



Araştırma Makalesi

ORTAOKUL ÖĞRENCİ VELİLERİNDE DİJİTAL EBEVEYNLİK FARKINDALIĞI VE FİZİKSEL AKTİVİTE ARASINDAKİ İLİŞKİNİN İNCELENMESİ

INVESTIGATION OF THE RELATIONSHIP BETWEEN DIGITAL PARENTING AWARENESS AND PHYSICAL ACTIVITY AMONG SECONDARY SCHOOL STUDENTS' PARENTS

Gönderilen Tarih: 28/09/2023
Kabul Edilen Tarih: 31/12/2023

Nimet HAŞIL KORKMAZ

Uludağ Üniversitesi Spor Bilimleri Fakültesi, Bursa, Türkiye

Orcid: 0000-0001-7648-3289

Fatma DEMİR

Milli Eğitim Bakanlığı, Kocaeli, Türkiye

Orcid: 0000-0002-6484-7329

İnci Ece ÖZTÜRK

Uludağ Üniversitesi Spor Bilimleri Fakültesi, Bursa, Türkiye

Orcid: 0000-0002-7199-4706

Selen UĞUR MUTLU

Uludağ Üniversitesi Spor Bilimleri Fakültesi, Bursa, Türkiye

Orcid: 0000-0002-3052-9066

* Sorumlu Yazar: Fatma DEMİR Uludağ Üniversitesi Eğitim Bilimleri Enstitüsü, Beden Eğitimi ve Spor, E-mail: fd53297@gmail.com

† Bu çalışma 20.Spor Bilimleri Kongresinde sözel bildiri olarak sunulmuştur.

Ortaokul Öğrenci Velilerinde Dijital Ebeveynlik Farkındalığı ve Fiziksel Aktivite Arasındaki İlişkinin İncelenmesi

ÖZ

Bu araştırmanın amacı, ebeveynlerin dijital ebeveynlik farkındalığı ve fiziksel aktivite seviyesi arasındaki ilişkiyi incelemektir. Araştırmanın örnekleme grubunu, Bursa ve Kocaeli'nde çocuğu ortaokul seviyesinde eğitime devam eden 808 ebeveyn oluşturmaktadır. Veri toplama aracı olarak Dijital Ebeveynlik Farkındalık Ölçeği, Uluslararası Fiziksel Aktivite Anketi ve araştırmacılar tarafından geliştirilen kişisel bilgi formu kullanılmıştır. Verilerin analizinde Kruskal Wallis H testi, Mann Whitney U testi ve Spearman Korelasyon analizi uygulanmıştır. Araştırmanın bulgularına göre dijital ebeveynlik farkındalığı alt boyut puanları ile ebeveynlerin haftalık toplam MET değerleri arasında anlamlı ilişki bulunmamaktadır. Bununla birlikte fiziksel olarak çok aktif ebeveynlerin verimli kullanım puanları, inaktif ebeveynlere göre anlamlı düzeyde daha yüksek bulunmuştur. Sonuç olarak çocuklarda teknolojinin doğru ve verimli kullanımını teşvik etmek adına ebeveynlerin dijital ebeveynlik farkındalığı yükseltilmelidir. Fiziksel olarak çok aktif ebeveynlerin, inaktif ebeveynlere göre dijital araçları daha verimli kullanıyor olması aile tabanlı fiziksel aktivite programlarının dijital ebeveynlik farkındalığını artırmada önemli bir strateji olabileceğine işaret etmektedir.

Anahtar Kelimeler: Dijital ebeveynlik, dijital ebeveynlik farkındalığı, fiziksel aktivite

Examining the Relationship Between Digital Parenting Awareness and Physical Activity in Parents of Secondary School Students

ABSTRACT

The purpose of this study is to examine the relationship between parents' digital parenting awareness and physical activity level. The sample group of the research consists of 808 parents whose children continue their education at secondary school level in Bursa and Kocaeli. Digital Parenting Awareness Scale, International Physical Activity Survey and a personal information form developed by the researchers were used as data collection tools. Kruskal Wallis H test, Mann Whitney U test and Spearman Correlation analysis were applied to analyze the data. According to the findings of the study, there is no significant relationship between digital parenting awareness subscale scores and parents' weekly total MET values. However, the productive use scores of physically very active parents were found to be significantly higher than inactive parents. As a result, parents' awareness of digital parenting should be raised in order to encourage the correct and efficient use of technology in children. The fact that physically very active parents use digital tools more efficiently than inactive parents indicates that family-based physical activity programs can be an important strategy in increasing digital parenting awareness.

Keywords: Digital parenting, digital parenting awareness, physical activity

GİRİŞ

Teknolojinin hayatımızın her alanına girmesi ile çocukların erişebileceği içerikler neredeyse sınırsız hâle gelmiş, internet denetimi son derece zorlaşmıştır. Bu anlamda, giderek dijitalleşen dünyada, ebeveynlik kavramı daha karmaşık bir hâl almaktadır. Bu durum ebeveynlerin stres düzeylerinde artışa yol açmaktadır¹. Günümüzde ebeveynlerin dijital yetkinliklerini geliştirmesi büyük bir önem taşımaktadır. Dijital ebeveynlik stratejilerinin benimsenmesi yoluyla ebeveynlerin bu alandaki yetkinliklerini geliştirmesi mümkün olabilir².

Dijital ebeveynlik *“Dijital çağın gerekliliklerine göre davranış sergileyen, dijital araçları kullanma yeteneğine sahip olan, dijital dünyadaki imkânların farkında olan ve çocuğunu bu tür ortamlardaki tehlikelere karşı koruyabilen, gerçek yaşamda kişilik haklarına saygı duyulduğu gibi dijital ortamda da benzer şekilde davranılması gerektiğini çocuğuna belirten ve teknolojik yenilikleri takip eden ebeveynler”* olarak tanımlanmaktadır³.

