığı sonuçlardır (Aslan vd.,2019). Günümüz genç ve çocukları ekran karşısında birçok şiddet örneğiyle karşı karşıya kalmaktadır. Bu durum çocukları ve gençleri şiddete karşı duyarsızlaştırarak yetişkinliğe adım attırmaktadır. Bunun sonucu olarak tepkilerinde hoşgörüsüz olabilmektedirler. Şiddet eylemlerinin izlenmesi çocuk ve gençlerin ruhsal gerginliğini arttırabilmekte, dengesi çabuk

değişebilen, dürtüsel çocuklara dönüştürmektedir. Bu durum devam ettiğinde çocuk sorunların şiddetle çözülebileceğini düşündüğü yanlış bir iletişim yolu seçebilmektedir (Yavuzer, 2013).

Televizyon dışında çocukların çok kolay ulaşabildikleri tablet, telefonların da çocukların üzerinde olumsuz etkileri bulunmaktadır. Çocuklar internet, telefon ve tabletler ile oyunlar oynayabilmekte, sosyal medyaya girebilmektedirler. Şiddet içeren bilgisayar oyunlarının saldırgan davranışların oluşumu üzerinde etkileri bulunmaktadır. Bu etki kısa dönemde saldırgan düşünceleri, duygu ve uyarılmayı arttıran değişken olarak görülmektedir. Uzun dönemde ise, saldırgan inanç ve tutumları arttırarak, saldırgan davranış beklentileri yaratarak çocukları saldırgan ve duyarsız yapmaktadır(Yavuzer, 2013).

RTÜK tarafından yapılan bir araştırmaya göre , ülkemizdeki çocukların günde ortalama 3 saat 42 dakika süre ile televizyon izledikleri paylaşılmıştır (akt. Yavuzer, 2013). Televizyon doğru kullanıldığında , görsel ve işitsel özellikleri sayesinde birden çok duyuya hitap ettiği için etkili bir öğrenme sağlayabilir. Televizyonun çocuklar üzerindeki olumlu etkileri arasında sosyal etkinlikleri öğretmesi, hayal gücünü geliştirmesi, bir çok konu hakkında bilgilendirmesi bakımından önemlidir (Yavuzer, 2013).

Okul öncesi dönem ya da erken çocukluk dönemi olarak ifade edilen 3-6 yaş dönemi çocuğun hayatında önemli gelişmelerin yaşandığı, ileriki yetişkinliğin temelini oluşturur. Nitelsiz televizyon yapımlarını uzun süre seyretmeleri uygun olmayan argo ya da yanlış kullanımlar çocukların dil repertuarına eklendiğinde çocukları akranları ve yetişkinlerden uzaklaştırarak sosyal gelişimine zarar vermektedir (Küçükali, 2018).

3-6 yaş dönemi çocuklarının normal gelişim süreçleri içerisinde olan ben merkezci düşünme ve animizm, çocukların televizyon, telefon ya da tablet kullanırken gördükleri her şeyi gerçekte bir tutarak deneyimlemeye çalışmalarına neden olabilmektedir. Bu şiddet içeren sahneleri içselleştirebilmektedirler (Küçükali, 2018).

Ayrıca uzun süre televizyon izleyen çocukları düzgün oturmamaktan kaynaklanan postür bozuklukları görülebilmektedir. Yüz üstü yatarak izlediklerinde dirseklerinin üzerinde olmaları yeni gelişen eklem ve kemiklerinin gelişimine zarar

verebilmektedir(Küçükali, 2018). Uzun süre televizyon, tablet ve telefon kullanan çocuklarda hareketsizlikten kaynaklanan obezite sorunlarına görülmektedir.

Gelişim Alanı	Olumlu Etkisi	Olumsuz Etkisi
Bilişsel Gelişim	Stres durumlarında soğuk kanlı olma, Zaman yönetimi, Eleştirel düşünme, Problem çözme becerisi, Sezgisel düşünme becerilerinin gelişimi	Kablosuz kullanıldığında; Dikkat ve konsantrasyon problemleri, Odaklanma ve öğrenme sorunları yaşayabilme
Dil Gelişim	Anlama, Anladığını gösterme gibi alıcı dil becerilerinin gelişimi	Kendi duygu ve düşüncelerini ifade etmede yoksun olma gibi
Motor Gelişim	El ve parmak kaslarının kullanımını destekler, El göz koordinasyonu gelişimi	Postür bozuklukları, Hareketsizlik, Çocukluk çağı obezitesi tehlikesi
Sosyal-Duygusal Gelişim	Kuralları öğrenme, Kurallara uygun hareket etme, Eğlenerek öğrenme	Sosyalizasyon ve uyum problemleri, Grup içinde kurallara uymada zorluk, Takım çalışması ve iş birliği içinde çalışmada ve toplumsal iletişimde zorluk

**Şekil 3.** Teknolojinin Çocuk Gelişimi Üzerinde Olan Olumlu ve Olumsuz Etkisi, Okul Öncesinde Teknolojinin Rolü (Bayhan, 2017)

## 2.7.Bağımlılık

Ruhsal Bozuklukların Tanısal ve Sayımsal El Kitabı- 5 (DSM- 5) ile birlikte ilk defa bir davranışsal bağımlılık olarak kategorize edilen “Kumar Oynama Bozukluğu”, “Madde ile İlişkili Bozukluklar ve Bağımlılık Bozuklukları” kategorisindeki “Madde ile İlişkili Olmayan Bozukluklar” başlığı altında yer almaktadır (APA, 2013).

Literatür bakıldığında, bağımlılığın iki temel düzeyde ele alındığı görülmektedir; madde bağımlılığı ve bir davranışa olan bağımlılıktır. Çay, kahve, sigara, çikolata, kola, uyuşturucu, alkol gibi maddelere bağımlılık madde bağımlılığı kavramı altında incelenmektedir. Bir davranışa bağımlılık ise, belirli bir davranışın, normal dışı düzen ve sıklıkla sergilenmesi sonucu bireyin bedensel, psikolojik ve toplumsal yapı ve işlevlerinde dengesini yitirmesi, düzeninin bozulması ve ortama uyum sağlamakta zorlandığı şeklinde tanımlanabilecek bağımlılık türüdür (Derin, 2013; Mangal, 2020).

### 2.7.1. Davranışsal ( Olgusal) Bağımlılıklar

Her obje bağımlılığa sebebiyet verebilir, bu sebeple bireyler herhangi bir madde veya nesneye bağımlı olabileceği gibi madde dışı her şeye de bağımlı hale gelebilmektedir. Davranışsal bağımlılıklarda, madde bağımlılıkları gibi bireylerin üzerinde istenmeyen sonuçlara neden olabilmektedir. Bu durumun nedeni ise her bireyin belli bir ölçüde ek desteğe, kimse olmasa dahi egosunu tatmin edecek bir nesneye ihtiyaç duyabilmesidir (Mangal, 2020). Davranışsal bağımlılıklar sekiz ana başlık altında toplanmaktadır:

1. İnsan / İlişki Bağımlılığı
2. Bilgisayar Oyun Bağımlılığı
3. Kumar Bağımlılığı
4. Yeme Bağımlılığı
5. Cinsel Bağımlılık / Seks Bağımlılığı
6. Alışveriş Bağımlılığı
7. Elektronik Alet Bağımlılığı
8. İnternet Bağımlılığı

İnternetin keşfinden günümüze değin olan tarihsel akış “internet bağımlılığı” ile başlayan, “patolojik internet kullanımı”, “problematik internet kullanımı”, “aşırı internet kullanımı”, “internet kullanım bozukluğu”, “kompulsif bilgisayar/ internet kullanımı” gibi terimlerle devam eden, “dijital oyun bağımlılığı”, “çevrim içi oyun bağımlılığı”, “çevrim içi kumar bağımlılığı”, “çevrim içi alışveriş bağımlılığı”, “çevrim içi seks bağımlılığı”, “sosyal medya bağımlılığı” ve “akıllı telefon bağımlılığı” gibi alt türleri araştırılan alanlar olarak tanımlayan ve şemsiye tanı olarak “teknoloji bağımlılığı” ya da “dijital bağımlılık” olarak süregelmektedir (Işık, Çetin, 2020).

### 2.7.2. İnternet Bağımlılığı (İB)

İnternet ile ilgili zihinsel olarak aşırı uğraş, internet başında planlanan süreden daha fazla zaman geçirmek, doyum sağlamak için daha uzun süre internette zaman geçirmek, internet dışında geçirilen zamanın değersiz görülmesi, internete ulaşmadığında sinirli, gergin hissetmek olarak tanımlanabilmektedir (Young, 2004; Arısoy, 2009).

İnternet bağımlılığı, teknoloji bağımlılığının özel bir hali olması sebebiyle davranışsal bağımlılıklar arasında bulunmaktadır. İnternet kullanımının düzeyi

düşükten yükseğe doğru aşamalar izlemektedir. Bu aşamalar şu şekildedir (Ögel, 2012; Mangal, 2020):

1.İnternet'in ihtiyaç duyulduğunda kullanımı: Birey yalnızca gerektiği ve ihtiyaç duyduğu zaman internet kullanmaktadır.

2.Sık ve düzenli internet kullanımı: İnternet birey için hoş vakit geçirme aracıdır ve bireyler boş zamanlarını internette geçirmeyi tercih etmektedirler.

3.Sorunlu internet kullanımı: İnternet kullanımı kontrol altına alınamadığı için bireyin yaşantısında çeşitli sorunları ortaya çıkarmaktadır.

4.İnternet bağımlılığı: Patolojik internet kullanımı, obsesif-kompulsif internet kullanımı, internet kullanımı, siber bağımlılık gibi terimler de bu kapsam içerisinde yer almaktadır.

Bir kişiye internet bağımlısı diyebilmek için aşağıdaki belirtilerden bir kısmının gerçekleşmesi gerekmektedir (Ögel, 2012; Mangal, 2020):

- İnternet kullanmayı durdurmakta zorlanmak,
- İnternet kullanmayı bırakmaya niyetlense dahi internet kullanımına devam etmek,
- Diğer bireyler tarafından interneti daha az kullanma konusunda uyarıların olması,
- Diğer bireylere ve aktivitelere vakit ayırmak yerine, internete bağlanmayı ve internet kullanımını tercih etmek,
- Uyku saatleri içerisinde internet kullanmayı tercih etmek,
- İnternete bağlanmadığı zamanlarda bile internet ile ilgili şeyler düşünmek,
- İnternete erişim sağlayacağı zamanını sabırsızlıkla beklemek,
- İnterneti daha az kullanmanın gerekliliğine inanmak,
- İnternette olduğundan daha az vakit geçirmeye çabalamak ama bunu başaramamak,
- İnternete erişemeyince kendini kararsız ve rahatsız hissetmek,
- İnternet kullanımından dolayı fiziksel rahatsızlıkların ortaya çıkması,
- İnternete erişim sağlayabilmek amacıyla okuldan eve gelmek için acele etmek,
- Yerine getirilmesi gereken günlük yükümlülükleri internet yüzünden yerine getirememek,
- Herkesten gizli bir şekilde internete bağlanmak,



- Kendini mutsuz hissettiği zaman internete bağlanma isteği duymak ve üzüntü, olumsuz düşüncelerden bu yolla kurtulmaya çalışmak için kullanmak.

## 2.8. Uyku

Sağlıklı yaşamın önemli ihtiyaçlarından birisi de uykudur. Uykuda vücut dinlenme sağlar. Uykunun tedavi edici özelliği de bulunmaktadır. Uyku sırasında büyüme hormonu salgılanmaktadır ve vücutta bir çok fizyolojik faaliyet oluşmaktadır. Çocukların gelişimleri için ihtiyaç duydukları enerjinin sağlanması ve dokuların onarılmasında beslenme kadar uyku da önemli bir ihtiyaçtır. Uyku, normal koşullarda insan yaşamının üçte birini kapsayan doğal ve biyolojik bir süreçtir. Çocuğun gelişiminde, okuldaki öğrenme yeteneğinde, duygularını ve davranışlarını ayarlamasında ve sağlıklı bir çocukluk geçirmesinde uyku çok önemli bir yere sahiptir (Aral, 2017).

Uyku, eş zamanlı olarak gelişen bir dizi aktif,dinamik ve fizyolojik olaylar sonucunda oluşur. Her gece uykuya daldığımızda değişen bir bilinç durumuna gireriz (Plotnik, 2009; Yalaz,2018). Uyku; farklı bilinçlilik, farkındalık ve duyarlılık seviyeleri ile farklı fizyolojik uyarım seviyelerini içeren beş farklı aşamadan oluşmaktadır. Uykunun en derin hali bilindışına yakındır. Uykunun başlangıç evresinde genellikle etrafımızdaki uyarıcıların farkındayızdır. Uykunun en derin evresine geçildiğinde uykudaki kişiler konuşulabilir ya da yürüyebilirler. Çocukluk döneminde korkunç kabuslar görebilirler fakat bunları hatırlamaz ve farkında olmazlar (Plotnik, 2009).

Uykunun başlatılması ve sürdürülmesinde kortikal ve subkortikal bir çok beyin bölgesi rol almaktadır. Uyku – uyanıklık döngüsünün ortadan kalkması durumunda uyku yoksunluğu yaşanmaya başlar. Bu durum santral sinir sistemi işlevlerini etkiler. Uzun süreli uykusuzluğun; vücut ısısı kontrolünde, beslenme ve metabolizmada, bağışıklık sisteminde ve düzenleyici diğer sistemlerde bozulmaya yol açtığı bilinmektedir. Çocuklarda büyüme hormonu özellikle NREM uykusu 3. ve 4. döneminde salgılanır. NREM uykusu 3. ve 4. döneminin erişkinlerde hücre yenilenmesini ve onarımını hızlandırdığı ileri sürülmektedir. Uyku sırasında vücut ısısındaki düşme özellikle NREM döneminde oluşur. Bu dönemde kalp hızı, solunum sayısı azalır ve düzenlidir (Demireloğlu, 2020).

Uykunun evreleri, uykunun farklı aşamaları arasında beyindeki elektrik hareketliliğindeki değişimleri ve bunlara bağlı olarak vücudun verdiği fizyolojik tepkiler olarak adlandırılır (Plotnik, 2009).

### 2.8.1. Non-REM Uyku Dönemi = NREM Uykusu

Kendi içinde 4 dönemden oluşur.

NREM uykusu 1. dönemi: Tüm gece uykusunun % 4-5'ini oluşturur.

NREM uykusu 2. dönemi: Tüm gece uykusunun % 45-55'sini oluşturur.

NREM uykusu 3. dönemi: Tüm gece uykusunun % 3-8'ini oluşturur.

NREM uykusu 4. dönemi: Tüm gece uykusunun % 10-15'ini oluşturur.

NREM uykusu 4. dönemi NREM 3. dönemin içinde de tanımlanabilir; bu şartlarda

NREM 3. dönem: Tüm gece uykusunun % 15-20'sini oluşturur.

REM uykusu sadece paradoksal bir uyku olmakla kalmayıp, rüya görüldüğüne de işaret etmektedir (Plotnik, 2009, Çetinkaya, Doğan).

### 2.8.2. Çocuklarda Uyku

Çocuklarda sağlıklı uyku normal çocuğun gelişimi, çocuğun genel sağlığı, okul öğrenimi, davranışların düzenlenmesi, çocuğun modunun stabil olabilmesi için önemlidir (Demireloğlu, 2020).

Yaş	Ortalama	Genel Uyku Süresi	Şekerleme
2-12 Ay	14,5 Saat/ Gün	10-16 Saat/ Gün	3
1-3 Yaş	13,5 Saat/ Gün	9-16 Saat/ Gün	2
3-5 Yaş	11 Saat/ Gün	8-12 Saat / Gün	1
5-13 Yaş	10 Saat/ Gün	8-10 Saat/ Gün	0
Adölesan	9 Saat/ Gün	8-12 Saat/ Gün	0

**Tablo 3.** Çocuklarda Yaşa göre Uyku Süreleri, (Yalaz, 2018)

Her ne kadar bireylerde uyku gereksiniminde bazı değişkenlikler bulunsa da, çocuklarda önerilen uyku miktarları için standart kılavuzlar mevcuttur. Bireysel uyku gereksinimlerini değerlendirmek uyku bozuklukları yönetiminde ve aile eğitiminin de önemli olduğu görülmektedir (Şahin vd. 2018).

### 2.8.3. Yaşa Göre Uyku Özellikleri

#### 3-6 Yaş Döneminde Uyku Özellikleri

Yaş, uykunun yapısal özellikleri üzerindeki en önemli belirleyicilerdendir. REM-NREM döngüsü 1 yaşına doğru 50 – 60 dakikaya, 5 yaşından sonra 90 dakikaya ulaşır. Kesintisiz uyku süresi ve uyku etkinliği 3- 5 yaş aralığında artmakta ve sonra azalmaya başlamaktadır. Yaş ile birlikte uykuya geçiş süresi azalmaktadır. Uyanık kalınan süre oranı azalmaya ve NREM 1. ve 2. dönem uykusu artmaya başlar. Yavaş dalga uykusu azlamaya ve REM latansı artmaya başlamaktadır (Demireloğlu, 2020).

Bebeklik ile ergenlik dönemi arasında, uykuda geçen sürenin toplam REM uykusunun yüzdesi düşmektedir. Yeni doğmuş bir bebek 17 saatlik uykusunun yaklaşık olarak %50' sini REM uykusunda geçirirler. 4 yaşındaki bir çocuk günde 10- 12 saat uykusunun %25- 30'u REM uykusunda geçmektedir (Plotnik, 2009).

Çocukluk döneminde uyku beyin gelişimi için öncelikli gereksinimlerden biridir. Okul öncesi dönemi çocuklarının aileleri çocukları uyumak istemediğinde geç yatmasına izin verme ya da zorla uyutma davranışını sergileyebilmektedirler (Aral, 2017).

Erken çocukluk döneminde çocukların toplam uyku süreleri yavaş yavaş azalmaya başlar, ortalama olarak 2-3 yaş arasındaki çocuklar 11-12 saat, 4-6 yaş arasındaki çocuklar 10-11 saat uyumaktadırlar. Bireysel farklılıklar olmakla birlikte genel olarak günde 1-2 saat öğlen uykusu uyumaktadırlar (Berk, 2018).

Okul öncesi dönem çağında olan çocuklarda oluşabilecek uyku bozuklukları, çocukların sorunlar yaşamasına neden olabilmektedir. Yaşanabilecek sorunlar fiziksel ya da davranışsal olabilmektedir. 6 ay ile 5 yaş arasındaki çocuklarda uyku sorunları geçici olarak değerlendirilebilmektedir. Yalaz (2018), çocukluk çağında %25-30 oranlarında değişmekte olan uyku problemleri görülebileceğini paylaşmıştır. Owens (2013) yaptığı çalışmada en sık görülen şikayetleri 4 grupta toplamıştır.

- Uykuya başlamada ve devam etmekte güçlük
- Aşırı uykululuk hali (gündüz)
- Uyku sırasında horlama ve diğer solunum yolları sorunları

- Uyku sırasında anormal olarak tanımlanacak davranış ve hareketlerdir.

Çocukların düzenini sağlamak adına uyku saatlerini aksatmamak önemlidir. Çocuk uyumak istemiyorsa nedenleri araştırılmalıdır. Okul öncesi dönem çocuklarında uyku için uygun ortamın sağlanamsı gerekmektedir. Çocuğun yatacağı odanın ısısı, ışığı ayarlanmalıdır. Karanlık odada uyumak uykunun derin olduğu zamanda büyüme hormonlarını aktive etmektedir. Yeterli miktarda uyumayan çocuklar gelişimleri açısından risk altındadırlar (Zembat, 2012). Şahin ve arkadaşları (2018); yetersiz uykunun dikkat ve davranışsal sorunlara, dürtüsellığe, sosyal ve akademik işlevsellikte ciddi bozulmalara yol açtığı bilinmekte olduğunu paylaşmışlardır.

Uyku sorunları ve internet bağımlılığı çocuklar ve ergenler arasında yaygındır ve ebeveynlerin temel endişelerinden biridir (YL- LungChen, Susan Shur- Fen Gau,2016). Uyku problemleri ve internet bağımlılığı arasındaki uzunlamasına ilişkileri incelemek, bu iki problem için önleme ve tedavi stratejileri geliştirmeye yardımcı olabilir (YL- LungChen, Susan Shur- Fen Gau,2016).

#### **2.8.4. Uyku Bozuklukları**

Uyku – uyanıklık düzenlemesinin biyolojik olgunlaşma ve gelişimsel etmenler ile etkileşmesi nedeniyle çocuklarda uyku bozukluklarının görülme sıklığı yükselmektedir.

International Classification of SleepDisorders (ICSD- 2) 2005 kitabında çocuklarda uyku bozukluklarının sıklığını şu şekilde belirtmiştir: Uyurgezerlik %17, kabus bozukluğu %10-50, uykuda konuşma %5, uykuda horlama %10-20, obstrüktif uykuapne sendromu % 2, şuursuz uyanma %17,3, çocukluk çağının davranışla ilgili uykusuzluğu % 10-30, gecikmiş uyku faz bozukluğu %7-16 oranında olduğunu bildirmiştir.

Yaygın olarak kullanılan ve kabul gören Uluslararası Uyku Bozuklukları Sınıflamasının genişletilmiş olan üçüncü baskısında (The International Classification of SleepDisorders, version 3,ICSD-3) uyku ile ilgili hastalıkları yedi başlık altında sınıflandırmıştır (Genç vd., 2017; Yalaz, 2018).

