



## Teknoloji Bağımlılığı ve İletişim Becerileri Arasındaki İlişki: Spor Bilimleri Fakültesi Öğrencileri Üzerine Bir Araştırma

“The Relationship Between Technology Addiction and Communication Skills: A Research on Students of the Faculty of Sports Sciences”

Berk Hakan YILMAZ<sup>1</sup> & Özdenur ÖZDEN<sup>2</sup>

### ARAŞTIRMA MAKALESİ

#### Tarihçe

Yayın Geliş Tarihi: 17 Eylül 2024

Kabul Tarihi: 10 Ekim 2024

Online Yayın Tarihi: 27 Aralık 2024

DOI: <http://dx.doi.org/10.29228/anatoliasr.67>

#### Yazarlarla İletişim

1- (Sorumlu Yazar) Kastamonu Üniversitesi, Spor Bilimleri Fakültesi, Beden Eğitimi ve Spor Öğretmenliği Bölümü, Kastamonu, TÜRKİYE.

e-mail: [bhyilmaz@kastamonu.edu.tr](mailto:bhyilmaz@kastamonu.edu.tr)

<https://orcid.org/0000-0001-6688-648X>

1- Kastamonu Üniversitesi, Spor Bilimleri Fakültesi, Spor Yöneticiliği Bölümü, Kastamonu, TÜRKİYE

[ozdnrozdn@gmail.com](mailto:ozdnrozdn@gmail.com)

<https://orcid.org/0009-0000-3281-4752>

#### Yazar Katkıları

Tüm yazarlar çalışmanın konseptine ve tasarımına katkıda bulundu.

#### Finansman

Bu çalışma herhangi bir kurum/kuruluştan maddi destek almadı.

#### Çıkar Çatışması

Yazarlar çıkar çatışması olmadığını beyan ediyorlar.

#### Şeffaflık

Yazarlar, çalışmada hiçbir hayati özelliğin ihmal edilmediğini, dürüst, doğru ve şeffaf bir anlatım ile raporlaştırdığını ve herhangi bir tutarsızlık olmadığını beyan etmişlerdir.

#### Etik

Bu çalışmada bilimsel etik kriterlerine uyulmuştur.

#### Referans Gösterimi

Yılmaz, B.H. & Özden, Ö. (2024). Teknoloji Bağımlılığı ve İletişim Becerileri Arasındaki İlişki: Spor Bilimleri Fakültesi Öğrencileri Üzerine Bir Araştırma, *Anatolia Sport Research*, 5(3):35-46.

Copyright © 2024 by Anatolia Sport Research

### ÖZET

**Amaç:** Gerçekleştirilmiş olan bu araştırmanın amacı, spor bilimleri fakültelerinde öğrenim gören öğrencilerin teknoloji bağımlılık düzeyleri ile iletişim becerileri arasındaki ilişkinin incelenmesidir.

**Materyal ve Metod:** Araştırma yöntemi ilişkisel tarama modelidir. Araştırmanın örneklem grubunu kolayca örnekleme alma yöntemi ile seçilmiş olan 143 erkek, 143 kadın katılımcı olmak üzere toplamda 286 katılımcı birey oluşturmuştur. Araştırmada “Teknoloji Bağımlılığı Ölçeği”, “Etkili İletişim Becerileri Ölçeği” ve “Kişisel Bilgi Formu” veri toplama araçları olarak kullanılmıştır. Elde edilen veriler; bağımsız gruplar için t testi, tek yönlü varyans analizi (ANOVA) ve Pearson Korelasyon testi aracılığı ile çözümlenmiştir.