Bugünün çocuklarının, henüz emekleme çağına gelmeden dijital ekranlara maruz kaldığı ve ekran üzerinde işlemler yapabildiği düşünüldüğünde, ebeveynlerin çocukların hayatını iyileştiren ve tamamlayan teknoloji konusunda bilgi sahibi olmaları dijital ebeveyn olma ödevlerindedir⁴. Her yaştan çocuğun her türlü siber risk ve zorbalığa maruz kaldığı dijital dünyada, dijital ebeveynlerin sahip olduğu sorumluluklar, çocukların doğumundan başlayarak ölümüne kadar olan süreci kapsamaktadır⁵. Dijital ebeveynler çocuklarını sanal ortamda uygun olmayan görüntülerden nasıl koruyacağını, siber zorbalık ile nasıl mücadele edeceğini, sosyal medyanın kullanımını nasıl takip edeceğini ve çocuklara bu alanda eğitim verirken nasıl bir yol izleyeceğini dijital ebeveynlik becerilerini geliştirerek öğrenebilirler⁶.

Dijital ebeveynlerin sahip olması gereken özellikler arasında dijital okuryazarlık, dijital etik, yenilikçilik gibi unsurlar sayılabilir³. Dijital okuryazarlık *“Teknoloji ve teknoloji kullanımı hakkında öğretme ve öğrenme süreci”* şeklinde tanımlanmaktadır⁷. Dijital okuryazarlık becerisi sayesinde kişiler sanal ortamda bilgilerin doğruluğunu belirleyerek, aktif öğrenme yöntemleri sayesinde kendilerini eğitebilmektedir⁸. Bununla birlikte dijital okuryazarlık kişilere internet ortamından kaynaklanan güvenlik sorunlarından nasıl korunabileceklerini öğretmektedir⁹. Dijital okuryazarlık seviyesi yüksek olan ebeveynler düşük olan ebeveynlere göre çocuklarına teknolojik araç gereçlerin kullanımında daha iyi rehberlik edebilmektedir¹⁰. Dijital etik ise sanal ortamdaki *“davranış standartları”* olarak nitelendirilmektedir. Sanal ortamda diğer kişilere saygı duymak, siber zorbalıktan uzak durmak, interneti diğer kişiler üzerinde en az seviyede olumsuz etki bırakacak şekilde kullanmak dijital etik davranışları kapsamında örnek olarak verilebilir⁷. Günlük yaşamda nasıl ki ebeveynler evrensel etik kurallarına uygun davranışlar gösterme konusunda çocuklarına rehberlik ediyorsa, aynı hassasiyet sanal ortamdaki dijital etik konusunda da gösterilmelidir. Dijital ebeveynlerin sahip olması gereken bir diğer özellik ise yenilikçiliktir. Teknolojinin hızla gelişmesiyle beraber dijital ebeveynlerinde gelişen bu teknoloji karşısında en azından temel bilgilere sahip olması gerekmektedir¹¹. Dijital ebeveynler, çocuklarını ve kendilerini geliştirebilmek adına teknolojinin sağladığı yeni olanakların farkında olmalıdırlar³. Dijital ebeveynlere düşen bir diğer görev de siber zorbalığın önlenmesi konusunda dijital ortamda kontrolü sağlamaktır. İnternet ortamında ebeveynlerin, çocuklarına yönelik kontrolleri arttıkça çocukların siber zorbalığa maruz kalma oranları

düşmektedir¹². Dijital ebeveynlerin bu noktada çocuklarının kullandığı cihazlardan, internet ortamında geçirdiği süreden, sosyal medya hesaplarından ve oyun oynadıkları sitelerin içeriklerinden haberdar olması gerekmektedir. Ayrıca, dijital ebeveynlerin internetin riskli durumlarına karşı çocuklarına yönelik belli kurallar koyması oluşabilecek siber zorbalığa yönelik önlem niteliği taşımaktadır¹³. Dijital ebeveynler, çocuklarının kişisel bilgilerini başka kişi veya kurumlarla paylaşıp paylaşmadığını kontrol etmek zorundadır¹⁴.

Fiziksel aktivite, sağlıklı yaşam şekli geliştirmek için vazgeçilmez bir unsurdur. Araştırmalar, fiziksel aktivitenin insan bedeni üzerinde kan basıncının düşürülmesinden kilo kaybına, kardiyovasküler gelişimden kassal dayanıklılığına, vücudun hastalıklara karşı bağışıklık kazanmasından yaşlılığa bağlı hastalıkların önlenmesine kadar pek çok faydasını göstermektedir¹⁵⁻¹⁶. Fiziksel aktivite, kişinin bedensel, psikolojik ve mental gelişiminde önemli bir etkiye sahiptir¹⁷. Çocuk ve ergen popülasyonunda daha yüksek düzeyde fiziksel aktivitenin ve sedanter davranışlarda harcanan daha az zamanın, sağlıkla ilişkili yaşam kalitesinde artış ile ilişkili olduğu bildirilmiştir²⁷. Bu nedenle, fiziksel aktivite çocuklar ve gençler için normal büyüme ve gelişmenin ayrılmaz bir parçası olarak nitelendirilmektedir.

Bireyleri fiziksel aktiviteye katılmaya teşvik eden unsurlar arasında başarı/statü, ortam, enerji harcama, sosyalleşme, güzel zaman geçirme, beceri ve fiziksel kondisyon gibi ana motivasyon kaynakları ön plana çıkmaktadır²⁴⁻²⁵. Bununla birlikte kilo kontrolü, sağlıklı yaşam sürme, sosyalleşme, stresle başa çıkma, hastalıklardan korunma, günlük sorunları unutma, kötü alışkanlıklardan korunma, olumsuz düşüncelerden sıyrılma, eğlenme, fiziksel benliğin gelişimi, boş zamanları daha iyi geçirme, özgüven arttırma isteği gibi sebeplerden ötürü bireyler fiziksel aktiviteleri gerçekleştirmektedir¹⁸. Ancak teknolojinin getirdiği kolaylıklar sonucunda günümüzde insanların fiziksel olarak tembelleşmesi kaçınılmaz olmuştur. Bu anlamda günümüzde bireylerin dijital araç kullanım süresinin arttığı, fiziksel aktivite seviyesinin ise düştüğü kabul edilmektedir. Bu durum, ebeveynlerin dijital ebeveynlik farkındalığı ve fiziksel aktivite davranışları arasında bir ilişkinin olabileceğini düşündürmektedir. Eski ebeveynlik stratejilerinin yetersiz kaldığı günümüz dünyasında dijital ebeveynlik farkındalığı ve ebeveyn fiziksel aktivite davranışları arasındaki ilişkinin ortaya çıkarılması yeni ebeveynlik stratejilerinin keşfedilmesi adına önem kazanmaktadır. Bununla birlikte araştırmacıların bilgisi dahilinde literatürde, dijital ebeveynlik farkındalığı ve ebeveynlerin fiziksel aktivite seviyesi arasındaki ilişkiyi inceleyen bir araştırma bulunmamaktadır. Bu nedenle bu araştırmanın amacı, Bursa ve Kocaeli'nde yaşayan ebeveynlerin dijital ebeveynlik farkındalığı ve fiziksel aktivite seviyesinin arasındaki ilişkinin incelenmesidir.