1. İnsomniler
2. Uykuda solunum bozuklukları
3. Santral hipersomnolans bozuklukları
4. Sirkadyen ritim-uyku bozuklukları
5. Parasomniler
6. Uyku ile ilişkili hareket bozuklukları
7. Diğer uyku bozuklukları

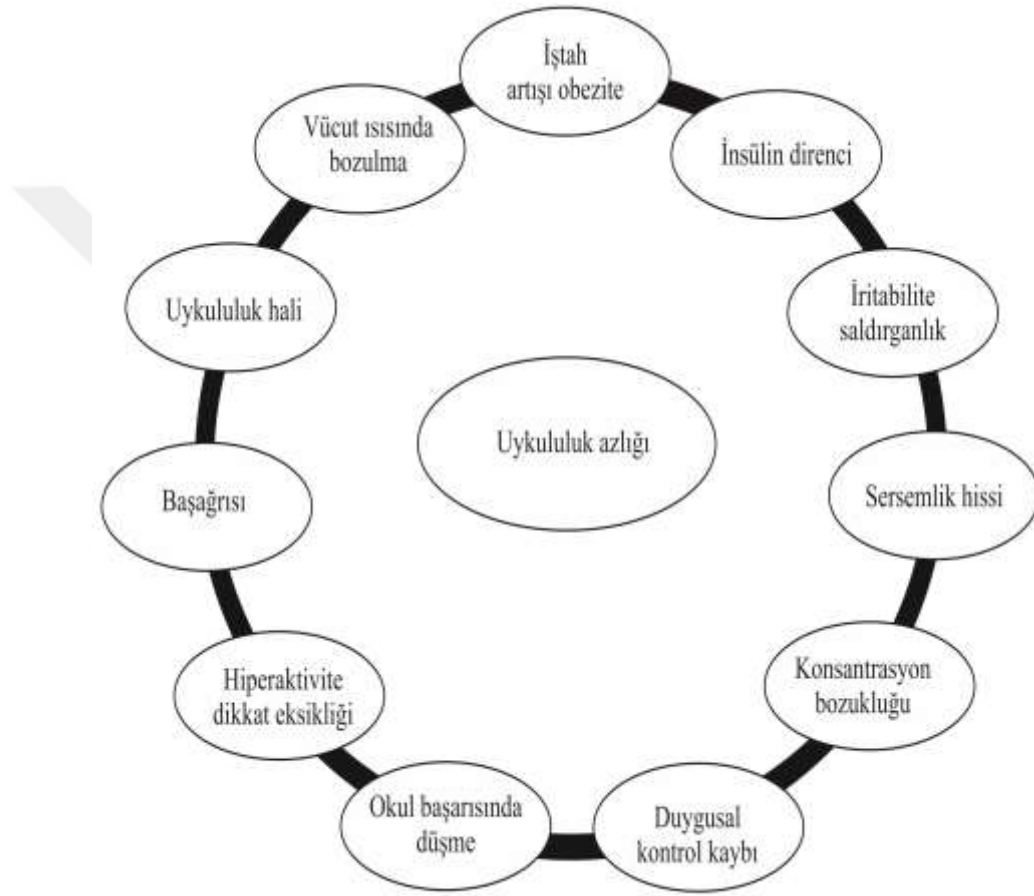
### 2.8.5. Çocuklarda Uyku Hijyeni

Uyku kalitesini arttırmak amacıyla önerilen davranışlar olarak tanımlanabileceği gibi uyku hijyenini, aynı zamanda uyku için gerekli şartların oluşturulmasını sağlayan kurallar olarak tanımlanabilmektedir. (Küçükkendirci, vd. 2021; <https://www.florence.com.tr/uyku-hijyeni>). Odabaşoğlu ve arkadaşları 2017 yılında yapmış oldukları çalışmada uyku hijyeninin önemine dikkat çekmişlerdir ve Uyku hijyeni kavramını; uykuyu kolaylaştıran davranışlar (düzenli egzersiz, düzenli bir uyku/uyanıklık programının sürdürülmesi) ve uykuya olumsuz etkisi olan davranışlardan kaçınma (sigara, akşam saatlerinde alkol veya kafein alımı, gündüz uyuklaması) olarak tanımlanmışlardır. Uyku hijyeni uygulamaları, uyku kalitesini artırmak için önemlidir. Yetersiz uyku hijyeni genellikle uyku kalitesinin ve gündüz uyanıklığının sağlanamaması nedeniyle günlük yaşam aktivitelerinde bozulmalara neden olmaktadır. Bu nedenle, uyku hijyeninin geliştirilmesi ve kullanılması oldukça önemlidir (Odabaşoğlu, vd. 2017).

Uyku hijyenini sağlamak için aşağıda belirtilen öneriler dikkate alınmalıdır.

1. Belirli bir yatma zamanı rutini oluşturulmalı
2. Hafta içi- hafta sonu yatma ve uyanma saatleri yaklaşık aynı saatlerde olmalı
3. Yatmadan önceki saatleri sessiz zaman olarak ayarlanmalı
4. Çocuk yatağa aç olarak gitmemeli
5. Yatmadan en az 1 saat önce kafein içeren şeyler almaktan sakınılmalı
6. Hergün dışarıda zaman geçirdiğinden emin olunmalı
7. Çocuğunuzun yatak odasının sessiz ve karanlık olmasına dikkat edilmeli

8. Yatak odasını uygun bir sıcaklıkta tutulmalı (24 C)
9. Çocuğun yatak odası boş zamanlar ve cezalandırma için kullanılmamalı
10. Televizyon, telefon vb. uyaranları çocuğunuzun yatak odasında bulundurmamaya özen gösterilmeli
11. Uyku saatinden önce aşırı hareketli oyun ve etkinliklerden kaçınılmalı
12. Yatağı rahat olmalıdır (Çetinkaya, Doğan; Yalaz, 2018).



**Şekil 4.** Gecikmiş uyku faz sonrası çocuklarda görülen sorunlar (Yalaz, 2018).

### 3. YÖNTEM

Bu bölümde araştırmanın modeli, evren ve örnekleme, veri toplama araçları ve toplanan verilerin analizine yönelik bilgiler sunulmuştur.

#### 3.1.Araştırmanın Modeli

3-6 yaş arasındaki çocukların anne baba tutumları, aile internet tutumları ve uyku alışkanlıkları ilişkileri inceleyen ve söz konusu bu değişkenlerin bazı demografik değişkenler açısından farklılık gösterip göstermediğini inceleyen bu araştırma var olan bir durumu herhangi bir manipülasyon yapmadan ortaya koymayı amaçlayan betimsel bir araştırmadır (Erkuş, 2013).

#### 3.2.Araştırmanın Evreni ve Örnekleme

Araştırmanın evrenini 01.05.2021-30.08.2021 tarihleri arasında Çukurova Üniversitesi Tıp Fakültesi Çocuk ve Ergen Ruh Sağlığı ve Hastalıkları Polikliniği'ne başvuran ve mentalretardasyon, otizm spektrum bozukluğu, ağır nörolojik hastalıkları olmayan çocuklar oluşturmaktadır. Bu kriterlere göre başvuru yapan 341 çocuk içerisinde araştırmaya gönüllü olan 109 katılımcı, bu araştırmanın çalışma grubunu oluşturmaktadır. Araştırmaya katılan ailelere çalışma ile ilgili bilgi verilmiş ve imzalı olarak onamları alınmıştır. Çalışmaya katılan tüm çocuk ve aileler ile yüz yüze görüşülmüş ve ölçekler araştırmacı tarafından birebir uygulanmıştır. Araştırmada örnekleme ulaşmada kolaylıkla bulunabileni örnekleme yönteminden faydalanılmıştır (Erkuş, 2013).Katılımcılara ait demografik bilgiler Tablo 4'te sunulmuştur.

**Tablo 4.**Katılımcılara Ait Demografik Bilgiler

<b>Düzy</b>	<b>F</b>	<b>%</b>	<b>Toplam</b>
<b>Cinsiyet</b>			
Erkek	70	64,2	109
Kız	39	35,8	
<b>Anne Eğitim Düzyi</b>			
İlk ve Ortaokul	29	26,6	109
Lise	39	35,8	
Yükseköğrenim	41	37,6	
<b>BabaEğitim Düzyi</b>			
İlk ve Ortaokul	25	22,9	109
Lise	37	33,9	
Yükseköğrenim	47	43,1	
<b>Gelir Düzyi</b>			
0-2825 TL	38	34,9	107
2826-5650 TL	31	28,4	
5651 TL ve Üstü	38	34,9	
<b>Uyku Süresi</b>			
6-9 Saat	36	33,0	109
10 Saat ve Üstü	73	67,0	
<b>Tablet Kullanımı</b>			
Kullanmayan	60	55,0	109
Kullanan	49	45,0	
<b>Telefon Kullanımı</b>			
Kullanmayan	36	33,0	109
Kullanan	73	67,0	
<b>Televizyon Kullanımı</b>			
1 Saate Kadar	54	49,5	109
1-2 Saat	26	23,9	
2 Saat Üstü	29	26,6	
<b>OkulaDevam Durumu</b>			
Gidiyor	39	35,8	109
Gitmiyor	70	64,2	
<b>Uyku Alışkanlığı Durumu</b>			
Problemlı Olan (41 Puan Üstü)	86	79,9	109
Problemlı Olmayan (41 Puan Altı)	23	21,1	

### 3.3.Verı Toplama Araçları

#### 1. Kişisel Bilgi Formu

Araştırmacı tarafından katılımcıların cinsiyet, yaş, gelir düzeyi, anne ve baba eğitim düzeyi, tablet, telefon ve televizyon kullanım durumları ve okul durumlarına ilişkin bilgi edinmek amacıyla hazırlanmıştır.



## 2. Çocuk Uyku Alışkanlıkları Anketi

Çocukların uyku alışkanlıklarını ve uyku ile ilişkili sorunlarını araştırmaya yönelik olarak 2000 yılında Owens ve arkadaşları tarafından geliştirilen ölçeği kısaltılmış formu toplam 33 maddeden oluşmaktadır. Ölçeğin Türkçe'ye uyarlaması Fiş ve diğerleri tarafından (2010) yapılmıştır. Ölçeğin iç tutarlılık anlamında ölçüm güvenilirliği için hesaplanan iç tutarlılık katsayısının ,78 olduğu bulunmuştur. Ölçeğin test tekrar test korelasyon katsayısı ,81 olarak hesaplanmıştır. Ölçme aracı uygulanırken anne babalardan geriye dönük olarak çocuğun uyku alışkanlıklarını bir önceki haftaya göre puanlamaları istenmektedir. Toplam test puanı maddelerden tek tek elde edilen puanların toplanması ile elde edilmektedir.

## 3. Aile İnternet Tutum Ölçeği

Araştırmada kullanılan İnternet Aile Tutumu Ölçeği vanRooij ve van den Eijden (2007) tarafından geliştirilmiştir. Ölçeğin orijinali Felemenkçe'dir. Ölçek Valcke ve arkadaşları (2010) tarafından İngilizceye çevrilerek kullanılmıştır. Ölçeğin Türkçeye uyarlaması ise Ayas ve Horzum (2016) tarafından yapılmıştır. Ölçeğin aile kontrolü faktörü 11 ve aile yakınlığı faktörü 14 maddeden oluşmaktadır. Ölçeğin geçerlik ve güvenilirliğine ilişkin elde edilen bulgular 2 faktörlü yapının kabul edilebilir uyum iyiliği değerlerine sahip olduğunu ve aile kontrolü için ,86 aile yakınlığı için ise ,92 olarak hesaplanan alfa değerleri iç tutarlılık anlamında yapılan ölçümün güvenilir olduğunu göstermektedir.

## 4. Anne-Baba Çocuk Yetiştirme Tutum Ölçeği (ABTÖ)-A

Anne-baba çocuk yetiştirme tutum ölçeği Özyürek (2017) tarafından 3-6 yaş arası çocuğa sahip anne-babalar için geliştirilmiştir. Ölçeğin geçerlik ve güvenilirlik analizlerinde Cronbach Alpha güvenilirlik katsayısı, test-tekrar test ve iki yarım test güvenilirliğinden yararlanılmıştır. Çalışmanın sonucunda Cronbach Alpha güvenilirliği ,75-,87 arasında bulunmuştur. Ölçek toplam 38 madde ve 3 boyuttan oluşmaktadır. Ölçeğe verilen cevaplar 5-4-3-2-1 şeklinde cevaplanmaktadır. Tamamen katılıyorum 5, katılıyorum ise 4, kısmen katılıyorum ise 3, katılmıyorum ise 2, kesinlikle katılmıyorum için ise 1 kodlaması yapılmaktadır. Demokratik tutum alt boyutu, baskıcı

ve otoriter tutum alt boyutu, aşırı hoşgörölü tutum alt boyutu olmak üzere üç ayrı alt boyutu bulunmaktadır. Demokratik tutum: 1, 4, 10, 13, 14, 21, 24, 28, 29, 32, 33, 34, 36, 37, 38. maddeleri kapsamaktadır. Baskıcı ve otoriter tutum: 2, 6, 7, 9, 18, 22, 23, 25, 26, 30, 35. maddeleri kapsamaktadır. Aşırı hoşgörölü tutum ise 3, 5, 8, 11, 12, 15, 16, 17, 19, 20, 27. maddelerini kapsamaktadır ve ölçekte ters madde soruları bulunmamaktadır.

### **3.4.Verilerin Analizi**

Araştırmada 3-6 yaş arasındaki çocukların anne baba tutumlarının, aile internet tutumlarının ve uyku alışkanlıklarının cinsiyet, yaş, okula gidip gitmeme, tablet ve telefon kullanma durumları ve uyku süreleri açısından farklılaşıp farklılaşmadığının incelenmesinde ilişkisiz örneklem için t testinden faydalanılmakla birlikte söz konusu analizin sayıltıları olan normallik ve varyansların homojenliği koşulları göz önünde bulundurulmuştur. Anne baba tutumları, aile internet tutumu ve uyku alışkanlıkları puanlarının normal dağılıma uygun olup olmadığının incelenmesinde faydalanılan normallik testleri ve betimsel istatistiklere ait istatistikler bulgular bölümünde sunulmuştur. Anne baba tutumları ölçeğinin alt boyutlarından hoşgörölü tutum ve uyku alışkanlıkları puanlarının dağılımlarının normal dağılıma uygun olmamasından dolayı bu iki değişkenin cinsiyet, yaş, okula gidip gitmeme, tablet ve telefon kullanma durumları ve uyku süreleri açısından farklılaşıp farklılaşmadığının incelenmesinde t testinin parametrik olmayan karşılığı olan Mann Whitney U Testi kullanılmıştır (Alpar, 2014).

Araştırmada 3-6 yaş arasındaki çocukların anne baba tutumlarının, aile internet tutumlarının ve uyku alışkanlıklarının anne ve babalarının eğitim düzeyi, aile geliri düzeyi ve televizyon kullanımı açısından farklılaşıp farklılaşmadığının incelenmesinde tek yönlü varyans analizinden faydalanılmakla birlikte söz konusu analizin sayıltıları olan normallik ve varyansların homojenliği koşulları göz önünde bulundurulmuştur. Anne baba tutumları, aile internet tutumu ve uyku alışkanlıkları puanlarının normal dağılıma uygun olup olmadığının incelenmesinde faydalanılan normallik testleri ve betimsel istatistiklere ait istatistikler bulgular bölümünde sunulmuştur. Anne baba tutumları ölçeğinin alt boyutlarından hoşgörölü tutum ve uyku alışkanlıkları puanlarının dağılımlarının normal dağılıma uygun olmamasından dolayı bu iki değişkenin anne ve babalarının eğitim düzeyi, aile geliri düzeyi ve televizyon kullanımı açısından

farklılaşp farklılaşmadığının incelenmesinde tek yönlü varyans analizinin parametrik olmayan karşılığı olan Kruskal Wallis Testi kullanılmıştır (Alpar, 2014).

Araştırmada 3-6 yaş arasındaki çocukların anne baba tutumları, aile internet tutumları ve uyku alışkanlıkları arasındaki ilişkilerin incelenmesinde bazı değişkenlerin normal dağılıma uygun olmamasından dolayı Spearman Sıra Farkları Korelasyon Katsayısı'ndan faydalanılmıştır.



#### 4.BULGULAR

Bu bölümde araştırmada incelenen hipotezlere ilişkin toplanan verilerden elde edilen bulgular sunulmuştur.

#### Araştırmada Kullanılan Ölçeklerden Elde Edilen Puanların Dağılımlarına İlişkin Bulgular

Katılımcıların anne baba tutumlarını, aile internet tutumlarını ve uyku alışkanlıklarını değerlendirmek amacıyla kullanılan Anne Baba Tutum Ölçeği, Aile İnternet Tutum Ölçeği ve Çocuk Uyku Alışkanlıkları Anketi'nden elde edilen puanların dağılımlarına ilişkin betimsel istatistikler Tablo 5'te sunulmuştur.

**Tablo 5. Araştırmada Kullanılan Ölçeklerden Elde Edilen Puanların Dağılımları**

	ABTÖ			AİTÖ		
	Demokratik	Otoriter	Hoşgörülü	AK.	AY.	UA.
N	109	109	109	109	109	109
Ortalama	64,2	40,7	28,4	41,5	53,4	47,0
Ortanca	65	40	28	42	54	45
Mod	71,0	38,0	28,0	42,0	56,0	41,0
Standart Sapma	7,3	5,8	5,6	7,18	9,4	9,6
Varyans	53,2	34,45	32,17	51,57	90,05	92,6
Çarpıklık	-0,3	0,40	0,95	-0,39	-0,41	1,42
Çarpıklık Std. Hatası	0,23	0,23	0,23	0,23	0,23	0,23
Basıklık	-0,83	0,45	2,35	0,47	-0,04	3,28
Basıklık Std. Hatası	0,46	0,46	0,46	0,46	0,46	0,46
Değişim Aralığı	27	29	33	33	43	56
En Düşük Puan	48	28	16	22	27	32
En Yüksek Puan	75	57	49	55	70	88
KolmogorovSmirnov	0,099	0,086	0,131	0,087	0,074	0,143
p	0,010	0,046	0,000	0,041	0,180	0,000
Cronbach $\alpha$	0,861	0,662	0,616	0,833	0,904	0,854

ABTÖ: Anne-Baba Çocuk Yetiştirme Tutum Ölçeği, AİTÖ: Aile İnternet Tutum Ölçeği, UA: Uyku Alışkanlıkları

Tablo 5 incelendiğinde anne baba tutum ölçeği alt ölçeklerinden olan demokratik tutum alt boyutundan alınan puanların 48 ile 75 arasında değiştiği, ortalama puanın 64,20 olduğu ve dağılımın ortalamanın  $\pm 7,30$  puan aralığında yaygınlık gösterdiği

görülmektedir. Söz konusu ölçme aracının iç tutarlılık anlamında ölçüm güvenilirliğinin incelenmesi için hesaplanan iç tutarlılık katsayısı ( $\alpha=,861$ ) yapılan ölçümün iç tutarlılık anlamında iyi seviyede güvenilir olduğunu göstermektedir. Demokratik alt boyutundan alınan puanların dağılımının normal dağılıma uygunluğunun incelenmesinde her ne kadar KolmogorovSmirnov normallik testinden elde edilen sonuçlar ( $p<,05$ ) dağılımın normal dağılımdan farklı olduğunu belirtse de basıklık ve çarpıklık katsayılarının standart hatalarına oranı  $\pm 2$  aralığını aşmadığından (Tabachnick ve Fidell, 2012) dağılım normal dağılıma uygun olarak kabul edilebilmektedir.

Tablo 5 incelendiğinde anne baba tutum ölçeği alt ölçeklerinden olan otoriter tutum alt boyutundan alınan puanların 28 ile 57 arasında değiştiği, ortalama puanın 40,72 olduğu ve dağılımın ortalamasının  $\pm 5,82$  puan aralığında yaygınlık gösterdiği görülmektedir. Söz konusu ölçme aracının iç tutarlılık anlamında ölçüm güvenilirliğinin incelenmesi için hesaplanan iç tutarlılık katsayısı ( $\alpha=,662$ ) yapılan ölçümün iç tutarlılık anlamında kabul edilebilir seviyede güvenilir olduğunu göstermektedir. Otoriter alt boyutundan alınan puanların dağılımının normal dağılıma uygunluğunun incelenmesinde her ne kadar KolmogorovSmirnov normallik testinden elde edilen sonuçlar ( $p<,05$ ) dağılımın normal dağılımdan farklı olduğunu belirtse de basıklık ve çarpıklık katsayılarının standart hatalarına oranı  $\pm 2$  aralığını aşmadığından (Tabachnick ve Fidell, 2012) dağılım normal dağılıma uygun olarak kabul edilebilmektedir.

Tablo 5 incelendiğinde anne baba tutum ölçeği alt ölçeklerinden olan hoşgörülü tutum alt boyutundan alınan puanların 16 ile 49 arasında değiştiği, ortalama puanın 28,40 olduğu ve dağılımın ortalamasının  $\pm 5,67$  puan aralığında yaygınlık gösterdiği görülmektedir. Söz konusu ölçme aracının iç tutarlılık anlamında ölçüm güvenilirliğinin incelenmesi için hesaplanan iç tutarlılık katsayısı ( $\alpha=,616$ ) yapılan ölçümün iç tutarlılık anlamında kabul edilebilir seviyede güvenilir olduğunu göstermektedir. Hoşgörülü tutum alt boyutundan alınan puanların dağılımının normal dağılıma uygunluğunun incelenmesinde hem KolmogorovSmirnov normallik testinden elde edilen sonuçlar ( $p<,05$ ) hem de çarpıklık katsayılarının standart hatalarına oranı  $\pm 2$  aralığını aşması (Tabachnick ve Fidell, 2012) dolayısı ile dağılımın normal dağılıma uygun olmadığı söylenebilmektedir.

Tablo 5 incelendiğinde aile internet tutum ölçeği alt ölçeklerinden olan aile kontrolü alt boyutundan alınan puanların 22 ile 55 arasında değiştiği, ortalama puanın 41,53

olduğu ve dağılımın ortalamasının  $\pm 7,18$  puan aralığında yaygınlık gösterdiği görülmektedir. Söz konusu ölçme aracının iç tutarlılık anlamında ölçüm güvenilirliğinin incelenmesi için hesaplanan iç tutarlılık katsayısı ( $\alpha = ,833$ ) yapılan ölçümün iç tutarlılık anlamında iyi seviyede güvenilir olduğunu göstermektedir. Aile kontrolü alt boyutundan alınan puanların dağılımının normal dağılıma uygunluğunun incelenmesinde her ne kadar KolmogorovSmirnov normallik testinden elde edilen sonuçlar ( $p < ,05$ ) dağılımın normal dağılımdan farklı olduğunu belirtse de basıklık ve çarpıklık katsayılarının standart hatalarına oranı  $\pm 2$  aralığını aşmadığından (Tabachnick ve Fidell, 2012) dağılım normal dağılıma uygun olarak kabul edilebilmektedir.

Tablo 5 incelendiğinde aile internet tutum ölçeği alt ölçeklerinden olan aile yakınlığı alt boyutundan alınan puanların 27 ile 70 arasında değiştiği, ortalama puanın 53,44 ve dağılımın ortalamasının  $\pm 9,49$  puan aralığında yaygınlık gösterdiği görülmektedir. Söz konusu ölçme aracının iç tutarlılık anlamında ölçüm güvenilirliğinin incelenmesi için hesaplanan iç tutarlılık katsayısı ( $\alpha = ,904$ ) yapılan ölçümün iç tutarlılık anlamında mükemmel seviyede güvenilir olduğunu göstermektedir. Aile yakınlığı alt boyutundan alınan puanların dağılımının normal dağılıma uygunluğunun incelenmesinde hem KolmogorovSmirnov normallik testinden elde edilen sonuçlar ( $p > ,05$ ) hem de basıklık ve çarpıklık katsayılarının standart hatalarına oranının  $\pm 2$  aralığında (Tabachnick ve Fidell, 2012) olması dağılımın normal dağılıma uygun olduğunu göstermektedir.

Tablo 5 incelendiğinde çocuk uyku alışkanlıkları anketinden alınan puanların 32 ile 88 arasında değiştiği, ortalama puanın 47,03 olduğu ve dağılımın ortalamasının  $\pm 9,62$  puan aralığında yaygınlık gösterdiği görülmektedir. Söz konusu ölçme aracının iç tutarlılık anlamında ölçüm güvenilirliğinin incelenmesi için hesaplanan iç tutarlılık katsayısı ( $\alpha = ,854$ ) yapılan ölçümün iç tutarlılık anlamında iyi seviyede güvenilir olduğunu göstermektedir. Çocuk uyku alışkanlıkları anketinden alınan puanların dağılımının normal dağılıma uygunluğunun incelenmesinde hem KolmogorovSmirnov normallik testinden elde edilen sonuçlar ( $p < ,05$ ) hem de çarpıklık katsayılarının standart hatalarına oranı  $\pm 2$  aralığını aşması (Tabachnick ve Fidell, 2012) dolayısı ile dağılımın normal dağılıma uygun olmadığı söylenebilmektedir.

### Okul Durumuna Göre 3-6 Yaş Arası Çocukların Anne Baba Tutumları, Aile İnternet Tutumları ve Uyku Alışkanlıkları Puanları Arasındaki Farklılıklara İlişkin Bulgular

Tablo 6'da katılımcıların okula gidip gitmemelerine göre anne baba tutum ölçeği, aile internet tutum ölçeği ve çocuk uyku alışkanlıkları ölçeğinden almış oldukları puanların dağılımı sunulmuştur.

**Tablo 6. Okul Durumuna Göre Anne Baba Tutumu, Aile İnternet Tutumu ve Uyku Alışkanlıkları Puanlarının Dağılımı ve Analizleri**

Bağımlı Değişken	Okula Gidiyor (N:39)				Okula Gitmiyor(N:70)				P
	Xort	SS	$\bar{x}$	SO	Xort	SO	$\bar{x}$	SS	
<b>ABTÖ</b>									
Demokratik Tutum	68,0	5,7	67,4		62,0		62,3	7,4	0,00*
Otoriter Tutum	40,0	5,7	39,4		41,5		41,4	5,8	0,10*
Hoşgörülü Tutum	27,0	5,7	27,3	49,7	28,0	57,9	28,9	5,5	0,19**
<b>AİTÖ</b>									
Aile Kontrolü	43,0	7,9	42,2		41,0		41,1	6,7	0,45*
Aile Yakınlığı	56,0	8,6	56,2		52,0		51,8	9,6	0,02*
<b>ÇUAA</b>									
Uyku Alışkanlığı	44,0	7,7	45,3	50,6	45,0	57,4	47,9	10,4	0,28**

\*:T testi, \*\*:Mann Whitney U testi, SO: sıra ortalaması, SS: standart sapma, ABTÖ: Anne-Baba Çocuk Yetiştirme Tutum Ölçeği, AİTÖ: Aile İnternet Tutum Ölçeği, ÇUAA: Çocuk Uyku Alışkanlıkları Anketi

Tablo incelendiğinde okula giden ve gitmeyen çocukların anne baba tutumu, aile internet tutumu ve uyku alışkanlıkları puan ortalama ve ortanca değerlerinin birbiri ile aynı olmadığı görülmekle birlikte puanlar arasında görülen bu farklılıkların anlamlı olup olmadığına ilişkin yapılan t testi ve Mann Whitney U testi yapılmıştır.

Analizler incelendiğinde 3-6 yaş arasındaki çocukların anne baba tutumlarından otoriter tutum ( $t=-1,644$ ,  $p>,05$ ) ve aile internet tutumu alt boyutlarından aile kontrolü ( $t=,757$ ,  $p>,05$ ) puan ortalamalarında okula gidip gitmeme durumlarına göre anlamlı bir

farklılık olmadığı görülmektedir. Bununla birlikte 3-6 yaş arasındaki çocukların anne baba tutumlarından demokratik tutum ( $t=3,964$ ,  $p<,001$ ) ve aile internet tutumu alt boyutlarından aile yakınlığı ( $t=2,383$ ,  $p<,05$ ) puan ortalamalarının okula gidip gitmeme durumuna göre anlamlı düzeyde farklılaşmaktadır. Puan ortalamalarına bakıldığında ise okula giden çocukların anne babalarının demokratik tutum ve aile yakınlığı puanlarının okula gitmeyen çocuklardan anlamlı düzeyde daha yüksek olduğu görülmektedir. Yine, 3-6 yaş arasındaki çocukların anne baba tutumlarından hoşgörülü tutum ( $U=1160$ ,  $p>,05$ ) ve uyku alışkanlıkları ( $U=1193,50$ ,  $p>,05$ ) sıra ortalamalarında okul durumlarına göre anlamlı bir farklılık olmadığı görülmektedir.

### **Uyku Sürelerine Göre 3-6 Yaş Arası Çocukların Anne Baba Tutumları, Aile İnternet Tutumları ve Uyku Alışkanlıkları Puanları Arasındaki Farklılıklara İlişkin Bulgular**

Tablo 7’de katılımcıların uyku sürelerine anne baba tutum ölçeği, aile internet tutum ölçeği ve çocuk uyku alışkanlıkları ölçeğinden almış oldukları puanların dağılımı sunulmuştur.

**Tablo 7. Uyku Sürelerine Göre Anne Baba Tutumu, Aile İnternet Tutumu ve Uyku Alışkanlıkları Puanlarının Dağılımı ve Analizleri**

Bağımlı Değişken	Uyku Süresi								P
	6-9 Saat (N:36)				10 Saat ve Üstü (N:73)				
	SO	X ort	$\bar{x}$	SS	SO	X ort	$\bar{x}$	SS	
<b>ABTÖ</b>									
Demokratik Tutum		61,5	62,6	7,5	66,0	64,9	7,1		0,13*
Otoriter Tutum		40,5	41,3	5,1	40,0	40,3	6,2		0,40*
Hoşgörülü Tutum	53,3	28,0	28,1	6,3	55,8	28,0	28,5	5,3	0,70**
<b>AİTÖ</b>									
Aile Kontrolü		40,0	40,4	8,6	42,0	42,0	6,3		0,28*
Aile Yakınlığı		53,0	52,8	10,7	54,0	53,7	8,8		0,64*
<b>ÇUAA</b>									
Uyku Alışkanlığı	65,7	48,0	50,4	10,7	49,7	44,0	45,3	8,6	0,01**

\*:T testi, \*\*:Mann Whitney U testi, SO: sıra ortalaması, SS: standart sapma, ABTÖ: Anne-Baba Çocuk Yetiştirme Tutum Ölçeği, AİTÖ: Aile İnternet Tutum Ölçeği, ÇUAA: Çocuk Uyku Alışkanlıkları Anketi.



Tablo incelendiğinde uyku süresi 6-9 saat arası ve 10 saat ve üstü olan çocukların anne baba tutumu, aile internet tutumu ve uyku alışkanlıkları puan ortalama ve ortanca değerlerinin birbiri ile aynı olmadığı görülmekle birlikte puanlar arasında görülen bu farklılıkların anlamlı olup olmadığına ilişkin yapılan t testi ve Mann Whitney U testi ile analizler sunulmuştur. Analizler incelendiğinde 3-6 yaş arasındaki çocukların anne baba tutumlarından demokratik tutum ( $t = -1,524, p > ,05$ ), otoriter tutum ( $t = ,839, p > ,05$ ) ve aile internet tutum alt boyutlarından aile kontrolü ( $t = -1,083, p > ,05$ ) ve aile yakınlığı ( $t = -,467, p > ,05$ ) puan ortalamalarında çocukların uyku sürelerine göre anlamlı bir farklılık olmadığı görülmektedir.

3-6 yaş arasındaki çocukların anne baba tutumlarından hoşgörülü tutum ( $U = 1254, p > ,05$ ) sıra ortalamalarında uyku sürelerine göre anlamlı bir farklılık olmadığı görülmektedir. Bununla birlikte çocukların uyku sürelerine göre uyku alışkanlığı sıra ortalamalarında ( $U = 927,50, p < ,05$ ) anlamlı bir farklılık bulunmakta olup 6-9 saat arası uyku süresi bulunan çocukların uyku alışkanlığı sıra ortalamalarının 10 saat ve üstü uyku süresi olanlardan anlamlı düzeyde daha yüksek olduğu görülmektedir.

### **Tablet Kullanım Durumlarına Göre 3-6 Yaş Arası Çocukların Anne Baba Tutumları, Aile İnternet Tutumları ve Uyku Alışkanlıkları Puanları Arasındaki Farklılıklara İlişkin Bulgular**

Tablo 8’de katılımcıların tablet kullanımına göre anne baba tutum ölçeği, aile internet tutum ölçeği ve çocuk uyku alışkanlıkları ölçeğinden almış oldukları puanların dağılımı sunulmuştur. Tablo incelendiğinde tablet kullanan ve kullanmayan çocukların anne baba tutumu, aile internet tutumu ve uyku alışkanlıkları puan ortalama ve ortanca değerlerinin birbiri ile aynı olmadığı görülmekle birlikte puanlar arasında görülen bu farklılıkların anlamlı olup olmadığına ilişkin yapılan t testi ve Mann Whitney U testi bulguları sunulmuştur.

**Tablo 8. Tablet Kullanımına Göre Anne Baba Tutumu, Aile İnternet Tutumu, Uyku Alışkanlıkları Puanlarının Dağılımı ve Analizleri**

Bağımlı Değişken	Tablet Kullanmıyor (N:60)				Tablet Kullanıyor(N:49)				P
	X ort	$\bar{x}$	Sd	SO	X ort	$\bar{x}$	Sd	SO	
<b>ABTÖ</b>									
Demokratik Tutum	63,5	63,3	7,7		66,0	65,2	6,6		0,16*
Otoriter Tutum	42,0	41,1	5,4		39,0	40,2	6,3		0,41*
Hoşgörülü Tutum	27,0	27,8	5,9	50,8	28,0	29,0	5,2	60,1	0,13**
<b>AİTÖ</b>									
Aile Kontrolü	41,0	40,3	8,0		42,0	43,0	5,7		0,04*
Aile Yakınlığı	52,0	51,7	9,8		56,0	55,5	8,7		0,04*
<b>ÇUAA</b>									
Uyku Alışkanlığı	45,5	48,2	9,9	59,2	44,0	45,5	9,1	49,7	0,12**

\*:T testi, \*\*:Mann Whitney U testi, SO: sıra ortalaması, Sd: standart sapma, ABTÖ: Anne-Baba Çocuk Yetiştirme Tutum Ölçeği, AİTÖ: Aile İnternet Tutum Ölçeği, ÇUAA: Çocuk Uyku Alışkanlıkları Anketi.

Tablo 8 incelendiğinde 3-6 yaş arasındaki çocukların anne baba tutumlarından demokratik tutum ( $t=-1,408$ ,  $p>,05$ ) ve otoriter tutum ( $t=,821$ ,  $p>,05$ ) puan ortalamalarında tablet kullanma durumlarına göre anlamlı bir farklılık olmadığı görülmektedir. Bununla birlikte 3-6 yaş arasındaki çocukların aile internet tutumu alt boyutlarından aile kontrolü ( $t= -2,078$ ,  $p<,001$ ) ve aile yakınlığı ( $t=-2,090$ ,  $p<,05$ ) puan ortalamalarının tablet kullanma durumuna göre anlamlı düzeyde farklılaşmaktadır. Puan ortalamalarına bakıldığında ise tablet kullanan çocukların aile internet tutumları alt boyutlarından aile kontrolü ve aile yakınlığı puanlarının tablet kullanmayan çocuklardan anlamlı düzeyde daha yüksek olduğu görülmektedir. Çocukların anne baba tutumlarından hoşgörülü tutum ( $U=1219$ ,  $p>,05$ ) ve uyku alışkanlıkları ( $U=1213,50$ ,  $p>,05$ ) sıra ortalamalarında tablet kullanım durumuna göre anlamlı bir farklılık olmadığı görülmektedir.

### Telefon Kullanım Durumlarına Göre 3-6 Yaş Arası Çocukların Anne Baba Tutumları, Aile İnternet Tutumları ve Uyku Alışkanlıkları Puanları Arasındaki Farklılıklara İlişkin Bulgular

Tablo 9’da katılımcıların telefon kullanımına göre anne baba tutum ölçeği, aile internet tutum ölçeği ve çocuk uyku alışkanlıkları ölçeğinden almış oldukları puanların dağılımı sunulmuştur. Tablo incelendiğinde telefon kullanan ve kullanmayan çocukların anne baba tutumu, aile internet tutumu ve uyku alışkanlıkları puan ortalama ve ortanca değerlerinin birbiri ile aynı olmadığı görülmekle birlikte puanlar arasında görülen bu farklılıkların anlamlı olup olmadığına ilişkin yapılan t testi ve Mann Whitney U testi bulguları sunulmuştur.

**Tablo 9. Telefon Kullanımına Göre Anne Baba Tutumu, Aile İnternet Tutumu ve Uyku Alışkanlıkları Puanlarının Dağılımı ve Analizleri**

Bağımlı Değişken	Telefon Kullanmıyor(n:36)				Telefon Kullanıyor(n:73)				P
	X ort	$\bar{x}$	Sd	SO	X ort	$\bar{x}$	Sd	SO	
<b>ABTÖ</b>									
Demokratik	68,0	66,1	7,3		63,0	63,2	7,1		0,06*
Otoriter	39,5	40,8	7,3		40,0	40,6	5,0		0,90*
Hoşgörülü	28,0	29,2	6,0	59,3	28,0	27,9	5,4	52,8	0,31**
<b>AİTÖ</b>									
Aile Kontrolü	42,5	43,5	6,7		41,0	40,5	7,2		0,04*
Aile Yakınlığı	56,0	56,7	9,3		52,0	51,8	9,2		0,01*
<b>ÇUAA</b>									
Uyku Alışkanlığı	42,5	46,3	12,5	47,5	73,0	47,3	7,8	58,7	0,08**

\*:T testi, \*\*:Mann Whitney U testi, SO: sıra ortalaması, Sd: standart sapma, ABTÖ: Anne-Baba Çocuk Yetiştirme Tutum Ölçeği, AİTÖ: Aile İnternet Tutum Ölçeği, ÇUAA: Çocuk Uyku Alışkanlıkları Anketi.

Tablo incelendiğinde 3-6 yaş arasındaki çocukların anne baba tutumlarından demokratik tutum ( $t=1,943$ ,  $p>,05$ ) ve otoriter tutum ( $t=,130$ ,  $p>,05$ ) puan ortalamalarında telefon kullanma durumlarına göre anlamlı bir farklılık olmadığı görülmektedir. Bununla birlikte 3-6 yaş arasındaki çocukların aile internet tutumu alt

boyutlarından aile kontrolü ( $t= 2,098, p<,05$ ) ve aile yakınlığı ( $t=2,602, p<,05$ ) puan ortalamalarının telefon kullanma durumuna göre anlamlı düzeyde farklılaşmaktadır. Puan ortalamalarına bakıldığında ise telefon kullanmayan çocukların aile internet tutumları alt boyutlarından aile kontrolü ve aile yakınlığı puanlarının telefon kullanan çocuklardan anlamlı düzeyde daha yüksek olduğu görülmektedir. Çocukların anne baba tutumlarından hoşgörülü tutum ( $U=1156,50, p>,05$ ) ve uyku alışkanlıkları ( $U=1044, p>,05$ ) sıra ortalamalarında telefon kullanım durumuna göre anlamlı bir farklılık olmadığı görülmektedir.

**Tablo 10. Haftalık Telefon ve Tablet Kullanımına Göre Anne Baba Tutumu, Aile İnternet Tutumu ve Uyku Alışkanlıkları Puanlarının Dağılımı ve Analizleri**

	Tablet ve Telefon Haftalık Kullanım Süresi								t	U	p
	8 saate kadar (n:57)				8 saatten fazla (n:52)						
	X <sub>ort</sub>	$\bar{x}$	SS	SO	X <sub>ort</sub>	$\bar{x}$	SS	SO			
<b>ABTÖ</b>											
Demokratik	66,0	65,0	7,3		62,0	63,2	7,2		1,30		0,19*
Otoriter	40,0	40,8	6,4		40,0	40,5	5,2		0,33		0,74*
Hoşgörülü	28,0			59,8	27,5			49,7		1206,50	0,09**
<b>AİTÖ</b>											
Aile Kontrolü	43,0	42,8	6,3		40,5	40,0	7,8		2,11		0,04*
Aile Yakınlığı	56,0	54,9	8,6		52,0	51,7	10,1		1,79		0,08*
<b>ÇUAA</b>											
Uyku Alışkanlığı	43,0			50,3	46,0			60,1		1215,00	0,10**

\*:T testi, \*\*:Mann Whitney U testi, SO: sıra ortalaması, SS: standart sapma, ABTÖ: Anne-Baba Çocuk Yetiştirme Tutum Ölçeği, AİTÖ: Aile İnternet Tutum Ölçeği, ÇUAA: Çocuk Uyku Alışkanlıkları Anketi.

Tablo 10’de görüldüğü gibi haftalık telefon ve tablet kullanım sürelerine göre çocukların anne baba tutumu ve aile internet tutumu puanları birbiri ile aynı değildir. Söz konusu bu farkın anlamlı olup olmadığına ilişkin olarak ilişkisiz örneklem için t

testi hesaplanmıştır. Elde edilen sonuçlara göre katılımcıların demokratik tutum ( $t=1,30$ ,  $p>,05$ ), otoriter tutum ( $t=0,33$ ,  $p>,05$ ) ve aile yakınlığı ( $t=1,79$ ,  $p>,05$ ) puan ortalamalarının haftalık telefon ve tablet kullanım sürelerine göre anlamlı olarak farklılık göstermediği görülmektedir. Bununla birlikte katılımcıların aile kontrolü ( $t=2,11$ ,  $p<,05$ ) ortalamaları haftalık tablet ve telefon kullanım sürelerine göre anlamlı düzeyde farklılaşmakta olup tablet ve telefon kullanım süresi haftalık 8 saate kadar olan çocukların aile kontrolü ortalamalarının haftalık tablet ve telefon kullanım süresi 8 saatten fazla olanlardan anlamlı düzeyde daha yüksek olduğu görülmektedir.

Haftalık telefon ve tablet kullanım sürelerine göre çocukların hoşgörülü tutum ve uyku alışkanlığı puanları birbiri ile aynı değildir. Söz konusu bu farkın anlamlı olup olmadığına ilişkin olarak Mann Whitney U Testi hesaplanmıştır. Elde edilen sonuçlara göre katılımcıların hoşgörülü tutum ( $U=1206,5$ ,  $p>,05$ ) ve uyku alışkanlığı ( $U=1215,00$ ,  $p>,05$ ) sıra ortalamalarının haftalık tablet ve telefon kullanım sürelerine göre anlamlı olarak farklılık göstermediği görülmektedir.

Tablo incelendiğinde kız çocukların tablet ve televizyon kullanım sürelerinde haftalık 8 saatten fazla kullananların oranının (%53,84) haftalık 8 saatten az kullananlardan daha yüksek olduğu görülmekle birlikte erkeklerde haftalık 8 saatten az kullananların (%55,71) oranı haftalık 8 saatten fazla kullananlardan (%44,28) daha yüksektir. Haftalık televizyon izleme süresi açısından değerlendirildiğinde ise hem kız (%48,71) hem de erkek (%48,57) çocukların haftalık 8 saatten az izleyenlerin oranlarının 8 saatten fazla izleyenlerden daha düşük olduğu görülmektedir.

### **Televizyon Kullanım Durumlarına Göre 3-6 Yaş Arası Çocukların Anne Baba Tutumları, Aile İnternet Tutumları ve Uyku Alışkanlıkları Puanları Arasındaki Farklılıklara İlişkin Bulgular**

Tablo 11’de katılımcıların televizyon kullanımına göre anne baba tutum ölçeği, aile internet tutum ölçeği ve çocuk uyku alışkanlıkları ölçeğinden almış oldukları puanların dağılımı sunulmuştur.