MATERYAL VE METOT

Araştırmanın Modeli

Araştırmada nicel araştırma yöntemlerinden korelasyonel araştırma ve nedensel karşılaştırma modeli kullanılmıştır. Korelasyonel araştırmalar, iki veya daha fazla değişken arasındaki ilişkilerin belirlenmesi ve neden-sonuç ile ilgili ipuçlarının elde edilmesi amacıyla gerçekleştirilen araştırmalardır. Nedensel karşılaştırmada ise insan grupları arasındaki farklılıkların neden ve sonuçlarının belirlenmesi hedeflenmektedir¹⁹.

Katılımcılar

Araştırmanın evreni, çocukları ortaokul seviyesinde dört yıl süreli olarak (5.6.7.ve 8.sınıf) eğitime devam eden Bursa ve Kocaeli ilinde yaşayan ebeveynleri kapsamaktadır. Araştırmanın örneklemini ise 2021-2022 eğitim-öğretim yılında çocukları Bursa ve Kocaeli illerinde ortaokul seviyesinde öğrenim görmekte olan ebeveynler arasından tesadüfi örnekleme yöntemiyle seçilen 808 gönüllü katılımcı oluşturmaktadır.

Verilerin Toplanması ve Veri Toplama Araçları

Veri toplama araçları katılımcılara, yüz yüze ve Google Forms üzerinden çevrimiçi ortamda iletilmiştir. Araştırmacılar tarafından geliştirilen kişisel bilgi formunun birinci kısmında çalışmanın amacını özetleyen bir açıklama bulunmaktadır. Kişisel bilgi formunun ikinci kısmında ise demografik bilgileri elde etmek amacı ile sorulmuş olan cinsiyet, çalışma durumu, eğitim durumu, çocuk sayısına ilişkin sorular mevcuttur. Bununla birlikte fiziksel aktivite düzeylerini incelemek için "Uluslararası Fiziksel Aktivite Ölçeği (Kısa Form)", dijital ebeveynlik farkındalığını incelemek için ise "Dijital Ebeveynlik Farkındalık Ölçeği" kullanılmıştır.

Uluslararası Fiziksel Aktivite Ölçeği (UFAÖ): Uluslararası Fiziksel Aktivite Ölçeği (IPAQ), 15-69 yaş aralığındaki katılımcıların fiziksel aktivite düzeylerini ortaya koymak için geliştirilmiştir²⁰. Çalışmada kullanılan UFAÖ'nün Türkçe geçerlilik ve güvenilirlik çalışması 2005 yılında Öztürk tarafından yapılmıştır²¹. Kısa form UFAÖ yürüme, orta şiddetli ve şiddetli aktivitelerde harcanan süre hakkında bilgi vermektedir. Toplam skorun hesaplanması; yürüme, orta şiddetli aktivite ve şiddetli aktivitenin süre (dakika) ve frekans (gün) toplamını içermektedir. Aktiviteler için gerekli olan enerji metabolik eşdeğer (MET)-dakika skoru ile hesaplanarak ortaya konmaktadır. MET dk/hafta skoru = MET değeri x aktivite süresi x yapılan gün sayısı ile hesaplanmaktadır. Bu hesaplama sonucunda inaktif, minimal aktif ve çok aktif olmak üzere üç düzeyden oluşan bir sınıflama yapılır²².

Dijital Ebeveynlik Farkındalık Ölçeği (DEFÖ): Dijital ebeveynlik farkındalık düzeyini ortaya koymak için Manap ve Durmuş (2020) tarafından geliştirilmiştir²³. DEFÖ 16 maddeden oluşmaktadır ve dört alt boyutu bulunmaktadır. Bu alt boyutlar; Risklerden Koruma, Verimli Kullanım, Olumsuz Model Olma ve Dijital İhmal boyutlarından oluşmaktadır. Ölçek soruları, 1= Hiçbir Zaman, 2= Nadiren, 3= Bazen, 4= Sıklıkla, 5= Her Zaman şeklinde derecelendirme ile cevaplanmaktadır. DEFÖ'nün alt boyutları birbirlerinden bağımsız şekilde değerlendirilmektedir. Alt boyutlardan alınabilecek puanlar 4–20 arasında değerlendirilerek puanlanmaktadır. Risklerden Koruma ve Verimli Kullanım alt boyutlarından alınan puanların yüksek olması dijital ebeveynlik farkındalığının yüksek olduğunu; Olumsuz Model Olma ve Dijital İhmal alt boyutlarından alınan puanların yüksek olması dijital ebeveynlik farkındalığının düşük olduğunu göstermektedir.

Verilerin Analizi

Veri toplama araçlarından elde edilen veriler SPSS 28.0 programı ile analiz edilmiştir. İstatistiksel anlamlılık düzeyi $p < 0,05$ olarak kabul edilmiştir. Verilerin normallik analizi için Kolmogrov-Smirnov testi gerçekleştirilmiştir. Buna göre verilerin normal dağılıma sahip olmadığı tespit edilmiştir. Bu nedenle verilerin analizinde Kruskal Wallis H testi, Mann Whitney U testi ve Spearman Korelasyon analizi kullanılmıştır.