**Tablo 11. Televizyon Kullanımına Göre Anne Baba Tutumu, Aile İnternet Tutumu ve Uyku Alışkanlıkları Puanlarının Dağılımı ve Analizleri**

Değişken	Günlük Televizyon Kullanım Süresi												X <sup>2</sup>	P
	1 Saate Kadar				1 -2 Saat				2 Saat Üstü					
	Xor t	$\bar{x}$	SS	SO	Xort	$\bar{x}$	SS	SO	Xor t	$\bar{x}$	Sd	SO		
<b>ABTÖ</b>														
Demokratik	66,0	65,0	7,1		64,5	65,6	6,2		60,0	61,3	7,8			
Otoriter	40,0	40,9	6,5		38,5	39,7	6,0		42,0	41,1	4,2			
Hoşgörülü	28,0	29,0	7,0	58,1	28,0	28,0	3,5	56,1	27,0	27,4	4,0	48,0	2,0	0,37
<b>AİTÖ</b>														
AK.	43,0	42,5	7,3		42,0	43,4	43,4		38,0	37,9	7,4			
AY.	56,0	55,3	8,9		54,5	55,1	55,1		50,0	48,2	11,3			
<b>ÇUAA</b>														
Uyku A.	44,0	46,5	8,8	53,4	42,0	44,4	44,4	42,7	52,0	50,3	8,7	68,9	9,7	0,01

AK.: Aile Kontrolü, AY.:Aile YakınlığıSO: sıra ortalaması, SS: standart sapma,ABTÖ: Anne-Baba Çocuk Yetiştirme Tutum Ölçeği, AİTÖ: Aile İnternet Tutum Ölçeği, ÇUAA: Çocuk Uyku Alışkanlıkları Anketi.

Tablo incelendiğinde televizyon kullanan ve kullanmayan çocukların anne baba tutumu, aile internet tutumu ve uyku alışkanlıkları puan ortalama ve ortanca değerlerinin birbiri ile aynı olmadığı görülmekle birlikte puanlar arasında görülen bu farklılıkların anlamlı olup olmadığına ilişkin yapılan Tek Yönlü Varyans Analizi ve Kruskal Wallis Testi bulguları Tablo 17 ve Tablo 18’de sunulmuştur.

Tablo incelendiğinde 3-6 yaş arasındaki çocukların anne baba tutumlarından hoşgörülü tutum ( $X^2 = 2,00$   $p > ,05$ ) sıra ortalamalarında televizyon kullanım durumuna göre anlamlı bir farklılık olmadığı görülmektedir. Bununla birlikte 3-6 yaş arasındaki çocukların uyku alışkanlığı sıra ortalamalarının televizyon kullanım durumuna göre ( $X^2 = 9,73$ ,  $p < ,05$ ) anlamlı düzeyde farklılaştığı görülmektedir. Sıra ortalamaları arasında görülen bu farklılığın hangi gruplar arasında olduğunu hesaplamak amacıyla Mann Whitney U Testi’nden faydalanılarak ikili karşılaştırmalar yapılmış olup birinci tip hatayı önlemek amacıyla Bonferroni düzeltmesinden yararlanılmış ve anlamlılık düzeyi karşılaştırma sayısına oranla indirgenmiştir ( $p = 0,05/3 = 0,016$ ). Elde edilen sonuçlara göre televizyon kullanım süresi 2 saatten fazla olan çocukların uyku alışkanlıkları sıra ortalamalarının televizyon kullanım süresi 1 saatten 2 saate kadar olan çocuklardan anlamlı düzeyde daha yüksek olduğu görülmüştür ( $p < 0,016$ ).

**Tablo 12. Demokratik, Otoriter Tutum ve Aile Kontrolü ve Aile Yakınlığı Puanlarının Televizyon Kullanımına Göre İncelenmesi**

Bağımlı Değişken	Varyansın Kaynağı	KT	Sd	KO	F	P	Manidar Fark
Demokratik Tutum	Grup İçi	337,888	2	168,944			
	Gruplar Arası	5413,671	106	51,072	3,308	,040	
	Toplam	5751,560	108				
Otoriter Tutum	Grup İçi	33,397	2	16,698			
	Gruplar Arası	3686,787	106	34,781	0,480	,620	
	Toplam	3720,183	108				
Aile Kontrolü	Grup İçi	525,596	2	262,798			3<1
	Gruplar Arası	5043,542	106	47,581	5,523	,005	3<2
	Toplam	5569,138	108				
Aile Yakınlığı	Grup İçi	1068,680	2	534,340			
	Gruplar Arası	8656,182	106	81,662	6,453	,002	3<1 2<1
	Toplam	9724,862	108				

Demokratik Tutum Levene F= ,766, p>0,05  
 Otoriter Tutum Levene F= 1,615, p>0,05  
 Aile Kontrolü Levene F= ,745, p>0,05  
 Aile Yakınlığı Levene F= 6,006 p<0,05

Tablo 12 incelendiğinde 3-6 yaş arasındaki çocukların anne baba tutumlarından demokratik tutum (F=3,308, p>,05) ve otoriter tutum (F=,480, p>,05) puan ortalamalarında televizyon kullanma durumlarına göre anlamlı bir farklılık olmadığı görülmektedir. Bununla birlikte 3-6 yaş arasındaki çocukların aile internet tutumu alt boyutlarından aile kontrolü (F= 5,523, p<,05) ve aile yakınlığı (F=6,453, p<,05) puan ortalamaları televizyon kullanma durumuna göre anlamlı düzeyde farklılaşmaktadır.

Aile kontrolü puan ortalamalarında görülen bu farklılığın hangi gruplar arasında olduğunu hesaplamak amacıyla çoklu karşılaştırma testlerinden Tukey kullanılmış olup aile yakınlığı puan ortalamaları için gruplar arası karşılaştırmalarda varyanslar homojen olmadığından çoklu karşılaştırma testlerinden Tamhane'nin T2'sinden faydalanılmıştır. Çoklu karşılaştırma testlerinden elde edilen sonuçlara göre 2 saat ve üstü televizyon izleyen çocukların aile kontrolü puan ortalamalarının 1 saate kadar ve 1 saatten 2 saate kadar televizyon izleyen çocuklardan anlamlı düzeyde daha düşük olduğu görülmüştür (p<,05). Aile yakınlığı açısından bakıldığında ise televizyon kullanımı 1 saate kadar olan çocukların aile yakınlığı puanlarının televizyon kullanımı 1 saatten 2 saate kadar

olan ve 2 saatten fazla olan çocuklardan anlamlı düzeyde daha yüksek aile yakınlığı puanlarının olduğu görülmüştür.

**Tablo 13. Anne Baba Tutumu, Aile İnternet Tutumu ve Uyku Alışkanlıkları Puanlarının Haftalık Televizyon Kullanımına Göre İncelenmesi**

	Haftalık Televizyon Kullanım Süresi								t / U	U	p
	8 saate kadar (N:53)				8 saatten fazla (N:56)						
	SO	X <sub>ort</sub>	$\bar{x}$	SS	SO	X <sub>ort</sub>	$\bar{x}$	SS			
<b>ABTÖ</b>											
Demokratik		66,0	53,0	7,1	56	63,0	63,5	7,4	1,01		0,32*
Otoriter		40,0	53,0	6,4	56	41,5	40,2	5,3	0,78		0,43*
Hoşgörülü	58,7	28,0			51,4	28,0				1284,0	0,22**
<b>AİTÖ</b>											
Aile Kont.		43,0	53,0	7,4	56	40,0	40,5	6,8	1,47		0,14*
Aile Yak.		56,0	53,0	8,8	56	52,0	51,8	9,8	1,87		0,06*
<b>ÇUAA</b>											
Uyku Alış.	53,4	44,0			56,4	45,5					0,62**

\*:T testi, \*\*:Mann Whitney U testi, SO: sıra ortalaması, SS: standart sapma, ABTÖ: Anne-Baba Çocuk Yetiştirme Tutum Ölçeği, AİTÖ: Aile İnternet Tutum Ölçeği, ÇUAA: Çocuk Uyku Alışkanlıkları Anketi

Tablo 13'te görüldüğü gibi haftalık televizyon kullanım sürelerine göre çocukların anne baba tutumu ve aile internet tutumu puanları birbiri ile aynı değildir. Söz konusu bu farkın anlamlı olup olmadığına ilişkin olarak ilişkisiz örneklem için t testi hesaplanmıştır. Elde edilen sonuçlara göre katılımcıların demokratik tutum (t=1,01, p>,05), otoriter tutum (t=0,78, p>,05), aile kontrolü (t=1,47, p>,05) ve aile yakınlığı (t=1,87, p>,05) puan ortalamalarının haftalık televizyon kullanım sürelerine göre anlamlı olarak farklılık göstermediği görülmektedir.

Haftalık televizyon kullanım sürelerine göre çocukların hoşgörülü tutum ve uyku alışkanlığı puanları birbiri ile aynı değildir. Söz konusu bu farkın anlamlı olup olmadığına ilişkin olarak Mann Whitney U Testi hesaplanmıştır. Elde edilen sonuçlara göre katılımcıların hoşgörülü tutum (U=1284, p>,05) ve uyku alışkanlığı (U=1403, p>,05) sıra ortalamalarının haftalık televizyon kullanım sürelerine göre anlamlı olarak farklılık göstermediği görülmektedir.



### Anne Eğitim Düzeyine Göre 3-6 Yaş Arası Çocukların Anne Baba Tutumları, Aile İnternet Tutumları ve Uyku Alışkanlıkları Puanları Arasındaki Farklılıklara İlişkin Bulgular

Tablo 14'te katılımcıların annelerinin eğitim düzeyine göre anne baba tutum ölçeği, aile internet tutum ölçeği ve çocuk uyku alışkanlıkları ölçeğinden almış oldukları puanların dağılımı sunulmuştur.

**Tablo 14. Anne Eğitim Düzeyine Göre Anne Baba Tutumu, Aile İnternet Tutumu ve Uyku Alışkanlıkları Puanlarının Dağılımı ve Analizlerin İncelenmesi**

Bağımlı Değişken	Anne Eğitim Düzeyi	X <sub>ort</sub>	$\bar{x}$	SS	SO	X <sup>2</sup>	P
Demokratik Tutum	İlk ve Ortaokul	59	59,7	7,7			
	Lise	65	65,0	7,0			
	Yükseköğrenim	67	66,4	5,823			
Otoriter Tutum	İlk ve Ortaokul	43	42,4	6,334			
	Lise	40	40,8	6,152			
	Yükseköğrenim	40	39,3	4,983			
Hoşgörülü Tutum	İlk ve Ortaokul	29	31,0	5,7	68,9		
	Lise	28	28,3	6,5	54,9	9,5	0,008*
	Yükseköğrenim	27	26,6	3,8	45,2		
Aile Kontrolü	İlk ve Ortaokul	39	38,3	6,1			
	Lise	41	40,8	8,2			
	Yükseköğrenim	45	44,4	5,6			
Aile Yakınlığı	İlk ve Ortaokul	50	49,0	10,2			
	Lise	53	53,5	8,8			
	Yükseköğrenim	56	56,4	8,4			
Uyku Alışkanlığı	İlk ve Ortaokul	53	52,5	12,3	71,1		
	Lise	45	45,0	7,5	50,5	10,4	0,005*
	Yükseköğrenim	43	45,0	7,6	47,8		

\*: Mann Whitney U testi, SO: sıra ortalaması, SS: standart sapma

Tablo incelendiğinde anneleri farklı eğitim düzeyinde olan çocukların anne baba tutumu, aile internet tutumu ve uyku alışkanlıkları puan ortalama ve ortanca değerlerinin birbiri ile aynı olmadığı görülmekle birlikte puanlar arasında görülen bu farklılıkların anlamlı olup olmadığına ilişkin yapılan Tek Yönlü Varyans Analizi ve Kruskal Wallis Testi bulguları Tablo 19 ve Tablo 20’de sunulmuştur.

Tablo incelendiğinde 3-6 yaş arasındaki çocukların anne baba tutumlarından hoşgörülü tutum ( $X^2 = 9,58$   $p < ,05$ ) ve uyku alışkanlığı ( $X^2 = 10,43$ ,  $p < ,05$ ) sıra ortalamalarının anne eğitim seviyesine göre anlamlı düzeyde farklılaştığı görülmektedir. Sıra ortalamaları arasında görülen bu farklılığın hangi gruplar arasında olduğunu hesaplamak amacıyla Mann Whitney U Testi’nden faydalanılarak ikili karşılaştırmalar yapılmış olup birinci tip hatayı önlemek amacıyla Bonferroni düzeltmesinden yararlanılmış ve anlamlılık düzeyi karşılaştırma sayısına oranla indirgenmiştir ( $p = 0,05/3 = 0,016$ ). Elde edilen sonuçlara göre anne eğitim düzeyi ilk ve orta okul olan çocukların demokratik tutum sıra ortalamalarının anne eğitim düzeyi yükseköğrenim olan çocuklardan anlamlı düzeyde daha yüksek olduğu bulunmuştur ( $p < ,016$ ). Uyku alışkanlığı için bakıldığında ise anne eğitim düzeyi yükseköğrenim ve lise olan çocukların uyku alışkanlığı sıra ortalamalarının anne eğitim düzeyi ilk-ortaokul olanlardan anlamlı düzeyde daha düşük olduğu görülmüştür ( $p < ,016$ ).

**Tablo 15. Demokratik, Otoriter Tutum ve Aile Kontrolü ve Aile Yakınlığı Puanlarının Anne Eğitim Seviyesine Göre İncelenmesi**

Bağımlı Değişken	Varyans Kaynağı	KT	Sd	KO	F	P	Manidar Fark
	Grup İçi	807,788	2	403,894			Yüksek>İlk
<b>Demokratik</b>	Gruplar Arası	4943,772	106	46,639	8,660	,00	Lise>ilk
	Toplam	5751,560	108				
	Grup İçi	165,433	2	82,716			
<b>Otoriter</b>	Gruplar Arası	3554,751	106	33,535	2,467	,09	
	Toplam	3720,183	108				
	Grup İçi	657,390	2	328,695			Yüksek>İlk
<b>Aile Kontrolü</b>	Gruplar Arası	4911,748	106	46,337	7,094	,001	
	Toplam	5569,138	108				
	Grup İçi	947,078	2	473,539			
<b>Aile Yakınlığı</b>	Gruplar Arası	8777,785	106	82,809	5,718	,004	Yüksek>İlk
	Toplam	9724,862	108				

Demokratik Tutum Levene F= 2,119 p>0,05

Otoriter Tutum Levene F= ,960 p>0,05

Aile Kontrolü Levene F= 1,609 p>0,05

Aile Yakınlığı Levene F= ,781 p>0,05

Tablo 15 incelendiğinde 3-6 yaş arasındaki çocukların anne baba tutumlarından otoriter tutum (F=2,467, p>,05) puan ortalamalarında anne eğitim seviyesine göre anlamlı bir farklılık olmadığı görülmektedir. Bununla birlikte 3-6 yaş arasındaki çocukların anne baba tutumlarından demokratik tutum (F= 8,600, p<,001), aile internet tutumu alt boyutlarından aile kontrolü (F= 7,094, p<,05) ve aile yakınlığı (F=5,718, p<,05) puan ortalamaları anne eğitim seviyesine göre anlamlı düzeyde farklılaşmaktadır.

Puan ortalamalarında görülen bu farklılıkların hangi gruplar arasında olduğunu hesaplamak amacıyla çoklu karşılaştırma testlerinden Tukey kullanılmıştır. Elde edilen sonuçlara göre anne eğitim düzeyi yükseköğrenim ve lise olan çocukların anne baba tutumlarından hoşgörülü tutum puan ortalamalarının anne eğitim seviyesi ilk-ortaokul düzeyinde olanlara göre anlamlı düzeyde daha yüksek olduğu görülmektedir ( $p<,05$ ). Ayrıca hem aile kontrolü hem de aile yakınlığı puan ortalamaları açısından yükseköğrenim düzeyinde anne eğitim düzeyine sahip çocukların puan ortalamalarının ilk-ortaokul düzeyinde olanlardan anlamlı düzeyde daha yüksek olduğu görülmektedir ( $p<,05$ ).

### **Baba Eğitim Düzeyine Göre 3-6 Yaş Arası Çocukların Anne Baba Tutumları, Aile İnternet Tutumları ve Uyku Alışkanlıkları Puanları Arasındaki Farklılıklara İlişkin Bulgular**

Tablo 16’da katılımcıların babalarının eğitim düzeyine göre anne baba tutum ölçeği, aile internet tutum ölçeği ve çocuk uyku alışkanlıkları ölçeğinden almış oldukları puanların dağılımı sunulmuştur.

**Tablo 16. Baba Eğitim Düzeyine Göre Anne Baba Tutumu, Aile İnternet Tutumu ve Uyku Alışkanlıklarının İncelenmesi**

Bağımlı Değişken	Baba Eğitim Düzeyi	$X_{ort}$	$\bar{x}$	SS	SO	$X^2$	P
<b>Demokratik Tutum</b>	İlk ve Ortaokul	61	61,4	8,3			
	Lise	63	63,6	7,6			
	Yükseköğrenim	66	66,0	5,9			
<b>Otoriter Tutum</b>	İlk ve Ortaokul	42	42,3	6,8			
	Lise	42	42,1	6,2			
	Yükseköğrenim	39	38,7	4,3			
<b>Hoşgörülü Tutum</b>	İlk ve Ortaokul	28	31,7	7,0	67,4		
	Lise	28	27,8	5,9	53,0	5,25	0,072*
	Yükseköğrenim	28	27,1	3,7	49,9		
<b>Aile Kontrolü</b>	İlk ve Ortaokul	40	38,7	5,9			
	Lise	41	40,6	8,3			
	Yükseköğrenim	43	43,7	6,1			
<b>Aile Yakınlığı</b>	İlk ve Ortaokul	50	48,4	10,4			
	Lise	53	52,8	9,4			
	Yükseköğrenim	56	56,5	7,8			
<b>Uyku Alışkanlığı</b>	İlk ve Ortaokul	46	50,9	12,3	65,50		
	Lise	47	48,5	9,5	61,85	10,1 9	0,006*
	Yükseköğrenim	42	43,7	6,6	44,02		

\*: Tek yönlü varyans analizi, \*\*: Kruskal Wallis testi, SO: sıra ortalaması, SS: standart sapma

Tablo incelendiğinde babaları farklı eğitim düzeyinde olan çocukların anne baba tutumu, aile internet tutumu ve uyku alışkanlıkları puan ortalama ve ortanca değerlerinin birbiri ile aynı olmadığı görülmekle birlikte puanlar arasında görülen bu farklılıkların anlamlı olup olmadığına ilişkin yapılan Tek Yönlü Varyans Analizi ve Kruskal Wallis Testi bulguları Tablo 17 ve Tablo 18’de sunulmuştur.

Tablo 16 incelendiğinde 3-6 yaş arasındaki çocukların anne baba tutumlarından hoşgörülü tutum ( $X^2 = 5,25$   $p>,05$ ) sıra ortalamalarında baba eğitim düzeyine göre anlamlı bir farklılık olmadığı görülmektedir. Bununla birlikte 3-6 yaş arası çocukların uyku alışkanlığı ( $X^2 = 10,19$ ,  $p<,05$ ) sıra ortalamalarında baba eğitim seviyesine göre anlamlı düzeyde farklılık olduğu görülmektedir. Uyku alışkanlığı sıra ortalamaları arasında görülen bu farklılığın hangi gruplar arasında olduğunu hesaplamak amacıyla Mann Whitney U Testi'nden faydalanılarak ikili karşılaştırmalar yapılmış olup birinci tip hatayı önlemek amacıyla Bonferroni düzeltilmesinden yararlanılmış ve anlamlılık düzeyi karşılaştırma sayısına oranla indirgenmiştir ( $p= 0,05/3 = 0,016$ ). Elde edilen sonuçlara göre baba eğitim düzeyi yükseköğrenim olan çocukların uyku alışkanlığı sıra ortalamalarının baba eğitim düzeyi ilk-ortaokul ve lise olan çocuklara göre anlamlı düzeyde daha düşük olduğu görülmüştür ( $p<,016$ ).

**Tablo 17. Demokratik, Otoriter Tutum ve Aile Kontrolü ve Aile Yakınlığı Puanlarının Baba Eğitim Seviyesine Göre İncelenmesi**

Bağımlı Değişken	Varyans Kaynağı	KT	Sd	KO	F	P	Manidar Fark
<b>Demokratik Tutum</b>	Grup İçi	358,403	2	179,202			
	Gruplar Arası	5393,157	106	50,879	3,522	,033	
	Toplam	5751,560	108				
<b>Otoriter Tutum</b>	Grup İçi	335,567	2	167,783			lise>yüksek
	Gruplar Arası	3384,617	106	31,930	5,255	,007	
	Toplam	3720,183	108				
<b>Aile Kontrolü</b>	Grup İçi	448,471	2	224,235			Yüksek>ilk
	Gruplar Arası	5120,667	106	48,308	4,642	,012	
	Toplam	5569,138	108				
<b>Aile Yakınlığı</b>	Grup İçi	1076,596	2	538,298			
	Gruplar Arası	8648,266	106	81,587	6,598	,002	Yüksek>ilk
	Toplam	9724,862	108				

Demokratik Tutum Levene F= 4,558,  $p<0,05$

Otoriter Tutum Levene F= 3,248,  $p<0,05$

Aile Kontrolü Levene F= 1,773,  $p>0,05$

Aile Yakınlığı Levene F= 1,458,  $p>0,05$

Tablo 17 incelendiğinde 3-6 yaş arasındaki çocukların anne baba tutumlarından demokratik tutum ( $F=3,522$ ,  $p>,05$ ) puan ortalamalarında baba eğitim seviyesine göre

anlamli bir farklılık olmadığı görülmektedir. Bununla birlikte 3-6 yaş arasındaki çocukların anne baba tutumlarından otoriter tutum ( $F= 5,255, p<,05$ ), aile internet tutumu alt boyutlarından aile kontrolü ( $F= 4,642, p<,05$ ) ve aile yakınlığı ( $F= 6,598, p<,05$ ) puan ortalamaları baba eğitim seviyesine göre anlamli düzeyde farklılaşmaktadır.