BULGULAR

Tablo 1. Katılımcıların Demografik Özellikleri

		N	%
Şehir	Bursa	439	54,3
	Kocaeli	369	45,7
Eğitim Durumu	İlkokul	219	27,1
	Ortaokul	162	20
	Lise	296	36,6
	Lisans	131	16,2
	Çalışma Durumu	Çalışıyor	351
	Çalışmıyor	457	56,6
Çocuk Sayısı	1	97	12
	2	422	52,2
	3	215	26,6
	4	43	5,3
	5	31	3,8
Cinsiyet	Anne	613	75,9
	Baba	195	24,1
Fiziksel Aktivite Seviyesi	İnaktif	221	27,4
	Minimal Aktif	336	41,6
	Çok Aktif	251	31,1

Tablo 2. Katılımcıların Haftalık MET Değerleri

	Şiddetli	Orta Şiddetli	Yürüme	Oturma	Toplam
MET	805,9±2903,78	572,37±1699,52	2949,92±27691,67	400,5±491,59	4728,7±28121,15

Tablo 3. Katılımcıların Haftalık Toplam MET'i ile DEFÖ Alt Boyut Puanları Arasındaki İlişkiyi Gösteren Spearman Korelasyon Analizi Tablosu

	Olumsuz Model Olma	Dijital İhmal	Verimli Kullanım	Risklerden Koruma
MET	r = ,06 p = ,09	r = ,01 p = ,69	r = ,06 p = ,12	r = ,05 p = ,15

Haftalık toplam MET ile DEFÖ alt boyut puanları arasında ilişki bulunmamaktadır ($p>0,05$).

Tablo 4. Fiziksel Aktivite Seviyesine Göre DEFÖ Alt Boyut Puanlarını Gösteren Kruskal-Wallis H Testi Tablosu

		N	Sıra ortalaması	Ss	Kruskal Wallis H	p	Post-hoc
Olumsuz Model Olma	FA seviyesi						
	İnaktif	221	398,41	2,45	1,01	,6	
	Çok aktif	336	399,47				
Minimal aktif	251	416,59					
Eğitim	İlkokul	219	395,8	2,45	5,28	,15	
	Ortaokul	162	416,36				
	Lise	296	388,7				
	Lisans	131	440,08				
Çocuk sayısı	1	97	438,35	2,45	6,04	,2	
	2	422	405,83				
	3	215	389,21				
	4	43	435,51				
	5	31	343,47				

Dijital İhmal	FA seviyesi						
	İnaktif	221	412,36				
	Çok aktif	336	393,04	2,91	1,41	,5	
	Minimal aktif	251	412,91				
	Eğitim						
	İlkokul	219	382,49				
	Ortaokul	162	418,23	2,91	7,68	,05	
	Lise	296	394,15				
	Lisans	131	447,7				
	Çocuk sayısı						
	1	97	395,75				1>5 p=,02
	2	422	406,26				2>5 p=,01
	3	215	407,01				3>5 p=,01
	4	43	474,47	2,91	11,23	,02	4>5 p=,0
	5	31	293,39				
Verimli Kullanım	FA seviyesi						
	İnaktif	221	372,36				
	Çok aktif	336	403,78	2,75	8,29	,02	Çok aktif> inaktif p=,0
	Minimal aktif	251	433,77				
	Eğitim						
	İlkokul	219	368,66				
	Ortaokul	162	405,34				
	Lise	296	428,51	2,75	8,50	,04	Lise> ilkokul p=,0
	Lisans	131	409,13				
	Çocuk sayısı						
	1	97	445,83				1>5 p=,01
	2	422	411,73				2>5 p=,01
	3	215	397,09				3>5 p=,04
	4	43	347,62	2,75	11,83	,02	1>4 p=,02
	5	31	307,11				
Risklerden Koruma	FA seviyesi						
	İnaktif	221	386,85				
	Çok aktif	336	398,66	3,63	4,04	,13	
	Minimal aktif	251	427,86				
	Eğitim						
	İlkokul	219	374,5				
	Ortaokul	162	387,82				Lise> ilkokul p=,0
	Lise	296	450,68	3,63	18,96	,0	Lise> lisans p=,0
	Lisans	131	370,92				Lise> ortaokul p=,01
	Çocuk sayısı						
	1	97	431,34				
	2	422	411,94				
	3	215	399,31				
	4	43	353,49	3,63	7,46	,11	
	5	31	326,03				

p<0,05

Fiziksel aktivite seviyesi ve DEFÖ alt boyutları incelendiğinde verimli kullanım alt boyutunun fiziksel aktivite seviyesine göre farklılaştığı tespit edilmiştir (p<0,05). Buna göre çok aktif ebeveynlerin verimli kullanım alt boyut puanları inaktif ebeveynlere kıyasla daha yüksektir. Fiziksel aktivite seviyesine göre olumsuz model olma, dijital ihmal ve risklerden koruma alt boyut puanlarında anlamlı bir fark bulunmamaktadır (p>0,05). Eğitim seviyesi ve DEFÖ alt boyutları incelendiğinde verimli kullanım ve risklerden koruma alt boyutunun eğitim seviyesine göre farklılaştığı tespit edilmiştir (p<0,05). Buna göre lise mezunu ebeveynlerin verimli kullanım puanları ilkokul mezunu ebeveynlere göre daha yüksek bulunmuştur (p<0,05). Ayrıca lise mezunu ebeveynlerin

risklerden koruma puanları ilkökul, ortaokul ve lisans mezunu ebeveynlere kıyasla anlamlı şekilde yüksek bulunmuştur. Eğitim seviyesine göre olumsuz model olma ve dijital ihmal alt boyut puanlarında ise anlamlı bir fark bulunmamaktadır ($p>0,05$). Çocuk sayısı ve DEFÖ alt boyutları incelendiğinde dijital ihmal ve verimli kullanım alt boyutunun çocuk sayısına göre farklılaştığı tespit edilmiştir ($p<0,05$). Çocuk sayısına göre incelendiğinde beş çocuğa sahip ebeveynlerin dijital ihmal puanları bir, iki, üç ve dört çocuklu ebeveynlere göre daha düşüktür ($p<0,05$). Dört çocuğa sahip ebeveynlerin ihmal puanları bir çocuklu ebeveynlere göre daha düşüktür ($p<0,05$). Çocuk sayısına göre incelendiğinde beş çocuğa sahip ebeveynlerin verimli kullanım puanları bir, iki ve üç çocuklu ebeveynlere göre daha düşüktür ($p<0,05$). Dört çocuğa sahip ebeveynlerin verimli kullanım puanları bir çocuklu ebeveynlere göre daha düşüktür ($p<0,05$). Çocuk sayısına göre olumsuz model olma ve risklerden koruma alt boyut puanlarında anlamlı bir fark bulunmamaktadır ($p>0,05$).

Tablo 5. Bazı Değişkenlere Göre DEFÖ Alt Boyut Puanlarını İnceleyen Mann Whitney U Testi Tablosu

		N	Sıra ortalaması	Sıra toplamı	Z	U	p
Olumsuz Model Olma	Ebeveyn						
	Anne	613	389,41	238708	-3,31	50517	,0
	Baba	195	451,94	88128			
	Şehir						
	Bursa	439	410,34	180139,5	-,79	78431,5	,43
	Kocaeli	369	397,55	146696,5			
	Çalışma durumu						
	Çalışıyor	351	445,54	156384,5	-4,45	65798,5	,0
	Çalışmıyor	457	372,98	170451,5			
Dijital İhmal	Ebeveyn						
	Anne	613	402,7	246857,5	-,39	58666,5	,7
	Baba	195	410,15	79978,5			
	Şehir						
	Bursa	439	413,24	181412,5	-1,17	77158,5	,24
	Kocaeli	369	394,10	145423,5			
	Çalışma durumu						
	Çalışıyor	351	420,18	147482	-1,69	74701	,09
	Çalışmıyor	457	392,46	179354			
Verimli Kullanım	Ebeveyn						
	Anne	613	411,87	252479	-1,61	55247	,11
	Baba	195	381,32	74357			
	Şehir						
	Bursa	439	426,12	187065	-2,9	71506	,0
	Kocaeli	369	378,78	139771			
	Çalışma durumu						
	Çalışıyor	351	387,23	135917	-1,86	74141	,06
	Çalışmıyor	457	417,77	190919			
Risklerden Koruma	Ebeveyn						
	Anne	613	406,92	249442	-,53	58284	,6
	Baba	195	396,89	77394			
	Şehir						
	Bursa	439	412,92	181270	-1,12	77301	,26
	Kocaeli	369	394,49	145566			
	Çalışma durumu						
	Çalışıyor	351	400,42	140546	,66	78770	,66
	Çalışmıyor	457	407,64	186290			

$p<0,05$

DEFÖ alt boyutları incelendiğinde babaların olumsuz model olma puanları annelere kıyasla anlamlı şekilde daha yüksek bulunmuştur ($p<0,05$). Dijital ihmal, verimli kullanım ve risklerden koruma alt boyut puanları incelendiğinde anne ve babalar arasında anlamlı fark bulunmamaktadır ($p>0,05$).

DEFÖ alt boyutları şehirlere göre incelendiğinde Bursa'da yaşayan ebeveynlerin Kocaeli'nde yaşayan ebeveynlere kıyasla verimli kullanım puanları anlamlı şekilde daha yüksek bulunmuştur ($p<0,05$). Olumsuz model olma, dijital ihmal ve risklerden koruma alt boyut puanları yaşanan şehre göre farklılık göstermemektedir ($p>0,05$).

DEFÖ alt boyutları çalışma durumuna göre incelendiğinde çalışan ebeveynlerin olumsuz model olma puanları çalışmayan ebeveynlere kıyasla anlamlı şekilde daha yüksek bulunmuştur ($p<0,05$). Ebeveynlerin verimli kullanım, dijital ihmal ve risklerden koruma alt boyut puanlarında çalışma durumuna göre anlamlı bir fark bulunmamaktadır ($p>0,05$).

TARTIŞMA

Bu araştırmada, dijital ebeveynlik farkındalığı ile fiziksel aktivite arasındaki ilişki ele alınmıştır. Elde edilen bulgulara göre dijital ebeveynlik farkındalığı alt boyut puanları ile ebeveynlerin haftalık toplam MET değerleri arasında anlamlı ilişki bulunmamaktadır ($p>0,05$). Ancak, dijital ebeveynlik farkındalığı alt boyutu olan verimli kullanım puanının ebeveynlerin fiziksel aktivite seviyesine göre farklılaştığı tespit edilmiştir ($p<0,05$). Buna göre fiziksel olarak çok aktif olan ebeveynlerin, inaktif ebeveynlere göre verimli kullanım puanı anlamlı düzeyde yüksek bulunmuştur. Pazarcıkcı ve ark. (2022)²⁶ 5-11 yaş grubu çocuğa sahip olan 311 annenin sağlık okuryazarlığı ve dijital ebeveynlik farkındalıklarını incelenmiştir. Buna göre annelerin sağlık okuryazarlık puanları arttıkça, DEFÖ alt boyutlarından verimli kullanım ve risklerden koruma düzeyinin arttığı, olumsuz model olma ve dijital ihmal puanlarının ise düştüğü bildirilmiştir²⁶. Çocukların ekran kullanımını inceleyen bir araştırmada ise ebeveynlerin dijital araç kullanımının, çocuk dijital araç kullanımı ile çok yüksek düzeyde ilişkili olduğu tespit edilmiştir²⁵. Araştırmacılar bulguların Bandura'nın sosyal öğrenme modelini desteklediğini ve teknoloji kullanımına ilişkin ebeveyn modellemesinin çocukların dijital cihazları kullanma şeklini etkileyebileceği bildirilmiştir²⁵. Günümüz çocuklarının "dijital yerliler" olarak adlandırıldığı düşünüldüğünde, onların dijital teknolojileri kullanımlarını engellemek sosyal izolasyon hissi yaşamalarına ve yeniliklere uyum sağlayamamalarına neden olabilmektedir²⁴. Mevcut bulgular ve literatür ışığında, çocukların teknolojiyi verimli kullanmalarını sağlamak için basitçe dijital araçlarda daha az zaman geçirmeyi önermenin yerine aile dinamiklerinin göz önüne alındığı aile odaklı stratejilerin geliştirilmesi önem kazanmaktadır. Mevcut araştırmadan elde edilen bulgular, fiziksel yönden çok aktif olan ebeveynlerin inaktif ebeveynlere kıyasla dijital araç-gereçleri daha verimli kullandıklarını göstermektedir. Bu anlamda aktif video oyunları (exergame) gibi kişilerin fiziksel aktivite seviyesini artıran teknolojilerin kullanıldığı aile temelli fiziksel aktivite programları, teknolojinin verimli kullanımı ve dijital ebeveynlik farkındalığının iyileştirilmesine yönelik bir potansiyel taşıyor olabilir²⁸⁻²⁹. Gelecek araştırmalarda konuya ilişkin müdahale programlarının geliştirilmesi ve mevcut literatürün zenginleştirilmesi gerektiği düşünülmektedir.