Aile kontrolü ve aile yakınlığı puan ortalamalarında görülen bu farklılıkların hangi gruplar arasında olduğunu hesaplamak amacıyla çoklu karşılaştırma testlerinden Tukey kullanılmıştır. Otoriter tutum için ise varyansların homojen olmamasından dolayı çoklu karşılaştırma testlerinden Tamhane'nin T2'sinden faydalanılmıştır. Elde edilen sonuçlara göre baba eğitim düzeyi yükseköğrenim olan çocukların anne baba tutumlarından otoriter tutum puan ortalamalarının baba eğitim seviyesi lise düzeyinde olanlara göre anlamli düzeyde daha düşük olduğu görülmektedir ( $p<,05$ ). Ayrıca hem aile kontrolü hem de aile yakınlığı puan ortalamaları açısından yükseköğrenim düzeyinde baba eğitim düzeyine sahip çocukların puan ortalamalarının ilk-ortaokul düzeyinde olanlardan anlamli düzeyde daha yüksek olduğu görülmektedir ( $p<,05$ ).

### **Gelir Düzeyine Göre 3-6 Yaş Arası Çocukların Anne Baba Tutumları, Aile İnternet Tutumları ve Uyku Alışkanlıkları Puanları Arasındaki Farklılıklara İlişkin Bulgular**

Tablo 18'de katılımcıların gelir düzeyine göre anne baba tutum leği, aile internet tutum leği ve çocuk uyku alışkanlıkları leğinden almış oldukları puanların dağılımını sunulmuştur.

**Tablo 18. Gelir Düzeyine Göre Anne Baba Tutumu, Aile İnternet Tutumu ve Uyku Alışkanlıkları Puanlarının Analizlerinin İncelenmesi**

Bağımlı Değişken	Gelir Düzeyi	X <sub>ort</sub>	$\bar{x}$	SS	SO	X <sup>2</sup>	P
<b>Demokratik Tutum</b>	0-2825 TL	59,5	60,7	8,1			
	2826-5650 TL	66	66,7	6,3			
	5651 TL ve Üstü	66,5	65,5	6,1			
<b>Otoriter Tutum</b>	0-2825 TL	42	41,7	6,1			
	2826-5650 TL	40	40,9	6,2			
	5651 TL ve Üstü	40	39,4	5,3			
<b>Hoşgörülü Tutum</b>	0-2825 TL	28	30,0	6,6	67,42	5,51	0,064*
	2826-5650 TL	28	29,0	5,2	53,07		
	5651 TL ve Üstü	27	26,2	4,3	49,91		
<b>Aile Kontrolü</b>	0-2825 TL	40	40,1	6,3			
	2826-5650 TL	41	40,2	7,2			
	5651 TL ve Üstü	45	44,0	7,5			
<b>Aile Yakınlığı</b>	0-2825 TL	52,5	50,2	11,2			
	2826-5650 TL	53	53,6	8,1			
	5651 TL ve Üstü	56	56,5	7,8			
<b>Uyku Alışkanlığı</b>	0-2825 TL	48	49,9	9,7	65,50	8,16	0,017*
	2826-5650 TL	44	47,2	11,7	61,85		
	5651 TL ve Üstü	41,5	44,2	6,7	44,02		

\*: Tek yönlü varyans analizi, \*\*: Kruskal Wallis testi, \*\*\*: Mann Whitney U testi, SO: sıra ortalaması, SS: standart sapma

Tablo incelendiğinde farklı gelir düzeyinde olan çocukların anne baba tutumu, aile internet tutumu ve uyku alışkanlıkları puan ortalama ve ortanca değerlerinin birbiri ile aynı olmadığı görülmekle birlikte puanlar arasında görülen bu farklılıkların anlamlı



olup olmadığına ilişkin yapılan Tek Yönlü Varyans Analizi ve Kruskal Wallis Testi bulguları Tablo 19 ve Tablo 20’da sunulmuştur.

Tablo 18 incelendiğinde 3-6 yaş arasındaki çocukların anne baba tutumlarından hoşgörülü tutum ( $X^2 = 5,51, p >,05$ ) sıra ortalamalarında gelir düzeyine göre anlamlı bir farklılık olmadığı görülmektedir. Bununla birlikte 3-6 yaş arası çocukların uyku alışkanlığı ( $X^2 = 8,16, p <,05$ ) sıra ortalamalarında gelir düzeyine göre anlamlı düzeyde farklılık olduğu görülmektedir. Uyku alışkanlığı sıra ortalamaları arasında görülen bu farklılığın hangi gruplar arasında olduğunu hesaplamak amacıyla Mann Whitney U Testi’nden faydalanılarak ikili karşılaştırmalar yapılmış olup birinci tip hatayı önlemek amacıyla Bonferroni düzeltmesinden yararlanılmış ve anlamlılık düzeyi karşılaştırma sayısına oranla indirgenmiştir ( $p = 0,05/3 = 0,016$ ). Elde edilen sonuçlara göre gelir düzeyi 0-2825 TL arası olan katılımcıların uyku alışkanlığı sıra ortalamalarının gelir düzeyi 5651 TL ve üstü olan katılımcılardan anlamlı düzeyde daha yüksek olduğu görülmüştür ( $p <,016$ ).

**Tablo 19. Demokratik, Otoriter Tutum ve Aile Kontrolü ve Aile Yakınlığı Puanlarının Gelir Düzeyine Göre İncelenmesi**

Bağımlı Değişken	Varyansın Kaynağı	KT	Sd	KO	F	P	Manidar Fark
	Grup İçi	730,160	2	365,080			3>1
<b>Demokratik Tutum</b>	Gruplar Arası	5017,466	104	48,245	7,567	,001	2>1
	Toplam	5747,626	106				
	Grup İçi	99,271	2	49,635			
<b>Otoriter Tutum</b>	Gruplar Arası	3617,552	104	34,784	1,427	,245	
	Toplam	3716,822	106				
	Grup İçi	360,740	2	180,370			3>1
<b>Aile Kontrolü</b>	Gruplar Arası	5193,334	104	49,936	3,612	,030	
	Toplam	5554,075	106				
	Grup İçi	752,295	2	376,148			
<b>Aile Yakınlığı</b>	Gruplar Arası	8958,434	104	86,139	4,367	,015	3>1
	Toplam	9710,729	106				
	Grup İçi						

Demokratik Tutum Levene F= 2,496, p>0,05

Otoriter Tutum Levene F= ,252, p>0,05

Aile Kontrolü Levene F= ,360, p>0,05

Aile Yakınlığı Levene F= 3,652, p<0,05

Tablo 19 incelendiğinde 3-6 yaş arasındaki çocukların anne baba tutumlarından otoriter tutum ( $F=1,427$ ,  $p>,05$ ) puan ortalamalarında gelir düzeyine göre anlamlı bir farklılık olmadığı görülmektedir. Bununla birlikte 3-6 yaş arasındaki çocukların anne baba tutumlarından demokratik tutum ( $F= 7,567$ ,  $p<,05$ ), aile internet tutumu alt boyutlarından aile kontrolü ( $F= 3,612$ ,  $p<,05$ ) ve aile yakınlığı ( $F= 4,367$ ,  $p<,05$ ) puan ortalamaları gelir düzeyine göre anlamlı düzeyde farklılaşmaktadır.

Puan ortalamalarında görülen bu farklılıkların hangi gruplar arasında olduğunu hesaplamak amacıyla çoklu karşılaştırma testlerinden Tukey kullanılmıştır. Elde edilen sonuçlara göre gelir düzeyi 5651 TL ve üstü ve 2826-5650 TL arası olan katılımcıların demokratik tutum puan ortalamalarının 0-2825 TL arası olan katılımcılardan anlamlı düzeyde daha yüksek olduğu görülmüştür ( $p<,05$ ). Ayrıca hem aile kontrolü hem de aile yakınlığı puan ortalamaları açısından gelir düzeyi 5651 TL ve üstü olan katılımcıların puan ortalamalarının gelir düzeyi 0-2825 TL arası olanlardan anlamlı düzeyde daha yüksek olduğu görülmektedir ( $p<,05$ ).

### **3-6 Yaş Arası Çocukların Anne Baba Tutumları, Aile İnternet Tutumları ve Uyku Alışkanlıkları Arasındaki İlişkilere Yönelik Bulgular**

3-6 yaş arası çocukların anne baba tutumları, aile internet tutumları ve uyku alışkanlıkları ilişkileri incelemek amacıyla hesaplanan Spearman Sıra Farkları Korelasyon Katsayılarına ilişkin bulgular Tablo 20’de sunulmuştur.

**Tablo 20. Anne Baba Tutumları, Aile İnternet Tutumları ve Uyku Alışkanlığı Arasındaki Korelasyonlar**

	<b>Aile Kontrolü</b>	<b>Aile Yakınlığı</b>	<b>Demokratik Tutum</b>	<b>Otoriter Tutum</b>	<b>Hoşgörülü Tutum</b>
<b>Uyku Alışkanlığı</b>	-0,223*	-0,207*	-0,231*	-0,266**	0,0216447
<b>Aile Kontrolü</b>	-	-	0,491**	0,10035	-0,1082022
<b>Aile Yakınlığı</b>	-	-	0,594**	0,04295	-0,0920291

\* $p<0,5$

\*\* $p<0,01$

Tablo 20’da anne baba tutumu, aile internet tutumu ve uyku alışkanlığı arasındaki ilişkiler için hesaplanan Spearman Sıra Farkları Korelasyon Katsayıları incelendiğinde 3-6 yaş arasındaki çocukların uyku alışkanlıkları ile aile kontrolü ( $\rho=$

-,223,  $p < ,05$ ), aile yakınlığı ( $\rho = -,207$ ,  $p < ,05$ ), demokratik tutum ( $\rho = -,231$ ,  $p < ,05$ ), otoriter tutum ( $\rho = ,266$ ,  $p < ,05$ ) arasındaki ilişkilerin anlamlı olduğu görülmektedir. Ayrıca demokratik tutum ile aile kontrolü ( $\rho = ,491$ ,  $p < ,001$ ) ve aile yakınlığı ( $\rho = ,594$ ,  $p < ,001$ ) arasında da anlamlı düzeyde ilişki bulunmaktadır. İlişkilerin yönü ve düzeyi açısından bakıldığında ise uyku alışkanlıkları ile aile kontrolü, aile yakınlığı ve demokratik tutum arasında negatif yönde ve düşük düzeyde; otoriter tutum arasında ise pozitif yönde düşük düzeyde anlamlı bir ilişki bulunduğu görülmektedir. Aile kontrolü ve aile yakınlığının ise demokratik tutum ile arasında pozitif yönde ve orta düzeyde anlamlı bir ilişkinin olduğu görülmektedir.



## 5.TARTIŞMA VE SONUÇ

### 5.1. Tartışma

Bu kısımda, ilgili çalışmanın hipotezleri doğrultusunda verilerin analizi ile elde edilen bulgular, alanyazındaki diğer çalışmalarda elde edilen bulgular ile karşılaştırılarak tartışılmış ve yorumlanmıştır.

Pandemi döneminin zorlu şartları içerisinde çocukların medyaya maruz kalma süreleri, uyku alışkanlıkları üzerindeki değişiklikler ve ailelerin çocuk yetiştirme tutumlarına yönelik çalışmalar yapılmıştır ( Sarman ve arkadaşları,2020; Giritli İnceoğlu, 2020).

Okul öncesi dönem çocukların sağlıklı gelişimleri için önemli olan uyku ve bunları etkilediği düşünülen; aile tutumu, aile internet kullanım yakınlığı-kontrolü ve sosyodemografik verilerle olan ilişkisi incelenmiştir.

Cinsiyet değişkenine göre alanyazın incelendiğinde Akgün Kostak ve arkadaşlarının (2016) yaptığı çalışmada uyku alışkanlıkları ve cinsiyet arasında istatistiksel bir fark bulunamamış, Gültekin ve Temel'in yapmış oldukları “Anaokulu Çocuklarında Uyku Sorunu Yaygınlığı ve Etkili Etmenler” konulu çalışmaların da uyku alışkanlıkları ve cinsiyet arasında anlamlı bir fark bulunamamıştır. Aynı şekilde Demireloğlu (2020)'nun çalışmasında da cinsiyet ve uyku alışkanlıkları ve uyku sorunları arasında anlamlı bir fark bulunmadığı paylaşılmıştır. Bu sonuçlar bizim çalışmamızın sonucuyla uygunluk göstermektedir. Yürümez'in (2011) yaptığı çalışmada cinsiyet faktörünün karıştırıcı etken olmaması için sadece erkek çocuklar ile çalışmışlardır. Bir başka çalışmada da erkek çocuğu olan ailelerin, kız çocuğu olan ailelere göre daha çok kontrol gösterdiği paylaşılmıştır (Dursun, 2010). Turna (2016), yapılan bir çok çalışmada uyku sorunları açısından cinsiyetler arasında bir fark bulunmadığını paylaşılmıştır.

Pekkarataş'ın 2010 yılında hazırladığı yüksek lisans tezinde babaların çocuk yetiştirme tutumlarında çocukların cinsiyetlerinin anlamlı bir fark yaratmadığını paylaşılmışlardır. Öğretir Özçelik ve Arslan'ın (2020) Diyarbakır il örneği olarak planladıkları “Çocuk Gelişimi” birimine başvuran 3-5 yaş arası 136 çocuk ve anneleri

ile yapılan çalışmada çocuk yetiştirme tutumları ile çocukların cinsiyetleri arasında anlamlı bir ilişki bulunmamıştır. 2005 yılında Özyürek ve Tezel Şahin'in yapmış olduğu çalışmada da çocuğun cinsiyetinin anne babaların çocuk yetiştirme tutumları arasında anlamlı bir ilişki bulunmamıştır. Bu sonuçlar bizim çalışmamızla paralellik göstermektedir.

Michelle ve arkadaşlarının 2012'de yapmış oldukları sağlıklı medya kullanımının uyku üzerindeki etkilerini inceledikleri çalışmalarında yaşa ve cinsiyete göre etkilerinin farklılaşma yaratmadığını paylaşmışlardır. Okul öncesi dönem çocuklarında televizyon izleme alışkanlıklarının incelendiği bir çalışmada, uzun süre ekrana maruz kalmanın (televizyon) çocuklar üzerinde olumsuz etki yaratacağı vurgulanmıştır. Aynı çalışmada annenin eğitim durumu ile televizyon izleme süresi arasında anlamlı bir ilişki bulunmamıştır. Fakat annenin televizyon izleme süresinin çocukların televizyon izleme sürelerini etkilediği paylaşılmıştır. Çocukların yaşları arttıkça televizyon izleme sürelerinin arttığı yine aynı çalışmada belirtilmiştir. Çocukların günlük televizyon izleme süreleri 2.08 saat saat izledikleri bulunmuş ve çocukların %21,2'sinin hiç televizyon izlemediği, %31'inin günde 2 saate kadar televizyon izlediği ve %47,7'sinin 2 saat ve üzeri televizyon izlediği saptanmıştır. Yapılan çalışmada ebeveynlerin eğitim düzeyi ile televizyon izleme süresi arasında anlamlı bir fark bulunmamıştır (Akkuş, Yılmaz, Şahinöz, Sucaklı, 2015). Akçay ve Yıldırımlar (2018)'in yaptığı çalışmada çocukların %91,8'inin televizyon izlediği bulunmuştur. Çocukların ekran önünde geçirdikleri süre ile anne ve babaların eğitim düzeyi arasında anlamlı bir fark bulunmamıştır. Çalışmaya katılan annelerin %38,7'si , babaların %53,1'inin yükseköğrenim düzeyinde olduğu bildirilmiştir.

Kore'de yapılmış olan bir çalışmada da çocukların uyku alışkanlıklarında annelerin tutumlarının etkili olduğu bulunmuştur ( Yoo Hyun Um, Seung-Chul Hong, Jong-Hyun Jeong, 2017).

İnternetin okul öncesi dönem çocukları üzerindeki etkisini inceleyen nitel bir araştırma da, Ergüney 16 aile ile görüşmüş ve bu görüşmenin sonucunda çocukların 1 ila 4 saat arasında internette zaman geçirdiklerini paylaşmıştır. Çocukların internete tablet, bilgisayar ve ebeveynlerinin cep telefonlarından erişmekte oldukları paylaşılmıştır. Aynı çalışmada çocukların interneti fazla kullanmalarının aile içi iletişimi ve çocukların sosyalleşmesini olumsuz etkilediği bildirilmiştir.

Çocuk ve ergenlerdeki problemlili mobil telefon kullanımı ile uyku alışkanlıkları arasındaki ilişkinin incelendiği çalışmada; annenin eğitim seviyesi arttıkça uyku kalitesinin arttığı bulunmuştur (Turna, 2016). Yine aynı çalışmada telefon kullanımı ile uyku sorunları arasında anlamlı fark bulunmuştur. Klinik ve kontrol grubu karşılaştırıldığında; günlük telefon kullanım süresi kontrol grubunda  $3,2 \pm 2,4$  saat, klinik grupta ise  $5 \pm 4,4$  saat olarak bulunmuştur. Klinik grupta çocukların günlük telefon kullanım süresi ile uyku problemlerinin yoğunluğu arasında pozitif bir ilişki bulunmuştur (Turna,2016) . bizim çalışmamızda da telefon kullanmayan çocukların aile internet tutumu ölçeğinin alt grupları olan aile kontrolü ve aile yakınlığı arasındaki ilişki için bakıldığında telefon kullananlara göre anlamlı olarak daha yüksek olduğu bulunmuştur.

0-6 yaş döneminde ebeveynin bakış açısıyla teknolojik alet kullanımının incelendiği Aral ve Doğan Keskin (2018)'in çalışmasında çocukların; %44,8'i cep telefonu, %43,1'i tableti, %21'i bilgisayar kullanmakta oldukları ve %70,2'sinin televizyon izlemekte olduğu bildirilmiştir. Televizyon izlemek pasif bir etkinliktir ve çalışmada düzensiz uykuya sebep olduğu paylaşılmıştır. Telefon ve tabletin, televizyona göre daha aktif katılımlı olarak belirtilmiş ve çocukların tablet, telefona geçmelerinin de olumlu ve olumsuz etkilerinin olduğu paylaşılmıştır.

Turna, 2016 yılında yapmış olduğu mobil telefon kullanımının uyku alışkanlıkları üzerindeki etkisini incelediği tıpta uzmanlık çalışmasında; mobil telefon yoğun kullanımının uyku ile ilişkisinin irdelenmesi, uyku hijyenine yönelik alınacak tedbirler açısından önemli olduğunu belirtmiştir.

Alanyazın incelendiğinde, Demireloğlu (2020)'nun çalışmasında annenin eğitim düzeyi ile uyku alışkanlıkları arasında anlamlı bir ilişki bulunmuştur. Yapılan bu çalışma ile annenin eğitim düzeyi ile birlikte annelerin mesleklerinin ve kültürel özelliklerinin yansıtıldığını ırksal farklılıkların da uyku ile ilgili sorunlara neden olabileceğinin düşünüldüğü paylaşılmıştır. Öğretir Özyürek ve Arslan'ın 2020 yılında yaptıkları Diyarbakır il örneği çalışmanın sonucunda annenin öğrenim durumu değişkeninin anne tutumlarını etkilemediği bulunmuş ve bu sonucun düşünülen sonucun tersi olduğu belirtilmiştir. Bu sonucun çıkması çalışmacılara anne tutumunda bulunan bölgenin çocuk yetiştirme kültüründen etkilenmiş olabileceklerini düşündüklerini paylaşmışlardır. İstanbul ilinde yalınmış olan Canatan ve arkadaşlarının

çalışmasının sonucuda bizim çalışmamızla uyumludur. Yapılan çalışmada düşük eğitim seviyesindeki ebeveynlerin koruyucu ve otoriter tutum sergiledikleri, yüksek eğitim seviyesindeki ebeveynlerin daha demokratik aile tutumu sergiledikleri bulunmuştur.

Gültekin ve Temel, anaokulu çocuklarında yapmış olduğu uyku sorunlarını ve yaygınlığını inceledikleri çalışmalarında; annelerin yaş grubu ve çocuklarında uyku sorunu yaygınlığına bakıldığında en fazla uyku sorununun 30-34 yaş grubu annelerin çocuklarında, en az uyku sorununun ise 40 yaş üstü grubunda olduğu belirlemişlerdir ( $p<0.05$ ). Uyku sorununun lise mezunu annelerin çocuklarında en yaygın olduğunu paylaşmışlardır ( $p<0.05$ ). Literatürde annelerin yaş grubu ve çocuklarında uyku sorunu yaygınlığına bakıldığında annelerin eğitim durumu ve yaş grubu arasında fark bulunmamıştır. Gültekin ve Temel'in yapmış olduğu bu çalışmada yapılan diğer çalışmalardan farklı olarak, annelerin yaş grubu ve eğitim durumu ile çocuklarının uyku sorunu yaygınlığı arasında anlamlı fark bulunmuştur. Bu farklılık çalışma kapsamındaki annelerin %61'inin 30-39 yaş arasında olması ile açıklanabileceğini ileri sürmüşlerdir. Aynı zamanda eğitim düzeyi düştükçe uyku sorunu yaygınlığının arttığı söylenebileceğini iletmişlerdir (Gültekin vd., 2019). Bizim çalışmamızda da anne eğitim düzeyinin çocukların uyku alışkanlıkları üzerinde etkili olduğu bulunmuştur.

Demireloğlu (2020), çocukların uyku alışkanlıkları ile babanın eğitim düzeyi arasındaki ilişkiyi incelediğinde, eğitim düzeyi düştükçe uyku sorunlarının arttığı bulunmuştur. Babaların çocuk yetiştirme stiline çocukların cinsiyetine göre farklılaşmadığı çalışmada paylaşılmıştır (Pekkarataş, 2010). Alabay 2017'deki çalışmasında erkek çocuğu olan ebeveynlerin kız çocukları olan ebeveynlere göre daha otoriter tutum sergiledikleri bulunmuştur.

Çocukların uyku alışkanlıklarını inceleyen bir çok çalışmanın DEHB tanısı almış çocuklar ile yapıldığı görülmektedir (Mangal, 2020, Owens, 2013; Yürümez, 2011). Uyku sorunlarının DEHB tanısı almış çocuklarda daha sık görüldüğü belirtilmiştir (Yürümez, 2011). Gültekin ve Bayık Temel (2019)'in yapmış oldukları çalışmalarında da anne eğitim düzeyi lise olanların çocuklarında uyku sorunlarının daha fazla görüldüğü bildirilmiştir. Eğitim düzeyi düştükçe uyku sorunları artmaktadır.