Anne-baba olma durumuna göre DEFÖ alt boyut puanları incelendiğinde babaların annelere göre olumsuz model olma alt boyut puanları anlamlı şekilde daha yüksek

bulunmuştur ($p<0,05$). Ebeveynler, çocuklarının hayat boyu dijital ortamlardan sağlıklı, etkili ve güvenli bir şekilde faydalanabilmeleri için onlara rol model olmalıdır. Dijital ebeveynlerin, teknolojik gelişmeleri takip etmesi, teknolojiyi hayatın gerekli bir parçası olarak görmesi, teknolojiden en uygun ve faydalı şekilde yararlanarak bu faydaları hayatlarına aktarması beklenmektedir. Mevcut araştırmadan elde edilen bulgular, babaların teknolojik araçları kullanmada çocuklarına olumlu model olmaya yönelik farkındalık çalışmalarına ihtiyaç duyduklarına işaret etmektedir. Kadll ve ark. (2010)³⁰'ın gerçekleştirdiği araştırma, internet ortamında zaman harcarken çocukların büyük çoğunluğuna gerekli yönlendirmelerin ebeveynleri tarafından yapılmadığını göstermektedir. Çocukların yönlendirmeye ihtiyaç duydukları anlarda ise bu ihtiyacın kendi kendine ya da akranlar tarafından giderildiği görülmektedir. Araştırmacılar, internet kullanım süreçlerinde ebeveynlerin, çocuklarını yönlendirme konusunda yetersiz olduğunu bildirmiştir³⁰. Anderson ve ark. (2016)³¹'in yapmış olduğu araştırmada ise anne ve babaların çocuklarına internet ortamında nasıl davranılması gerektiği hakkında bilgi verdiği tespit edilmiştir. Bununla birlikte annelerin çocuklarını bilgilendirme yüzdesi babalara göre daha yüksek bulunmuştur³¹. Manap (2020)²⁴, DEFÖ alt boyutlarından olumsuz model olma ve dijital ihmal düzeylerinin kadınlarda erkeklere kıyasla daha düşük olduğunu bildirmiştir. Kadınların verimli kullanım ve risklerden koruma düzeyi ise erkeklere kıyasla daha yüksek bulunmuştur²⁴. Yaman ve ark. (2019)³² dijital ebeveynlik öz yeterlilik ölçeği geliştirdikleri ve ebeveynlerin öz yeterliliklerini çeşitli demografik değişkenler bakımından inceledikleri çalışmada, dijital ebeveynlik öz yeterlilik düzeyinin cinsiyete göre farklılaşmadığını tespit etmiştir.

Ebeveynlerin yaşadığı şehirler ile DEFÖ alt boyut puanları incelendiğinde, Bursa ilinde yaşayan ebeveynlerin, Kocaeli ilinde yaşayan ebeveynlere göre verimli kullanım alt boyut puanının anlamlı şekilde yüksek olduğu saptanmıştır ($p<0,05$). Pazarcıkcı ve ark. (2022)²⁶, kasaba ve köyde yaşayan annelerin il ve ilçelerde yaşayan annelere kıyasla dijital ihmal alt boyut puanlarını daha yüksek bulurken, verimli kullanım alt boyutunda anlamlı bir fark tespit etmemiştir. Avusturalya'da yapılan bir çalışmada ise yaşanan mahalle ile 6-17 yaş çocukların bilgisayar ve diğer bilgi teknolojilerini kullanımı arasındaki ilişki incelenmiştir⁴⁰. Yüksek sosyoekonomik düzeye sahip mahalleler bilgisayar kullanımı, bilgi teknolojileri aktiviteleri, müzik aleti çalma ve şiddetli fiziksel aktivite ile ilişkili bulunmuştur. Sosyoekonomik düzeyi yüksek mahallelerdeki katılımcıların okul bilgisayarlarına, okumaya, müzik aleti çalmaya ve şiddetli fiziksel aktiviteye daha fazla maruz kaldıkları raporlanırken; düşük sosyoekonomik düzeye sahip mahallelerdeki katılımcıların ise televizyona, elektronik oyunlara, mobil telefonlara ve evde akademik amaçlı olmayan bilgisayar aktivitelerine daha fazla maruz kaldıkları tespit edilmiştir. Araştırmacılar sosyoekonomik düzeyi yüksek mahallelerde yaşayan genç popülasyonun artmış akademik kazanımların yanı sıra yükselmiş sağlık ve fiziksel gelişim potansiyeline de dikkat çekmiştir⁴⁰.

Mevcut araştırmanın bir diğer bulgusuna göre ise çalışan ebeveynlerin olumsuz model olma alt boyut puanları herhangi bir işte çalışmayan ebeveynlere kıyasla daha yüksektir ($p<0,05$). Elde edilen bu bulgunun herhangi bir işte çalışan ebeveynlerin ev ortamına işlerini taşımalarından veya dinlenme zamanlarında dijital araçları kullanmalarından kaynaklandığı düşünülmektedir. Elde edilen bu bulgudan farklı şekilde, Pazarcıkcı ve ark. (2022)²⁶ dijital ebeveynlik farkındalığının çalışma durumuna göre farklılaşmadığını raporlamıştır. Durkee ve ark. (2012)³³ tarafından Avrupalı ergenlerde patolojik internet kullanımının sıklığı, sosyal faktörler ve demografik değişkenlere göre incelenmiştir. Buna göre ebeveynin işsiz olması, düşük ebeveyn

ilgisi ve biyolojik ebeveyn ile yaşamıyor olma durumu patolojik internet kullanımı ve uyumsuz internet kullanımı riskleri ile ilişkili bulunmuştur³³. Çin’de yapılan bir araştırmada ise ergenlerde problemlili internet kullanımının, bildirilen yüksek düzeydeki aile ekonomik durumu ile ilişkili olduğu tespit edilmiştir³⁴.