Okul öncesi eğitim alan ve almayan annelerin çocuk yetiştirme tutumları arasında fark olduğu belirtilen çalışmada, okul öncesi eğitim almayan çocukların



annelerinin daha otoriter tutum sergiledikleri sonucuna ulaşılmıştır (Öğretir Özçelik ve Arslan, 2020). Bizim çalışmamızda okula giden çocukların anne ve babalarının daha çok demokratik tutum sergiledikleri, gitmeyenlere göre anlamlı olarak daha yüksek bulunmuştur. Yine bizim yapmış olduğumuz çalışmada okula giden çocukların aile yakınlığı, okula gitmeyenlere göre daha yüksek bulunmuştur.

İstanbul ilinde kartopu örneklem yöntemiyle seçilmiş 414 ebeveyn ile yapılan çalışmada düşük gelirli ebeveynlerin daha otoriter tutum sergiledikleri sonucu bulunmuştur (Canatan ve arkadaşları, 2020).

Literatürü incelediğimizde, çocukların uyku alışkanlıkları, aile internet tutumları ve aile çocuk yetiştirme tutumlarının aynı anda incelendiği bir çalışma bulunmamıştır. Bu sebeple bu çalışma bir çok değişkene birlikte bakılması dolayısıyla özgün bir çalışmadır.

## **5.2. Sonuç ve Öneriler**

Cinsiyete göre farklılaşmakta mıdır hipotezimize göre, istatistiksel sonuçlara bakıldığında cinsiyete göre hiçbir değişken manidar olarak farklılaşmamakta olduğu bulunmuştur. Sadece, çocukların cinsiyetlerine göre haftalık tablet ve televizyon kullanımlarına bakıldığında sekiz saatten az ve sekiz saate kadar kullanımlarında; kızlarda haftalık sekiz saate kadar kullananlar daha yüksek bulunmuştur. Bununla birlikte haftalık sekiz saatten az kullananların oranı daha yüksek bulunmuştur. Haftalık televizyon izleme süresi açısından değerlendirildiğinde ise hem kız çocuklarda hem de erkek çocuklarda haftalık sekiz saatten az izleyenlerin oranlarının sekiz saate kadar izleyenlerden daha düşük olduğu görülmektedir. Yaşa göre farklılaşmakta mıdır hipotezimize göre, hiçbir değişken anlamlı olarak farklılaşmamakta olmadığı görülmüştür.

Çocukların okula gitme ve gitmeme durumuna göre değişkenlere bakıldığında; okula gidenlerin anne babalarının demokratik tutumları, okula gitmeyen çocuklara göre anlamlı olarak daha yüksek bulunmuştur. Okula giden çocukların ise aile yakınlığı okula gitmeyen çocuklara göre anlamlı olarak daha yüksek bulunmuştur.

Çocukların uyku sürelerine göre farklılaşmakta mıdır hipotezine göre bakıldığında; sadece uyku alışkanlıklarının anlamlı olarak farklılaşmakta olduğu görülmüştür. 6-9 saat uyuyan çocukların uyku alışkanlıkları puanları daha yüksek bulunmuştur. Dolayısı ile 6-9 saat uyuyan (az uyuyan) çocukların uyku problemleri anlamlı olarak daha fazladır.

Tablet kullanımına göre farklılaşmakta mıdır hipotezine göre; tablet kullanan çocuklarına aile kontrolü ve aile yakınlığı, tablet kullanmayan çocuklara göre anlamlı olarak daha yüksektir bulunmuştur.

Telefon kullanımına göre farklılaşmakta mıdır hipotezine göre değerlendirildiğinde telefon kullanmayan çocukların aile kontrolü ve aile yakınlığı, telefon kullananlara göre anlamlı olarak daha yüksektir.

Televizyon kullanımına göre; 1 saatten az kullananların ve 1 saatten 2 saate kadar kullananların aile kontrolü, 2 saat ve üstü izleyenlerden anlamlı düzeyde daha yüksektir. 1 saatten az kullananların aile yakınlığı 1 saatten 2 saate kadar kullananlardan ve 2 saat ve üstü kullananlardan anlamlı düzeyde daha yüksek bulunmuştur. 2 saatten fazla kullanan çocukların uyku alışkanlıkları 1 saatten 2 saate kadar kullananlardan anlamlı düzeyde daha yüksektir.

Katılımcıların aile kontrolü ortalamaları haftalık tablet ve telefon kullanım sürelerine göre anlamlı düzeyde farklılaşmakta olup, tablet ve telefon kullanım süresi haftalık 8 saate kadar olan çocukların aile kontrolü ortalamalarının haftalık tablet ve telefon kullanımı 8 saate kadar olan çocukların aile kontrolü ortalamalarının haftalık tablet ve telefon kullanım süresi 8 saatten fazla olanlardan anlamlı düzeyde daha yüksek olduğu görülmektedir. Çocukların haftalık telefon ve tablet kullanım sürelerinin uyku alışkanlığı üzerinde anlamlı bir farklılık bulunmuştur. Tablet ve telefon kullanım süresi 8 saate kadar olan çocukların ailelerinin daha hoşgörülü bir tutum sergiledikleri bulunmuştur.

Anne eğitim düzeyine göre farklılaşmakta mıdır diye bakıldığında, anne eğitim düzeyi yüksek öğrenim ve lise olan anne babaların demokratik tutumları ilk ve ortaokul düzeyinde olanlara göre anlamlı düzeyde daha yüksektir. Anne eğitim düzeyi yüksek öğrenim olanların aile kontrolü ve aile yakınlığı ilk ve ortaokul düzeyinde olanlardan anlamlı düzeyde daha yüksektir. Anne eğitim düzeyi ilk ve ortaokul olan

çocukların hoşgörölü tutumları yükseköğrenim olanlardan anlamlı düzeyde daha yüksektir. Anne eğitim düzeyi ilk ve ortaokul olan çocukların, anne eğitim düzeyi lise ve yüksek öğrenim olanlardan anlamlı düzeyde daha yüksek uyku alışkanlığı puanı olduğu yani uyku sorunu olduğu bulunmuştur.

Baba eğitim düzeyine göre farklılaşma var mıdır diye değerlendirildiğinde; baba eğitim düzeyi lise olan çocukların otoriter tutumları yükseköğrenim olanlardan anlamlı düzeyde daha yüksektir. Baba eğitim düzeyi yükseköğrenim olan çocukların aile kontrolü ve aile yakınlığı eğitim düzeyi ilk ve ortaokul olanlardan anlamlı düzeyde daha yüksek bulunmuştur. Baba eğitim düzeyi ilk ve ortaokul olan ve lise olan çocukların uyku alışkanlığı eğitim düzeyi yükseköğrenim olanlardan anlamlı düzeyde daha yüksek olduğu bulunmuştur.

Ailelerin gelir düzeyine göre farklılaşma olup olmadığına bakıldığında; gelir düzeyi 2826-5650 tl arası olan ailelerin demokratik tutumları gelir düzeyi 0-2825 olanlardan daha yüksektir. Gelir düzeyi 5651 tl ve üstü olan ailelerin aile kontrolü ve aile yakınlığı gelir düzeyi 0-2825 arası olanlardan daha yüksektir. Gelir düzeyi 0-2825 arası olan ailelerin uyku alışkanlığı sorunları gelir düzeyi 5651 ve üstü olanlardan anlamlı düzeyde daha yüksek bulunmuştur.

Bütün veriler için ilişki var mıdır hipotezine göre bakıldığında; aile kontrolü ve aile yakınlığı arttıkça uyku alışkanlığı sorunları da anlamlı olarak azalmaktadır/negatif yönlü ilişki söz konudur.

Demokratik tutum arttıkça uyku alışkanlığı sorunları da anlamlı olarak azalmaktadır /negatif yönlü bir ilişki vardır. Otoriter tutum arttıkça uyku alışkanlığı sorunları da artmaktadır / pozitif yönlü ilişki tespit edilmiştir. Demokratik tutum arttıkça aile yakınlığı ve aile kontrolü de artmaktadır / pozitif ilişkili bulunmuştur. Ailelerin çocuk yetiştirme tutumlarının çocukların uyku alışkanlıkları üzerinde etkisi olduğu bulunmuştur.

Çocukların sağlıklı büyüme ve gelişim sağlanması için fiziksel ve duygusal ihtiyaçlarının uygun şekilde giderilmesi gerekmektedir. Çocuğun gelişimi bir bütündür. Bu bütünün parçaları ise fiziksel gelişim, sosyal gelişim, duygusal gelişim, cinsel gelişim, ahlak gelişimi ve dil gelişimidir. Bu gelişim alanlarından sadece birini öne çıkartmak, çocuğun bütüncül olarak gelişimine zarar verecektir.

3-6 yaş çocukların gelişim özelliklerini göz önünde bulundurduğumuzda televizyon, tablet ve telefon vb cihazlara araştırmacı bir bilim insanı gibi bakmaktadır. 3-6 yaş döneminde psikomotor becerilerinde profesyonelleşmeye başlayan çocuklar çizgi film ve ekran üzerinden oynadığı oyunlardaki hareketleri taklit ederek fiziksel sınırlarını deneyimlemek isteyecektir.

Gelişimsel olarak şiddeti fark edecektir ve bu ilgisini çekecektir. Ekrana maruz kaldığı sürelerdeki içeriklerin şiddet içermemesine özen gösterilmelidir. Şiddeti normalleştiren her türlü içerik çocuğa zarar verecektir. Bu sebeple çocukların izleyecekleri çizgi filmler ve ekran üzerinden oynayacakları oyunlar ebeveynleri tarafından önceden izlenmeli, oynanmalıdır. Çocuğun nelerle karşılaşacağını bilmek ve ona güvenli alan yaratabilmek adına bu çok değerlidir.

İçinde bulunduğumuz, günümüz koşulları düşünüldüğünde çocukların sıfır ekrana maruz kalması pek kolay olmamakla birlikte, teknoloji çağında olamamız dolayısıyla da çocukların çağın gerisinde tutacaktır. 0-3 yaş döneminde hiç ekran kullanılmaması önemlidir. 3-6 yaş döneminde ise çocukların yaşını on ile çarparak maksimum ekran kullanım süresi belirlenmelidir. Doğru medya kullanımının çocukların gelişimine katkısı olacağı gerçeğini de yadsımamak gerekmektedir.

Daha sonraki çalışmalarda çalışılmış olan örneklem grubuna kontrol grubu eklenerek daha ayrıntılı ve geniş kapsamlı sonuçlar elde edilebilir. Aynı zamanda başka bir çalışmada da mevcut çalışmaya dahil edilmiş çocukların pandemi dönemi bittikten sonra aynı ölçekler kullanılarak uyku alışkanlıkları, aile tutumları ve medya maruziyetleri incelenebilir. Bizim çalışmamızda çalışmaya katılan ebeveynler anne ve baba olarak ayrıca da değerlendirilerek ebeveyn tutumlarına bakılabildi. Bir sonraki çalışmalar için değerlendirilebilir. Başka çalışmalarda, çocukların süreç içindeki medya maruziyetlerinin ruhsal sağlığa etkilerine de bakılabileceği düşünülmektedir.

## KAYNAKÇA

- Alpar, R. (2014). Uygulamalı İstatistik ve Geçerlilik-Güvenilirlik. Ankara Detay Yayıncılık.
- Akca, A.,AyazAlakaya,A.( 2019).Erken Çocukluk Döneminde Medya Maruziyetinin Etkileri. I. Uluslararası 23 Nisan Ulusal Egemenlik ve Çocuk Kongresi.
- Andiç,S. Durak Batıgün, A.(2019). DSM-5 Tanı Ölçütleri Temelinde İnternet Bağımlılığı Ölçeğinin Geliştirilmesi: İnternet Oyun Oynama Bozukluğu Açısından Bir Değerlendirme,Türk Psikiyatri Dergisi
- AmericanPsychiatricAssociation. DiagnosticandStatitistical Manual Disorders – 5, 2013.
- Aral N. (2017). Çocuk ve İletişim. Ankara, Vize Yayıncılık
- Arı R. Eğitim Psikolojisi, Nobel Yayıncılık, 2016.
- Arısoy Ö. İnternet bağımlılığı. Türkiye Klinikleri Dergisi 2009; 21:75-83.
- Aslan, D. ,Kale, M. , Nur, İ. Kültür ve Çocuk, Pegem Akademi, 2019.
- Aşkın, R., Bozkurt, Y. ve Zeybek, Z. (2019). Covid-19 Pandemisi: Psikolojik Etkileri Ve TerapötikMüdehaleler. İstanbul Ticaret Üniversitesi Sosyal Bilimler Dergisi, 304-318.
- Austin,L.V.,Sciarra,T.D.ChildrenandAdolescebtswithEmotinolandBehavioralDısorders, Nobel Yyayınevi, 2017.
- Ayas, T. ,Horzum, M.B. (2013). İlk Öğretim Öğrencilerinin İnternet Bağımlılığı ve Aile İnternet Tutumu.
- Bayhan, P. Okul Öncesi Eğitimde Teknolojinin Rolü, Hedef Yayıncılık, 2017.
- Baltes, 1987; Baltes , Reese ve Lipsitt, 1980; Baltes ve Smith, 2004
- Bayraktar, S.Psikolojik Travma, Nobel Tıp Kitabevleri, 2016

Baumrind, D. (1966). The effects of authoritative parental control on child behaviors. *Child Development*, 37, 887- 907.

Baumrind, D. (1991). The influence of parenting style on adolescent competence and substance use. *Journal of Early Adolescence*, 11, 56-95.

Berk, E. L. *Bebekler ve Çocuklar*, Nobel Yayıncılık, 2018.

Bingöl Karagöz D., (2017). İnternet Bağımlılığı ve Bilgisayar Oyun Bağımlılığı Yaygınlığının, İlişkili Etkenlerin İncelenmesi, Kocaeli Üniversitesi Çocuk ve Ergen Ruh Sağlığı ve Hastalıkları Tıpta Uzmanlık Tezi.

Blunden S., Lushington K., Lorenzen B., Ooi T., Fung F., Kennedy D. Are sleep problems under-recognised in general practice? *Arch Dis Child*, 2004; 89 (8): 708- 12.

Çankaya, M. (2020). Covid-19 Pandemisi Ve Sağlık Çalışanlarının İyilik Hali Değişimi. *Henriette Nagy, & R. Huseynov, Uluslararası Sosyal Bilimler Dergisi* (S. 446-460).

Çelik, C. (2014) *Çocukların Problem Davranışlarına Pratik Çözüm Yolları*.

Çetinkaya S., Doğan D. *Uyku Bozuklukları, Eğitim Sunumu*.

Çevik, K. (2019). 3-6 Yaş Arasındaki Çocuklara Sahip Ebeveynlerin Çocuk Yetiştirme Tutumları ile Sosyal Medya Kullanımı Arasındaki İlişki, İstanbul Aydın Üniversitesi Yüksek Lisans Tezi.

Demireloğlu, E. (2020). Boy Kısalığı Olan Çocukların Uyku Alışkanlıklarının Değerlendirilmesi. *Sağlık Bilimleri Üniversitesi, Tıpta Uzmanlık Tezi*.

Derin, S. Lise öğrencilerinde internet bağımlılığı ve öznel iyi oluş. *Publised online*, 2013.

Ekiz T, İlman E, Dönmez E. (2020). Bireylerin sağlık anksiyetesi düzeyleri ile COVID19 salgını kontrol algısının karşılaştırılması. *Uluslararası Sağlık Yönetimi ve Stratejileri Araştırma Dergisi*, 6 (1), 139-154.

Er M, (2006).Çocuk Sağlığı ve Hastalıkları Dergisi 2006; 49: 155-168

Erkuş, A.(2013). Davranış Bilimleri İçin Bilimsel Araştırma Süreci. Ankara Seçkin Yayıncılık.

Erdoğan G. ( 2016). İstila Edilen Çocuklar. İstanbul, Destek Yayınları

Genç, S. ; Dikmen, N.Yeni Uyku Bozuklukları Sınıflaması (ICSD-3):ICSD-3 ile Uykuda Solunum Bozuklukları Sınıflandırmasındaki Değişiklikler, Mustafa Kemal Üniversitesi Tıp Dergisi, Derleme Makale, 2017;8(31):23-31

Gültekin, T., Bayık Temel, A. FNJN İstanbul Universty Cerrahpaşa, “Anaokulu Çocuklarında Uyku Sorunu Yaygınlığı ve Etkili Etmenler”, 2019.

Giritli İnceoğlu, Y. Türk Tabipleri Birliği/ Covid-19 Pandemisi Altıncı Ay Değerlendirme Raporu, 2020.

Gündoğdu, Z.,Seytepe, Ö., Pelit, B. M., Doğru, H., Güner, B., Arıkız, E., Akçomak, Z., Kale, E. B., Moran, İ., Aydoğdu, G., Kaya, E. (2016). Okul Öncesi Çocuklarda Medya Kullanımı. Kocaeli Üniversitesi Sağlık Bilimleri Dergisi, 2(2), 6-10.

Güngör Aytar, A.F. Etkili İletişim, Hedef Yayıncılık, 2017.

Işık Ü, Çetin F.H. Pandemi döneminde teknoloji bağımlılığı. Ercan ES, Yektaş Ç, Tufan AE, Bilaç Ö, editörler. COVID-19 Pandemisi ve Çocuk ve Ergen Ruh Sağlığı. 1. Baskı. Ankara: Türkiye Klinikleri; 2020. p.92- 100.

Karagöz Bingöl D.Bağımlılığı ve Bilgisayar Oyun Bağımlılığının Yaygınlığının , İlişkili Etkenlerin İncelenmesi. Kocaeli Üniversitesi Tıpta Uzmanlık Tezi, 2017.

Karasar, N. Bilimsel Araştırma Yöntemleri, Nobel Yayınevi, 2016.

Kuru Y. (2013). Anneciğim Beni Olduğum Gibi Sev. İstanbul. Hayat Yayın Grubu

Küçükali R. Çocuk ve Aile, Anı Yayınları, Ankara, 2018.

Küçükkendirci H, Eren G, Yücel M. Bir tıp fakültesinde çocuk sağlığı ve hastalıkları polikliniklerine başvuran 6 ay-6 yaş arası çocukların uyku özelliklerinin belirlenmesi. ESTÜDAM Halk Sağlığı Dergisi. 2021;6(2):82-92

Mangal, E. Dikkat Eksikliği ve Hiperaktivite Bozukluğu Tanısı Alan Çocukların Ebeveynlerinde İnternet Kullanım Özellikleri ve Dürtüsellik, Tıpta Uzmanlık Tezi, 2020.

Michelle,M., Garrison, PhDand Dimitri A.,Christakis, MD, MPH.The Impact of a Healthy Media Use Intervention on Sleep in Children, 2012.

Odabaşıoğlu, M.E. ,Dedeoğlu, T. ,Kasırga, Z. ,Sünbül, F. Üniversite Öğrencilerinde Uyku Hijyeni. Gümüşhane Üniversitesi Sağlık Bilimleri Dergisi, Araştırma Makalesi. 2017;6(4):204-212.

Özabacı N., Erkan Z. Aile Danışmanlığı Kuram ve Uygulamalara Genel Bir Bakış. 2014.

Ögel K. İnternet Bağımlılığı: İnternetin Psikolojisini Anlamak ve Bağımlılıkla Başa Çıkmak. Türkiye İş Bankası Kültür Yayınları,; 2012.

Özpolat, Y. 3-6 Yaş Grubu Çocuğa Sahip Ebeveynlerin Çocuk Yetiştirmeye İlişkin Tutumların İncelenmesi ,Üsküdar Üniversitesi Yüksek Lisans Tezi, 2020.

Özvurmaz S., Dikmen H. Okul Öncesi Dönemdeki Çocukların Uyku Alışkanlıkları ve Beslenme Durumları, Adnan Menderes Üniversitesi, NWSA Life Sciences, 2018.

Özyürek,A. Anne-Baba Çocuk Yetiştirme Tutumları ve Üç Farklı Ölçek Geliştirme Çalışması. Türkiye Sosyal Araştırmalar Dergisi, 2018.

Pekkarataş, E.3-6 Yaş Çocukların Babalarının Çocuk Yetiştirme Tutumları ile Eğitime KatılımDüzeyleri Arasındaki İlişkinin İncelenmesi, Yüksek Lisans Tezi (2010).

Plotnik, R. Psikolojiye Giriş, Kaknüs Psikoloji, 2009.

R.Zembat (2012), Okul Öncesi Eğitime Giriş, Hedef Yayıncılık

SamueleCortese, M.D.,Ph.D., Thomas E. Brown, Ph.D., PennyCorkum, Ph.D., ReutGruber, Ph.D., Louise M. O'Brien, Ph.D., Mark Stein, Ph.D., Margaret Weiss, M.D., Ph.D., JudithOwens, M.D., M.P.H. CLINICAL REVIEW Assessmentand Management of SleepProblems in YouthsWithAttention-Deficit/



HyperactivityDiso.Journal Of The American Academy Of Child & Adolescent Psychiatry 784 www.jaacap.org Volume 52, Number 8, August 2013.

Samur Öztürk A, Çocuk Edebiyatı ve Medya, Vize Yayıncılık,2018.

Santrock, J.W.Yaşam Boyu Gelişim: Gelişim Psikolojisi, Nobel Yayıncılık, 2017.

Sarman A., Tuncay S., Sarman E. Covid 19 Pandemi Sürecinde Medyanın 3-18 Yaş Arasındaki Çocuklar Üzerindeki Olumsuz Psikoloji Etkisinin Önlenmesi, Sağlık Bilimleri Dergisi, Van Sag Bil Derg. 2020,13 (Özel sayı):69-75.

Sayar , K., Bağlan, F. Koruyucu Psikoloji, Timaş Yayınları, 2017.

Seven, S., Çocuk Gelişimi, Vize Yayıncılık, 2015.

Sun Y, li Y, Bao Y, et al. Brief Report: Increased Addictive Internet and Substance Use Behavior During the COVID-19 Pandemic in China. Am j Addict. 2020;29(4):268-70.