Çocuk sayısına göre incelendiğinde, beş çocuğa sahip ebeveynlerin bir, iki ve üç çocuğu olan ebeveynlere göre; dört çocuğu olan ebeveynlerin ise bir çocuklu ebeveynlere göre verimli kullanım puanları daha düşüktür ($p<0,05$). Bununla birlikte beş çocuğa sahip ebeveynlerin dijital ihmal alt puanlarının diğer ebeveynlere göre daha düşük olduğu saptanmıştır ($p<0,05$). Çocuk sayısı yüksek ailelerde dijital araçlara ulaşım sorunlarının yaşanması ve kişi başına düşen dijital araç sayısının daha az olması muhtemeldir. Bu durum, çocuk sayısı yüksek olan ebeveynlerin dijital araç kullanım sürelerini düşürerek ebeveynlerin daha az dijital ihmal davranışı sergilemesine ancak dijital araçları daha verimsiz şekilde kullanmasına yol açabilir. Ólafsson ve ark. (2017)³⁵ çok çocuklu hanelerde çocukların teknoloji ile tanışmasının daha erken gerçekleştiğini ve günlük internet kullanım süresinin daha uzun olduğunu tespit etmiştir. Bu nedenle araştırmacılar dijital ebeveynlik süreçlerinin çocuk sayısına göre değişebildiğini belirtmiştir³⁵.

Elde edilen bulgular verimli kullanım ve risklerden korunma alt boyutlarının eğitim seviyesine göre farklılaştığını göstermektedir ($p<0,05$). Buna göre, lise mezunu ebeveynlerin verimli kullanım puanlarının ilkökul mezunu ebeveynlere göre daha yüksek olduğu tespit edilmiştir ($p<0,05$). Ayrıca lise mezunu ebeveynlerin risklerden korunma puanları ilkökul, ortaokul ve üniversite mezunu ebeveynlere kıyasla anlamlı şekilde yüksek bulunmuştur ($p<0,05$). Benzer araştırmalar incelendiğinde ise Şimşek ve ark. (2023)³⁷ ebeveynlerin dijital ebeveynliğe yönelik deneyimlerini incelediği araştırmada, üniversite derecesinin altında ve üstünde eğitim düzeyine sahip ebeveynler arasında istatistiksel olarak üniversite mezunları lehine anlamlı fark olduğunu bildirmiştir. Baker ve ark. (2017)³⁶ ise dijital araçların kullanımının ebeveynlerin eğitim durumu değişkenine göre farklılaşmadığını tespit etmiştir. Pazarıcı ve ark. (2022)²⁶ çalışmasında dijital ebeveynlik farkındalığının eğitim durumuna göre farklılaşmadığı raporlanmıştır.

Sonuç olarak, teknoloji yaşantımızın vazgeçilmez bir unsuru haline gelmiştir. “Dijital yerliler” olarak nitelendirilen çocukları, dijital dünyanın zararlarından korumak ve teknolojinin verimli kullanımına teşvik etmek ebeveynlerin sorumlulukları arasına girmiştir. Bu nedenle, ebeveynlerin dijital ebeveynlik farkındalıklarının geliştirilmesi önem kazanmaktadır. Araştırmamızdan elde edilen bulgular, fiziksel olarak çok aktif olan ebeveynlerin inaktif ebeveynlere göre dijital araçları daha verimli kullandığını göstermektedir. Bulgular, ebeveynlerde fiziksel aktivitenin teşvik edilmesinin önemini vurgularken, dijital ebeveynlik farkındalığını artırmayı hedefleyen müdahale çalışmalarında teknoloji destekli aile temelli fiziksel aktivite programlarının başarı potansiyeli taşıyabileceğine işaret etmektedir.

ÖNERİLER

Ebeveynler, çocukların dijital araç kullanımını verimli ve güvenli hale getirebilmek adına dijital ebeveynlik farkındalığı geliştirmelidir. Teknoloji destekli aile temelli fiziksel aktivite programlarının, dijital ebeveynlik farkındalığı geliştirmedeki rolünü keşfetmeyi hedefleyen araştırmalara ihtiyaç vardır.

KAYNAKLAR

1. Keleşoğlu F., Adam F. (2020). Covid-19 sürecinde dijital ebeveynlik ile anne-baba stresi arasında yordayıcı ilişkiler. *Online Journal of Technology Addiction and Cyberbullying*. 7(2), 70-102.
2. Elsaesser C., Russell B., Ohannessian CM., Patton D. (2017). Parenting in a digital age: A review of parents' role in preventing adolescent cyberbullying. *Aggression and Violent Behavior*. 35, 62-72.
3. Yurdakul İK., Dönmez O., Yaman F., Odabaşı HF. (2013). Dijital ebeveynlik ve değişen roller. *Gaziantep University Journal of Social Sciences*.12(4), 883-889.
4. Sayar K., Benli S. (2020). Dijital çocuk. 8.Baskı. Kapı Yayınları. İstanbul, 162-166.
5. Tosun N., Mihci C. (2020). An examination of digital parenting behavior in parents with pre school children in the context of lifelong learning. *Sustainability*.12(18), 7654.
6. Huang G., Li X., Chen W., Straubhaar JD. (2018). Fall-behind parents? The influential factors on digital parenting self-efficacy in disadvantaged communities. *American Behavioral Scientist*. 62(9), 1186-1206.
7. Ribble M. (2015). Digital citizenship in schools: Nine elements all students should know. *International Society for Technology in Education*. 3. Basım. Washington DC: International Society for Technology in Education.
8. Karaboğa MT. (2019). Dijital medya okuryazarlığında anne ve baba eğitimi. *OPUS Uluslararası Toplum Araştırmaları Dergisi*. 14(20), 2040-2073.
9. Nicholas H., Ng W. (2019). Mobile digital literacy of Australian adolescent students. *International Journal Digital Literacy and Digital Competence*. 10(3), 32-48.
10. Nikken P., Oprea SJ. (2018). Guiding young children's digital media use: SES-differences in mediation concerns and competence. *Journal of Child and Family Studies*. 27(6), 1844-1857.
11. Livingstone S., Byrne J. (2018). Parenting in the digital age: The challenges of parental responsibility in comparative perspective. *İçinde: Digital Parenting: The Challenges for Families in the Digital Age, Yearbook 2018 / (ed) Mascheroni., Giovanna., Cristina Ponte., Ana Jorge., Gothenburg: Nordicom, University of Gothenburg.*
12. Padır MA., Ayas T., Horzum MB. (2021). Examining the relationship among Internet parental style, personality, and cyberbullying/victimization. *Journal of Theoretical Educational Science*. 5(1), 56-69.
13. Mesch GS. (2009). Parental mediation, online activities, and cyberbullying. *Cyberpsychol Behavior*. 12(4), 387-393.
14. Yay M. (2019). Dijital ebeveynlik. İstanbul: Gülmat Matbaacılık Yayıncılık San. Tic. Ltd. Şti s. 9-10. Erişim Adresi: <https://yesilaymarket.com/Data/EditorFiles/DijitalEbeveynlik.pdf>. [Erişim tarihi: 20.09.2023]
15. Batoulia SAH., Saba V. (2017). At least eighty percent of brain grey matter is modifiable by physical activity: A review study. *Behavioural Brain Research*. 332, 204-217.
16. Bek N. (2008). Fiziksel aktivite ve sağlığımız. 1.Baskı. Klasmat Matbaacılık. Ankara.
17. Hills AP, King NA, Armstrong TP. (2007). The contribution of physical activity and sedentary behaviours to the growth and development of children and

- adolescents: Implications for overweight and obesity. *Sports Medicine*. 37(6), 533-545.
18. Demir GT., Cicioğlu Hİ. (2018). Fiziksel aktiviteye katılım motivasyonu ölçeği (FAKMÖ): geçerlik ve güvenilirlik çalışması. *Journal of Human Sciences*. 15(4), 2479-2492.
 19. Büyüköztürk Ş., Kılıç Çakmak E., Akgün ÖE., Karadeniz Ş., Demirel F. (2019). Eğitimde bilimsel araştırma yöntemleri. 34.Baskı. Pegem Akademi. Ankara.16-18.
 20. Craig CL, Marshall AL, Sjoström M., Bauman AE., Booth ML., Ainsworth BE., Pratt M., Ekelund U., Yngve A., Sallis JF., Oja P. (2003).International physical activity questionnaire: 12–country reliability and validity. *Medicine and Science in Sports and Exercise*. 35(8), 1381-1395.
 21. Öztürk M. (2005). Üniversitede eğitim-öğretim gören öğrencilerde uluslararası fiziksel aktivite anketinin geçerliliği ve güvenilirliği ve fiziksel aktivite düzeylerinin belirlenmesi. Yüksek Lisans Tezi, Sağlık Bilimleri Enstitüsü Hacettepe Üniversitesi. Ankara.
 22. Savcı S., Öztürk M., Arıkan H., İnal İnce D., Tokgözoğlu L. (2006). Physical activity levels of university students. *Türk Kardiyoloji Derneği*. 34(3), 166-172.
 23. Manap A., Durmuş E. (2020). Dijital ebeveynlik farkındalık ölçeğinin geliştirilmesi. İnönü Üniversitesi Eğitim Fakültesi Dergisi. 21(2), 978-993.
 24. Manap A. (2020). Anne babalarda dijital ebeveynlik farkındalığının incelenmesi. Doktora Tezi, İnönü Üniversitesi Eğitim Bilimleri Enstitüsü. Malatya.
 25. Lauricella AR., Wartella E., Rideout VJ. (2015). Young children's screen time: The complex role of parent and child factors. *Journal of Applied Developmental Psychology*. 36, 11-17.
 26. Pazarcıkçı F., Ağralı H., Aydınlı A. (2022). Annelerin dijital ebeveynlik farkındalığının sağlık okuryazarlığı ve çeşitli değişkenler ile ilişkisi. *Bağımlılık Dergisi*. 23(3), 292-301.
 27. Wu XY., Han LH., Zhang JH., Luo S., Hu JW. (2017). The influence of physical activity, sedentary behavior on health-related quality of life among the general population of children and adolescents: A systematic review. *Plos One*. 12(11), e0187668.
 28. Lamboglia CM., da Silva, VT., Vasconcelos Filho JE., Pinheiro MH., Munguba MC., Silva Júnior FV., da Paula F.A., da Silva CA. (2013). Exergaming as a strategic tool in the fight against childhood obesity: a systematic review. *Journal of Obesity*. 2013, 438364.
 29. Gao Z., Chen S., Pasco D., Pope Z. (2015). A meta-analysis of active video games on health outcomes among children and adolescents. *Obesity Reviews*. 16(9), 783-794.
 30. Kadll JH., Kumba BD., Kanamad SJ. (2010). Students perspectives on internet usage: a casestudy. *Information Studies*. 16(2), 103-112.
 31. Anderson M., Smith A., Page D. (2016). Parents, teens and digital monitoring. *Pew İnternet & American Life Project*.
 32. Yaman F., Dönmez O., Akbulut Y., Yurdakul İK., Çoklar AN., Guyer T. (2019). Ebeveynlerin dijital ebeveynlik yeterliklerinin çeşitli demografik değişkenler açısından incelenmesi. *Eğitim ve Bilim*. 44(199), 149-172.
 33. Durkee T., Kaess M., Carli V., Parzer P., Wasserman C., Wasserman D. (2012). Prevalence of pathological internet use among adolescents in Europe: demographic and social factors. *Addiction (Abingdon, England)*. 107(12), 2210-2222.

34. Cao H., Sun Y., Wan Y., Hao J., Tao F. (2011). Problematic Internet use in Chinese adolescents and its relation to psychosomatic symptoms and life satisfaction. *BMC Public Health*. (11) 802.
35. Ólafsson K., Green L., Staksrud E. (2017). Is big brother more at risk than little sister? The sibling factor in online risk and opportunity. *New Media & Society*. 1461444817691531.
36. Baker S., Sanders MR., Morawska A. (2017). Who uses online parenting support? A cross-sectional survey exploring Australian Parent's internet use for parenting. *Journal of Child and Family Studies*. 26(3), 916-927.
37. Şimşek ZC., Canbeldek M., Işıkoğlu N. (2023). Ebeveynlerin pandemi sürecinde dijital ebeveynliğe yönelik deneyimleri. *Dokuz Eylül Üniversitesi Buca Eğitim Fakültesi Dergisi*. (55), 250-271.