Sümer N., Güngör D. (1999), “Çocuk yetiştirme stillerinin bağlanma stilleri, benlik değerlendirmeleri ve yakın ilişkiler üzerine etkisi” Türk Psikoloji Dergisi, 14(44), 35-58

Şahin B., Bozkurt A., Karabekiroğlu K. Dikkat Eksikliği Hiperaktivite Bozukluğu Olan Çocuklarda Uyku Sorunları, Düzce Tıp Fakültesi Dergisi, Derleme Makale, 2018;20(3):81-86

Şahin, C. ,Eğitim Psikolojisi, Nobel Yayıncılık, 2016.

Tabachnick, B.G. ve Fidell, L.S. (2013). Using multivariate statistics(Sixth edition). United States: Pearson Education.

Taylor S. (2019). The Psychology of Pandemics: Preparing for the Next Global Outbreak of Infectious Disease. Cambridge Scholars Publishing

Trawick- Smith J. ,Akman B. Early Childhood Development – Erken Çocukluk Döneminde Gelişim, 2017.

Turan F. , Yükselen A.İ. Çocuk Gelişimi, Okul Öncesi Döneminde Gelişim, Hedef Yayıncılık, 2017.

- Turan, F., Yükselen, A.İ. Okul Öncesi Döneminde Gelişim, Hedef Yayıncılık, 2017.
- Turna, F. Çocuk ve Ergenlerdeki Problemler Mobil Telefon Kullanımının Uyku Alışkanlıkları ile İlişkisi, İstanbul Üniversitesi Cerrahpaşa Tıp Fakültesi, Tıpta Uzmanlık Tezi, 2016.
- Türk Tabipleri Birliği. (2020). CovidPandemisinde Altıncı Ay Değerlendirme Raporu. Erişim adresi [https://www.ttb.org.tr/kutuphane/covid19-rapor\\_6/covid19-rapor\\_6\\_Part71.pdf](https://www.ttb.org.tr/kutuphane/covid19-rapor_6/covid19-rapor_6_Part71.pdf)
- Yalaz, K. Temel Gelişimsel Çocuk Nörolojisi, 2018.
- Yalaz, K. Gelişimsel Çocuk Nörolojisi: Çocuk Sağlığı ve Eğitimi Alanında Çalışanlar İçin, 2008.
- Yavuzer, H. Çocuk Psikolojisi, Remzi Kiatbevi, 2013.
- Yarapsanlı B. (2011), “Çocuklarda depresyon belirtilerinin yordanmasında yaşanmış olumsuz olaylar, algılanan anne-baba tutumu, öğrenilmiş çaresizlik ve umutsuzluğun rolü” Yüksek Lisans Tezi, Maltepe Üniversitesi, İstanbul
- YapçaKaypaklı, G. Dikkat Eksikliği Hiperaktivite Bozukluğunda Akıllı Telefon Bağımlılığı, İnternet Bağımlılığı ve Duygusal Zeka ile İlişkili Özellikler, Tıpta Uzmanlık Tezi, 2017.
- Yılmaz , A. (2020).Dikkat Eksikliği Hiperaktivite Bozukluğu Tanılı Çocuklarda Bilgisayar Oyun Bağımlılığında Bağlanmanın Etkisi ile Yordayıcı Faktörlerin İncelenmesi. Mersin Üniversitesi Tıpta Uzmanlık Tezi.
- Yılmaz, A. Çocuk Yetiştirme Tutumları: Kuramsal Yaklaşımlar ve Görgül Çalışmalar, Türk Psikoloji Yazıları, 1999,3 (1) 99- 118.
- Yl- LungChen, Susan Shur- Fen Gau. Sleepproblemsand internet addictionamongchildrenandadolescents: a longitudinalstudy (2016).
- Yoo Hyun Um, Seung-Chul Hong, Jong-Hyun Jeong. Sleep Problems as Predistors in Attention-Deficit Hyperactivity Disorder: Causal Mechanims, Consequences and Theatment. Clinical Psychopharmacology and Neuroscience 2017, 15(1): 9-18.

Young KS, Case CJ. Internet abuse in the workplace: new trends in risk management. *Cyberpsychology & Behavior* 2004; 7(1):105-111.

Young KS. Internet addiction: The emergence of a new clinical disorder. *Cyberpsychology and Behaviour* 1996; 3:237-244.

Yürümez, E. DEHB Olan Çocuklarda Uygunun Yaşam Kalitesi ile İlişkisinin İncelenmesi, 2011.

Zaybak, A. , Eşer İ. Bir Üniversite Hastanesinde Hastaların Hasta Haklarını Kullanma Tutumunun İncelenmesi 2012, Cilt 20, Sayı 2, 104 - 111, 17.09.2012

### **İnternet Kaynakça**

<https://data.tuik.gov.tr/Kategori/GetKategori?p=bilgi-teknolojileri-ve-bilgi-toplumu-102&dil=1>

T.C. Sağlık Bakanlığı. (2020). Covid-19 Sözlüğü. <https://Covid19.Saglik.Gov.Tr/Tr-66493/P.Html> (Erişim Tarihi: 12.11.2020).

WHO. WHO SARS-CoV Page. 2019; <https://www.who.int/ith/diseases/sars/en/>. Erişim tarihi 25 Şubat 2021.

<https://www.iremyalugulubil.com/tr/article/desc/46564/internet-ve-teknoloji-bagimlilik.html>- Prof. Dr. İrem Yaluç Ulubil

<https://www.florence.com.tr/uyku-hijyeni> (Erişim tarihi: 21.10.2021)

## EKLER

## EK 1. ETİK KURUL İZİN TALEP VE ONAY TUTANAK FORMU

T.C	
ÇAĞ ÜNİVERSİTESİ	
SOSYAL BİLİMLER ENSTİTÜSÜ	
TEZ / ARAŞTIRMA / ANKET / ÇALIŞMA İZİN / ETİK KURUL İZİN TALEP VE ONAY TUTANAK FORMU	
ÖĞRENCİ BİLGİLERİ	
T.C. NOSU	
ADI VE SOYADI	SEDA KARA
ÖĞRENCİ NO	201910064
TEL. NO.	
E - MAIL ADRESLERİ	
ANA BİLİM DALI	PSİKOLOJİ ANA BİLİM DALI
HANGİ AŞAMADA OLDUĞU (DERS / TEZ)	TEZ
İSTEKDE BULUNDUĞU DÖNEME AİT DÖNEMLIK KAYDINI YAPILIP- YAPILMADIĞI	2020 / 2021 BAHAR DÖNEMİ KAYDINI YENİLEDİM
ARAŞTIRMA/ANKET/ÇALIŞMA TALEBİ İLE İLGİLİ BİLGİLER	
TEZİN KONUSU	ÇUKUROVA ÜNİVERSİTESİ ÇOCUK RUH SAĞLIĞI VE HASTALIKLARINA BAŞVURAN OKUL ÖNCESİ ÇOCUKLARDA MEDYA MARUZİYETİNİN UYKU ALIŞKANLIKLARI ÜZERİNDEKİ ETKİSİ VE İLİŞKİLİ FAKTÖRLER
TEZİN AMACI	Bu araştırmanın amacı, Çukurova Üniversitesi Çocuk Ruh Sağlığı ve Hastalıkları polikliniğine başvuran 3-6 yaş grubunda bulunan çocukların uyku alışkanlıkları ve teknoloji bağımlılıklarının ve ilişkili faktörlerin incelenmesidir.
TEZİN TÜRKÇE ÖZETİ	Bu araştırmanın amacı 3-6 yaş arasındaki çocukların medyaya maruz kalmalarının uyku alışkanlıkları üzerindeki etkisinin ve ilişkili faktörlerin incelenmesidir. Araştırmanın evrenini 2020-2021 yılında Ç.Ü. Adana Balcalı Eğitim ve Araştırma Hastanesine başvuran 3-6 yaş grubu çocuklar ve ailelerinden oluşmaktadır. Araştırmada veri toplama araçları olarak, "Kişisel Bilgi Formu", ve çocuklar için "Aile İnternet Tutum Ölçeği" ve "Çocuk Uyku Alışkanlıkları Ölçeği" kullanılacaktır. Araştırmadan elde edilen veriler SPSS 22.0 paket programı programında analiz edilecektir.
ARAŞTIRMA YAPILACAK OLAN SEKTÖRLER/ KURUMLARIN ADLARI	ÇUKUROVA ÜNİVERSİTESİ BALCALI EĞİTİM VE ARAŞTIRMA HASTANESİ
İZİN ALINACAK OLAN KURUMA AİT BİLGİLER (KURUMUN ADI-ŞUBESİ MÜDÜRLÜĞÜ - İL - İLÇESİ)	ÇUKUROVA ÜNİVERSİTESİ BALCALI EĞİTİM VE ARAŞTIRMA HASTANESİ SARIÇAM/ADANA
YAPILMAK İSTENEN ÇALIŞMANIN İZİN ALINMAK İSTENEN KURUMUN HANGİ İLÇELERİNE/ HANGİ KURUMUNA/ HANGİ BÖLÜMÜNDE/ HANGİ ALANINA/ HANGİ KONULARDA/ HANGİ GRUBA/ KİMLERE/ NE UYGULANACAKI GİBİ AYRINTILI BİLGİLER	BALCALI EĞİTİM HASTANESİ ÇOCUK VE ERGEN PSİKIYATRİ POLIKLINIĞINA BAŞVURAN 3-6 YAŞ ARASINDAKİ ÇOCUKLARIN UYKU ALIŞKANLIKLARI VE İLİŞKİLİ FAKTÖRLERİNİN İNCELENMESİ
UYGULANACAK OLAN ÇALIŞMAYA AİT ANKETLERİN/ ÖLÇEKLERİN BAŞLIKLARI/ HANGİ ANKETLERİN - ÖLÇELERİN UYGULANACAKI	1. Aile İnternet Tutum Ölçeği 2. Çocuk Uyku Alışkanlıkları Anketi 3. Anne Baba Çocuk Yetiştirme tutum Ölçeği 4. Sosyodemografik Bilgi Formu
EKLER (ANKETLER, ÖLÇEKLER, FORMLAR, ... V.B. GİBİ EVRAKLARIN İSİMLERİYLE BİRLİKTE KAÇ ADET/SAYFA OLDUKLARINA AİT BİLGİLER İLE AYRINTILI YAZILACAKTIR)	1) (.....1.....) Sayfa , Aile İnternet Tutum Ölçeği. 25 maddeden oluşmaktadır. 2) (.....2.....) Sayfa ...Çocuk Uyku Alışkanlıkları Anketi. 33 maddeden oluşmaktadır. 3) (.....2.....) Sayfa Sosyodemografik Bilgi Formu içinde 16 madde bulunmaktadır. 4) (.....2.....) Anne Baba Çocuk Yetiştirme Tutum ölçeği 38 madde bulunmaktadır.
ÖĞRENCİNİN ADI - SOYADI: SEDA KARA	ÖĞRENCİNİN İMZASI: Enstitü Müdürlüğünde evrak aslı imzalıdır. TARİH: 25/10/ 2021

TEZ/ ARAŞTIRMA/ANKET/ÇALIŞMA TALEBİ İLE İLGİLİ DEĞERLENDİRME SONUCU						
1. Seçilen konu Bilim ve İş Dünyasına katkı sağlayabilecektir.						
2. Anılan konu Psikoloji faaliyet alanı içerisine girmektedir.						
1.TEZ DANIŞMANININ ONAYI	2.TEZ DANIŞMANININ ONAYI (VARSA)	ANA BİLİM DALI BAŞKANININ ONAYI		SOSYAL BİLİMLER ENSTİTÜSÜ MÜDÜRÜNÜN ONAYI		
Adı - Soyadı: Perihan ÇAM RAY	Adı - Soyadı: .....	Adı - Soyadı: Şükrü UĞUZ		Adı - Soyadı: Murat KOÇ		
Unvanı: DR.	Unvanı: .....	Unvanı: PROF. DR.		Unvanı: DOÇ. DR.		
İmzası: Enstitü Müdürlüğünde evrak aslı imzalıdır.	İmzası: .....	İmzası: Enstitü Müdürlüğünde evrak aslı imzalıdır.		İmzası: Enstitü Müdürlüğünde evrak aslı imzalıdır.		
25.10.2021	.... / .... / 20....	25.10.2021		25.10.2021		
ETİK KURULU ASIL ÜYELERİNE AİT BİLGİLER						
Adı - Soyadı: Şehnaz ŞAHİNKARAKAŞ	Adı - Soyadı: Yücel ERTEKİN	Adı - Soyadı: Deniz Aynur GÜLER	Adı - Soyadı: Mustafa BAŞARAN	Adı - Soyadı: Mustafa Tevfik ODMAN	Adı - Soyadı: Hüseyin Mahir FİSUNOĞLU	Adı - Soyadı: Jülide İNÖZÜ
Unvanı : Prof. Dr.	Unvanı : Prof. Dr.	Unvanı: Prof. Dr.	Unvanı : Prof. Dr.	Unvanı: Prof. Dr.	Unvanı : Prof. Dr.	Unvanı : Prof. Dr.
İmzası Enstitü Müdürlüğünde evrak aslı imzalıdır.:	İmzası :Enstitü Müdürlüğünde evrak aslı imzalıdır.	İmzası :Enstitü Müdürlüğünde evrak aslı imzalıdır.	İmzası :Enstitü Müdürlüğünde evrak aslı imzalıdır.	İmzası : Enstitü Müdürlüğünde evrak aslı imzalıdır.	İmzası : Enstitü Müdürlüğünde evrak aslı imzalıdır.	İmzası : Enstitü Müdürlüğünde evrak aslı imzalıdır.
25/ 10 / 2021	25.10.2021	25.10.2021	25 / 10 / 2021	25.10.2021	25/10 / 2021	25 /10 / 2021
Etik Kurulu Jüri Başkanı - Asıl Üye	Etik Kurulu Jüri Asıl Üyesi	Etik Kurulu Jüri Asıl Üyesi	Etik Kurulu Jüri Asıl Üyesi	Etik Kurulu Jüri Asıl Üyesi	Etik Kurulu Jüri Asıl Üyesi	Etik Kurulu Jüri Asıl Üyesi
OY BİRLİĞİ İLE	<input checked="" type="radio"/>					
OY ÇOKLUĞU İLE	<input type="radio"/>	Çalışma yapılacak olan tez için uygulayacak olduğu Anketleri/Formları/Ölçekleri Çağ Üniversitesi Etik Kurulu Asıl Jüri Üyelerince İncelenmiş olup, 20 / 08 / 2021 - 20 / 09 / 2021 tarihleri arasında uygulanmak üzere gerekli iznin verilmesi tarafımızca uygundur.				
AÇIKLAMA: BU FORM ÖĞRENCİLER TARAFINDAN HAZIRLANDIKTAN SONRA ENSTİTÜ MÜDÜRLÜĞÜ SEKRETERLİĞİNE ONAYLAR ALINMAK ÜZERE TESLİM EDİLECEKTİR. AYRICA FORMDAKİ YAZI ON İKİ PUNTO OLACAK ŞEKİLDE YAZILACAKTIR.						

## EK 2: KİŞİSEL BİLGİ FORMU

Çağ Üniversitesi Sosyal Bilimler Enstitüsü Psikoloji Bölümü Yüksek Lisans bitirme tezi kapsamında “ÇUKUROVA ÜNİVERSİTESİ ÇOCUK RUH SAĞLIĞI VE HASTALIKLARINA BAŞVURAN OKUL ÖNCESİ ÇOCUKLARDA MEDYA MARUZİYETİNİN UYKU ALIŞKANLIKLARI ÜZERİNDEKİ ETKİSİ VE İLİŞKİLİ FAKTÖRLER” incelenmesi amacıyla bir araştırma yapılmaktadır.

Araştırmada ebeveynlere bilgi formu ve çocukların uyku alışkanlıklarını ve teknoloji kullanımını değerlendirmek için kullanılacak ölçekler test ilgililere birebir uygulanacaktır. Bu formdaki kişisel bilgiler üçüncü bir kişiyle kesinlikle paylaşılmayacaktır. Araştırma sonuçları istatistiksel veri amaçlı kullanılacaktır.

Çalışmaya katılmanız tamamen isteğe bağlıdır. Sizden alınan örnek ileride başka çalışmalar için de kullanılabilir. Bu form imzalamadan önce, çalışma ile ilgili sorularınız varsa lütfen sorun. Daha sonra sorunuz olursabenim şahsi telefonuma ulaşarak ( Telefon:.....) sorabilirsiniz.

Seda KARA

Yukarıda yazılanları anladım. Bu formun bir kopyasını aldım. Çalışmaya katılmayı kabul ediyorum. ( Anne/Baba)

Adı Soyadı:

İmzası:

Tarih( gün/ay/yıl): ...../...../.....

• **KİŞİSEL BİLGİ FORMU**

Çocuğun Adı-Soyadı	
Çocuğun Yaşı	
Çocuğun Cinsiyeti	
Annenin Eğitim Durumu:	1.İlkokul 2.Orta okul 3.Lise 4.Üniversite 5.Yüksek öğrenim
Babanın Eğitim Durumu	1.İlkokul 2.Orta okul 3.Lise 4.Üniversite 5.Yüksek öğrenim
Kardeş Sayısı	
Doğum Sırası	
Anne Yaşı	
Baba Yaşı	
Ailenin Gelir Durumu	
Çocuğun Uyuma Süresi	
Çocuğun Günlük Tablet Kullanım Süresi	
Çocuğun Günlük Televizyon İzleme Süresi	
Çocuğun Günlük Telefon Kullanma Süresi	
Çocuğun ve Ailesinin Yaşadığı Ev	1. Apartman 2.Müstakil
Çocuğun ve Ailesinin Yaşadığı Bölge	1. Şehir 2. Kasaba 3. Köy

## EK 3.ÇOCUK UYKU ALIŞKANLIKLARI ÖLÇEĞİ ÇOCUK UYKU ALIŞKANLIKLARI ANKETİ

(Okulöncesi ve Okul çağı çocukları için)

Aşağıdaki cümleler çocuğunuzun uyku alışkanlıklarını ve uykuyla ilişkili muhtemel zorluklarını içermektedir. Geçen haftayı düşünerek bu sorulara cevap veriniz. Eğer geçtiğimiz hafta bir nedenle (çocuğunuzun ateşli bir enfeksiyonu olmuş olabilir ve iyi uyuyamamış olabilir ya da örneğin taşınma ya da tadilat nedeniyle ev yaşantınızda düzen değişikliği yaşanmış olabilir) her zamanki yaşantı düzeninizden farklı geçti ise o zaman normal düzeninizde yaşadığınız en son haftayı düşünerek soruları yanıtlayınız.

Eğer bir durum haftada 5-7 kez oluyorsa GENELLİKLE, 2-4 kez oluyorsa BAZEN, 1 kez oluyor ya da hiç olmuyorsa NADİREN şeklinde cevap veriniz. Ek olarak, her bir satırda söz edilen uyku alışkanlığı size göre sorun yaratıyorsa “evet”, yaratmıyorsa “hayır”ı yuvarlak içine alınız.

### Yatma Zamanı

Çocuğunuzun yatış saatini yazınız: \_\_\_\_\_

	3	2	1
	Genellikle	Bazen	Nadiren
	(5-7)	(2-4)	(0-1)
1.Yatağa her gece aynı saatte gider*	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>
2.Yattıktan sonra 20 dakika içinde uykuya dalar*	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>
3.Kendi başına yatağında uykuya dalar*	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>
4.Anne-babasının ya da kardeşinin yatağında uykuya dalar	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>
5.Uykuya dalarken anne-babasının odada olması gerekir	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>
6.Yatma saatinde mücadele eder (ağlar, yatakta durmak istemez vs)	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>
7. Karanlıkta uyumaktan korkar	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>



8.Yalnız başına uyumaktan korkar

Uyku Davranışı

Çocuğunuzun her gnk genel uyku miktarı: \_\_\_\_\_ saat, \_\_\_\_\_ dakika

(gece uykusu ile gn iindeki uyku miktarının toplamı)

	3	2	1
	Genellikle	Bazen	Nadiren
	(5-7)	(2-4)	(0-1)
9. ok az uyur	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>
10. Yeterli miktarda uyur*	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>
11. Her gn aynı miktarda uyur*	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>
12.Gece yatağın ıslatır	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>
13.Uykusunda konuşur	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>
14.Uyku sırasında huzursuzdur ve ok hareket eder	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>
15.Gece uykusunda yrr	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>
16.Gece başkasının yatağına gider (anne-babasının, kardeşlerinin vs)	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>
17.Uykuda diş gıcırdatır (diş hekimi de bunu size söylemiş olabilir)	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>
18.Yksek sesle horlar	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>
19.Uyku sırasında sanki nefes alması duruyor gibidir	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>
20.Uyku sırasında kesik kesik nefes alır, burnundan horultuyla nefes alıp verir	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>
21.Ev dişında bir yerde uyumakta sorun yaşar (akrabalarda, yada	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>

gezide)

- 22.Gece uykudan bağırarak uyanır, terlemiştir, sakinleştirilemez
- 23.Korkutucu bir rüya nedeniyle telaşla uyanır

Gece Uykudan Uyanma

- |                                    | 3                        | 2                        | 1                        |
|------------------------------------|--------------------------|--------------------------|--------------------------|
|                                    | Genellikle               | Bazen                    | Nadiren                  |
|                                    | (5-7)                    | (2-4)                    | (0-1)                    |
| 24.Uykuda bir kez uyanır           | <input type="checkbox"/> | <input type="checkbox"/> | <input type="checkbox"/> |
| 25.Uykuda bir kereden fazla uyanır | <input type="checkbox"/> | <input type="checkbox"/> | <input type="checkbox"/> |

Gece uyandığında kaç dakika uyanık kaldığını yazınız: \_\_\_\_\_

Sabah Uykudan Kalkma/ Gündüz Uykululuk Hali

Sabahları genelde uyandığı saati yazınız: \_\_\_\_\_

- |  | 3                        | 2                        | 1                        |
|--|--------------------------|--------------------------|--------------------------|
|  | Genellikle               | Bazen                    | Nadiren                  |
|  | (5-7)                    | (2-4)                    | (0-1)                    |
| 26.Sabah kendiliğinden uyanır*                   | <input type="checkbox"/> | <input type="checkbox"/> | <input type="checkbox"/> |
| 27.Keyifsiz bir şekilde uyanır                   | <input type="checkbox"/> | <input type="checkbox"/> | <input type="checkbox"/> |
| 28.Çocuğu yetişkinler ya da kardeşleri uyandırır | <input type="checkbox"/> | <input type="checkbox"/> | <input type="checkbox"/> |
| 29.Sabahları yataktan çıkmakta zorlanır          | <input type="checkbox"/> | <input type="checkbox"/> | <input type="checkbox"/> |
| 30.Sabahları uyanıp ayılması uzun zaman alır     | <input type="checkbox"/> | <input type="checkbox"/> | <input type="checkbox"/> |

31.Sabahları yorgun görünür

Aşağıda belirtilen durumlarda çok uykusu gelir ya da uyuyakalır:

	1	2	3
	Uykusu gelmez	Çok uykusu gelir	Uyuya kalır
32.Televizyon seyrederken	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>
33.Arabada yolculuk ederken	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>

#### EK 4. AİLE İNTERNET TUTUM ÖLÇEĞİ

Sevgili Öğrencimiz;

Aşağıda yer alan soruların her birini okuyunuz ve o maddeye ne kadar katıldığınızı gösteren ifadelerden hangisi size uygunsuz oraya X işareti koyunuz. Verdiğiniz cevaplar sadece araştırmacılar tarafından görülecek ve kesinlikle başka bir durumla ilişkilendirilmeyecektir. Anketi cevapladığınız için teşekkür ederiz.

Ailem, internet kullanırken benim yanımda bulunur.	( )	( )	( )	( )	( )
Ailem, internet kullanırken beni izler.	( )	( )	( )	( )	( )
Ailem, internette ne yaptığımı kontrol eder.	( )	( )	( )	( )	( )
Ailem, internette belirli sitelere girmemi engellemek için özel yazılımlar kullanır.	( )	( )	( )	( )	( )
Ailem, uygunsuz sitelere girdiğimde internet erişimimi durdurur.	( )	( )	( )	( )	( )
Ailem, chat (sohbet/MSN) yaptığımda internet erişimimi durdurur.	( )	( )	( )	( )	( )
Ailem, yalnızca belli gün ve zamanlarda internet kullanmama izin verir (Perşembe öğleden sonra gibi).	( )	( )	( )	( )	( )
Ailem, internet kullanma süremi sınırlandırır (Bir saat gibi).	( )	( )	( )	( )	( )
Ailem, internet kullanımımı sınırlandırır (Sadece oyun oynama gibi).	( )	( )	( )	( )	( )
Ailem, gireceğim web sayfalarını sınırlandırır (Müzik siteleri gibi).	( )	( )	( )	( )	( )
Ailem, internette kimlerle iletişime gireceğimi belirler.	( )	( )	( )	( )	( )
İnternet kullanım kurallarını ailemle beraber belirleriz.	( )	( )	( )	( )	( )
İnternet kullanım kurallarını ailemle birlikte koyarız.	( )	( )	( )	( )	( )
Aileme internette ne arayacağımı ve neler bulduğumu söylerim.	( )	( )	( )	( )	( )
İnternette ne yapacağım hakkında ailemle konuşurum.	( )	( )	( )	( )	( )
İnternette kiminle arkadaşlık kuracağım hakkında ailemle konuşurum.	( )	( )	( )	( )	( )
Ailem, internetin sağladığı zengin olanaklar hakkında beni	( )	( )	( )	( )	( )

bilgilendirir.					
Ailem, internetin zararları hakkında benimle konuşur.	( )	( )	( )	( )	( )
Aileme internette neler yaptığımı anlattığımda beni dinler.	( )	( )	( )	( )	( )
İnternet kullanırken teknik bir problemle karşılaştığımda ailem bana yardımcı olur.	( )	( )	( )	( )	( )
İnternet kullanırken sürpriz bir şeyle karşılaştığımda aileme danışırım.	( )	( )	( )	( )	( )
İnternet kullanırken anlamadığım bir şey olduğunda aileme danışırım.	( )	( )	( )	( )	( )
Ailemle birlikte internet kullanırım.	( )	( )	( )	( )	( )
İnterneti nasıl güvenli bir şekilde kullanacağım konusunda ailem beni bilgilendirir.	( )	( )	( )	( )	( )
Benim için güvenli olan internet siteleri hakkında ailem bana bilgi verir.	( )	( )	( )	( )	( )

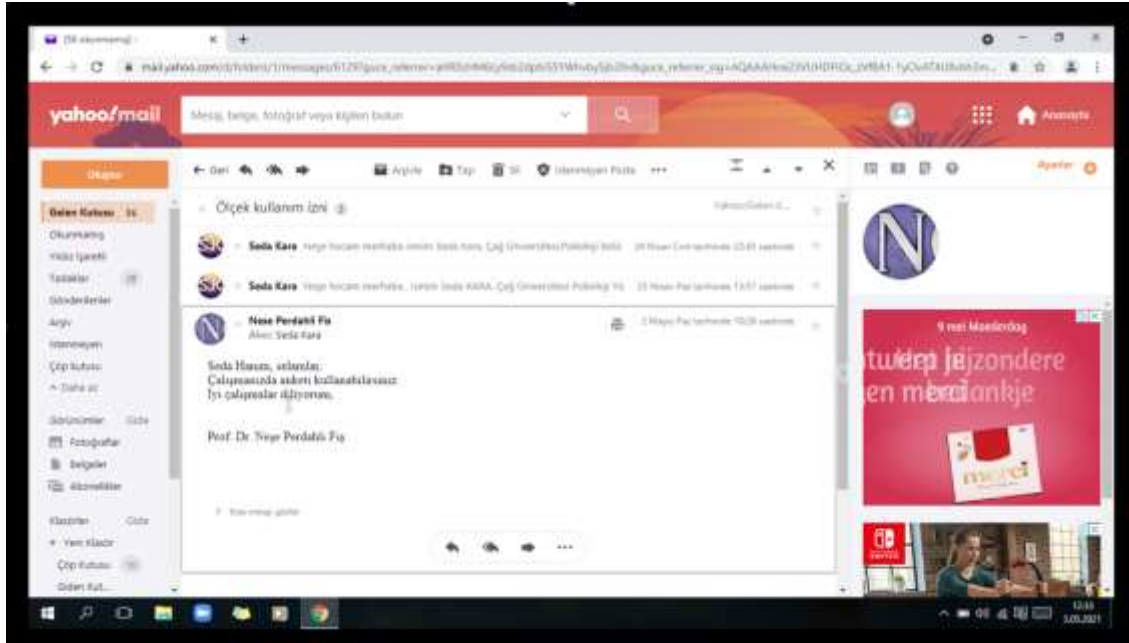
### EK 5. Anne-Baba Çocuk Yetiştirme Tutumu Ölçeği

Maddeler	Tamamen	Katılıyorum	Katılıyorum	Kısmen	Katılıyorum	Katılmıyorum	Hiç	Katılmıyorum
	5	4	3	2	1			
1.Çocuğumu, her durumda duygu ve düşüncesini ifade etmesi için desteklerim.								
2.Çocuğum için koyduğum bir kuralı asla değiştirmem.								
3. Çocuğumu, istediği gibi davranmakta özgür bırakırım.								
4. Çocuğuma odasını toplama gibi yapabileceği bazı sorumluluklar veririm.								
5. Çocuğumun, rahatsız edici ve yanlış davranışlarını görmezden gelirim.								
6. Çocuğumla ilgili konularda kontrolü her zaman elimde tutarım.								
7. Çocuğumu, toplumun istediği ideal insan olarak yetiştiririm.								
8. Çocuğuma, onu cezalandırılacağı söylesem de bu cezaları uygulamam.								
9. Çocuğumla ilgili kararları ben alırım.								
10. Çocuğuma duyduğum güveni ona belirtirim.								
11. Çocuğum için kurallar koysam da kurallara uymasını beklemem.								
12. Çocuğumu şımartırım.								
13. Çocuğuma kuralların nedenleri ile ilgili açıklamalar yaparım.								
14. Çocuğumu, yeni şeyler denemesi konusunda cesaretlendiririm.								
15. Çocuğumu yaptığı bir şeyden dolayı cezalandırdığımda, ondan özür dilerim.								
16. Çocuğum, yapmasını istediğim bir işi yapmadığında hoşgörü ile karşılarım.								
17. Çocuğum için, her zaman uyması gereken kurallar koymam.								
18. Çocuğumun söz dinlemesi için, daha resmi davranırım.								
19. Çocuğuma hiçbir konuda “hayır” demem.								
20. Çocuğumu disipline etmeye çalışmam.								
21. Çocuğumun bireysel özelliklerin ve mizacının farkında olarak ona saygı duyarım.								
22. Çocuğumdan, koyduğum kurallara sorgulamadan uymasını beklerim.								
23. Çocuğum üzerinden kontrolü eksik etmem.								
24. Çocuğum olumlu davranışlar sergilediğinde, onu överim.								
25. Çocuğumdan, taleplerimi yerine getirmesini beklerim.								
26. Çocuğumun sağlam ve güçlü bir karaktere sahip olması için yaptıklarını beğendiğimi hissettirmem.								
27. Farklı bir ortamda, çocuğumun kurallara uymamasını önemsemem.								
28. Çocuğumu ilgilendiren konularda, onun fikrini de alırım.								
29. Çocuğuma karşı duygularımı güzel sözlerle, sarılarak ve öperek gösteririm.								
30. Çocuğumun her an nerede ve ne yaptığını takip ederim.								
31. Çocuğumun, yanlış davranışlarını cezalandırırım.								
32. Çocuğum ile zaman geçirmek için özel planlamalar yaparım.								
33. Çocuğum ile göz teması kurar ve sözünü kesmeden dinlerim.								
34. Çocuğumun girişkenliğini ve yeteneklerini desteklerim.								
35. Hiç bir zaman çocuğumu yalnız bırakmam.								
36. Çocuğumun sorularını önemserim ve sabırla cevaplarım.								
37. Çocuğuma hiçbir zaman şiddet uygulamam.								
38. Çocuğum hata yaptığında, onu ayıplamam.								

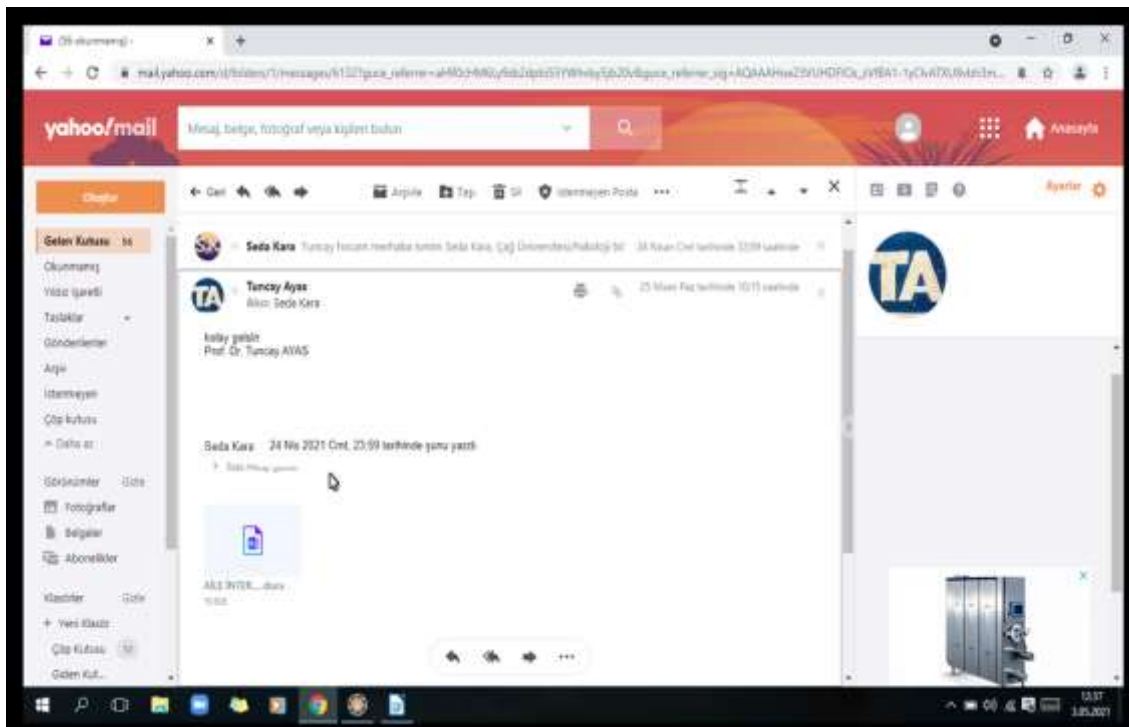
Anketimiz bitmiştir. Sabrınız ve katılımınız için teşekkürler.

## EK 6. Ölçek ve Anket İzin Mailleri

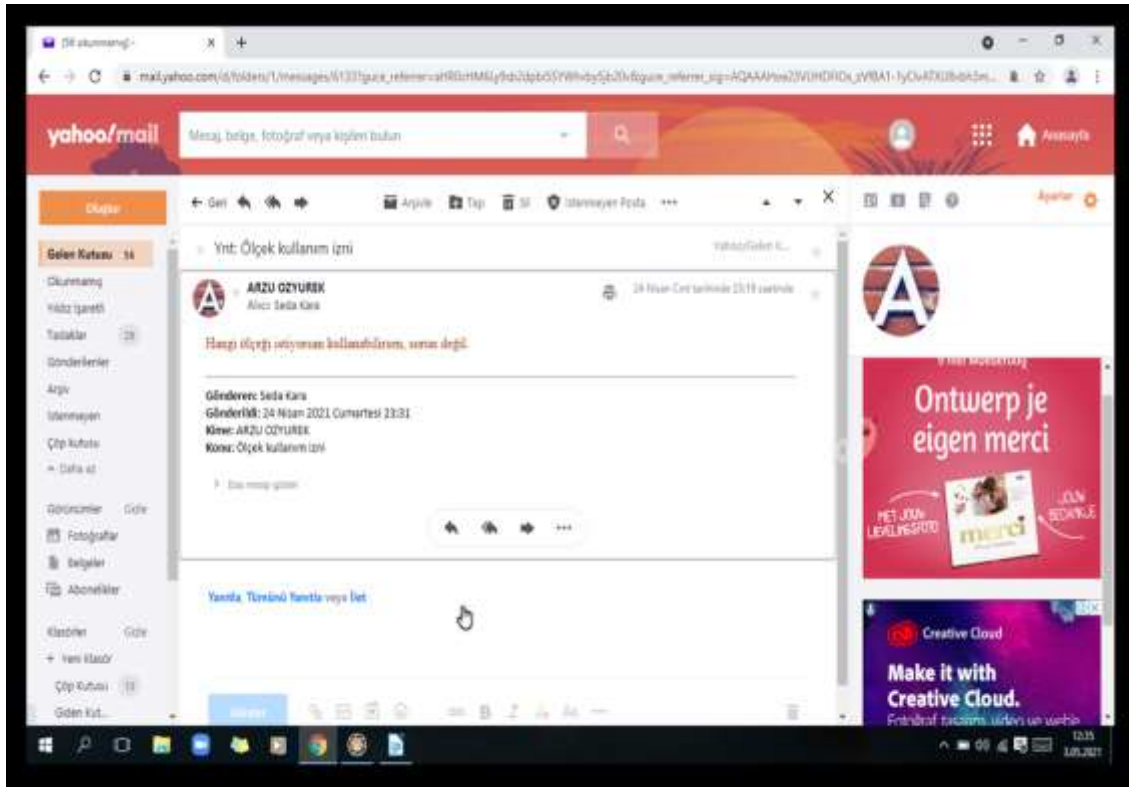
Prof. Dr. Neşe PERDAHLI FİŞ



Prof. Dr. Tuncay AYAS



Prof. Dr. Arzu ÖZYÜREK





**EK 7.**Çağ Üniversitesi Sosyal Bilimler Enstitüsü Tez Etik Kurul İzin İstek Yazısı

T.C.  
ÇAĞ ÜNİVERSİTESİ  
Sosyal Bilimler Enstitüsü

Sayı : E-23867972-050.01.04-2100003351  
Konu : Bilimsel Araştırma ve Yayın Etiği  
Kurulu Kararı Alınması Hakkında

04.05.2021

**REKTÖRLÜK MAKAMINA**

**İlgi:** 09.03.2021 tarih ve E-81570533-050.01.01-2100001828 sayılı Bilimsel Araştırma ve Yayın Etiği Kurulu konulu yazınız.  
İlgi tarihli yazınız kapsamında Üniversitemiz Sosyal Bilimler Enstitüsü bünyesindeki Lisansüstü Programlarda halen tez aşamasında kayıtlı olan **Buket Tekkanat, Gizem Tatlı, Hülya Yenice, Ömer İlbaşı, Seda Kara** isimli öğrencilerimize ait tez evraklarının "Üniversitemiz Bilimsel Araştırma ve Yayın Etiği Kurulu Onayları" alınmak üzere Ek'lerde sunulmuş olduğunu arz ederim.

Doç. Dr. Murat KOÇ  
Sosyal Bilimler Enstitüsü Müdürü

Ek : 5 Adet öğrenciye ait tez evrakları listesi.

**EK 8.Çağ Üniversitesi Etik Kurul İzin İstek Yazısı**

T.C.  
ÇAĞ ÜNİVERSİTESİ  
Rektörlük

Sayı : E-81570533-044-2100003649

21.05.2021

Konu : Bilimsel Araştırma ve Yayın Etiği  
Kurul İzni Hk.

**SOSYAL BİLİMLER ENSTİTÜSÜ MÜDÜRLÜĞÜNE**

İlgi : a) 11.05.2021 tarih ve E-23867972- 050.01.04-2100003461 sayılı yazınız.  
b) 04.05.2021 tarih ve E-23867972- 050.01.04-2100003351 sayılı yazınız.  
c) 07.05.2021 tarih ve E-23867972- 050.01.04-2100003401 sayılı yazınız.

İlgi yazılarda söz konusu edilen Betül YÜKSEKBAŞ, Hayriye SAĞIR, Menzil YÜKSEL, Mürüvvet YETİŞKİN, Rumeysa OKSAL, Buket TEKKANAT, Gizem TATLI, Hülya YENİCE, Ömer İLBAŞ, Seda KARA, Bilge HATİPOĞLU, Çağla ÇALIŞKAN, Meryem ÖZTÜRK, Yenay KARAOĞLU isimli öğrencilerin tez evrakları Bilimsel Araştırma ve Yayın Etiği Kurulunda incelenerek uygun görülmüştür.

Bilgilerinizi ve gereğini rica ederim.

Prof. Dr. Ünal AY  
Rektör

**EK 9. Tez Anket İzin, İstek Yazısı**

T.C.  
ÇAĞ ÜNİVERSİTESİ  
Sosyal Bilimler Enstitüsü

Sayı : E-23867972-044-2100003691  
Konu : Seda KARA'nın Tez Anket İzni

24.05.2021

ÇUKUROVA ÜNİVERSİTESİ  
BALCALI HASTANESİ SAĞLIK UYGULAMA VE ARAŞTIRMA MERKEZİ

Psikoloji Tezli Yüksek Lisans Programında kayıtlı Seda KARA isimli öğrencimiz, **“Çukurova Üniversitesi Çocuk Ruh Sağlığı Ve Hastalıklarına Başvuran Okul Öncesi Çocuklarda Medya Maruziyetinin Uyku Alışkanlıkları Üzerindeki Etkisi Ve İlişkili Faktörler”** konulu tez çalışmasını Çukurova Üniversitesi öğretim üyesi **Dr. Öğr. Üyesi Perihan ÇAM RAY** danışmanlığında halen yürütmektedir. Adı geçen öğrenci tez çalışmasında **Çukurova Üniversitesi, Balcalı Hastanesi Sağlık Uygulama ve Araştırma Merkezi, Çocuk ve Ergen Psikiyatri Polikliniğine başvuran 3-6 yaş arasındaki çocukları** kapsamak üzere kopyası Ek'lerde sunulan anket uygulamasını yapmayı planlamaktadır. Üniversitemiz Etik Kurulunda yer alan üyelerin onayları alınmış olup, gerekli iznin verilmesi hususunu bilgilerinize sunarım.

Prof. Dr. Ünal AY  
Rektör

Ek : Tez Etik Kurul Onay Dosyası

## EK 10. Çukurova Üniversitesi Tez Anket İzin Yazısı



**T.C.  
ÇUKUROVA ÜNİVERSİTESİ  
Balcalı Hastanesi Başhekimliği**

Sayı : E-18649120-774.02.01-118130  
Konu : Seda KARA,nın TEZ ANKET İZİNİ

17/06/2021

**ÇAĞ ÜNİVERSİTESİ REKTÖRLÜĞÜNE**  
Adana-Mersin Karayolu Üzeri PK:33800 Yenice-Tarsus/MERSİN

İlgi : Sosyal Bilimler Enstitüsü 24/05/2021 tarihli, 2100003691 sayılı ve "Seda KARA,nın TEZ ANKET İZİNİ" konulu yazı,

İlgide kayıtlı yazımız gereğince: Üniversiteniz Sosyal Bilimler Enstitüsü Psikoloji Tezli Yüksek Lisans Programı Öğrencisi Seda KARA'nın "Okul Öncesi Çocuklarda Medya Maruziyetinin Uyku Alışkanlıkları Üzerinde Etkisi ve İlişkili Faktörler" konulu tez çalışmasını Çukurova Üniversitesi Tıp Fakültesi Balcalı Hastanesi Sağlık Uygulama ve Araştırma Merkezi (Hastane) Çocuk ve Ergen Ruh Sağlığı Hastalıkları Anabilim Dalında yapması Başhekimliğimizce uygun görülmüştür.

Bilgilerinizi ve gereğini arz ederim

**Prof.Dr. Hasan Murat GÜNDÜZ**  
Başhekim

Ek:Yazı (1 Ad.)