**Bulgular:** Araştırmadan elde edilen bulgulara göre; cinsiyet değişkenine göre teknoloji bağımlılığı ölçeği çevrimiçi oyun alt boyutunda gruplar arasında anlamlı farklılık olduğu ( $p<.05$ ), diğer alt boyutlarda gruplar arasında anlamlı farklılık olmadığı sonucu elde edilmiştir ( $p>.05$ ). Etkili iletişim becerileri ölçeği egoyu geliştirici dil, etkin dinleme, empati ve ben dili alt boyutlarında gruplar arasında anlamlı farklılık tespit edilirken ( $p<.05$ ), kendini tanıma-çama alt boyutunda anlamlı farklılık olmadığı tespit edilmiştir ( $p>.05$ ). Öğrenim görülen bölüm değişkenine göre ise teknoloji bağımlılığı ölçeği alt boyutlarında gruplar arasında anlamlı farklılık olmadığı tespit edilmiştir ( $p>.05$ ). Etkili iletişim becerileri ölçeğinde ise kendini tanıma-çama alt boyutunda anlamlı farklılık tespit edilmiştir ( $p>.05$ ), diğer alt boyutlarda gruplar arasında anlamlı farklılık olmadığı tespit edilmiştir ( $p>.05$ ). Sınıf düzeyi değişkenine göre teknoloji bağımlılığı ölçeği çevrimiçi oyun alt boyutunda anlamlı düzeyde bir farklılık olduğu ( $p<.05$ ), diğer alt boyutlarda ise gruplar arasında anlamlı bir farklılık olmadığı görülmüştür ( $p>.05$ ). Etkili iletişim becerileri ölçeğinde ise egoyu geliştirici dil alt boyutunda gruplar arasında anlamlı farklılık tespit edilemezken ( $p>.05$ ), diğer alt boyutlarda gruplar arasında anlamlı düzeyde farklılık olduğu tespit edilmiştir ( $p<.05$ ). Araştırmanın nihai amacına ilişkin gerçekleştirilen korelasyon analizi sonuçlarına göre ise teknoloji bağımlılığı ölçeği ile etkili iletişim becerileri alt boyutları arasında negatif yönde düşük ve orta düzeyde ilişkiler olduğu tespit edilmiştir.

**Sonuç:** Sonuç olarak spor bilimleri fakültesi öğrencilerinin teknoloji bağımlılık düzeyleri ile etkili iletişim becerileri düzeyleri arasında istatistiksel olarak anlamlı düzeyde ilişkiler olduğu tespit edilmiştir ( $p<.05$ ).

**Anahtar Kelimeler:** Etkili İletişim, Spor Bilimleri, Teknoloji Bağımlılığı.

### ABSTRACT

**Aim:** The aim of this research is to examine the relationship between the levels of technology addiction and communication skills among students studying in faculties of sports sciences.

**Material and Method:** The research method is the relational screening model. The sample group of the study consists of a total of 286 participants, including 143 male and 143 female participants, selected using the convenience sampling method. The "Technology Addiction Scale," "Effective Communication Skills Scale," and "Personal Information Form" were used as data collection tools in the research.

The data obtained were analyzed using the independent groups t-test, one-way analysis of variance (ANOVA), and Pearson correlation test.

**Results:** According to the findings of the study, a significant difference was found between the groups in the online gaming sub-dimension of the Technology Addiction Scale based on the gender variable ( $p<.05$ ), while no significant difference was observed between the groups in other sub-dimensions ( $p>.05$ ). In the Effective Communication Skills Scale, significant differences were found between the groups in the ego-supportive language, active listening, empathy, and I-language sub-dimensions ( $p<.05$ ), while no significant difference was found in the self-recognition/disclosure sub-dimension ( $p>.05$ ). Based on the variable of the department of study, no significant differences were found between the groups in the sub-dimensions of the Technology Addiction Scale ( $p>.05$ ). In the Effective Communication Skills Scale, a significant difference was found in the self-recognition/disclosure sub-dimension ( $p<.05$ ), while no significant difference was found between the groups in the other sub-dimensions ( $p>.05$ ). Regarding the class level variable, a significant difference was found in the online gaming sub-dimension of the Technology Addiction Scale ( $p<.05$ ), while no significant difference was observed between the groups in the other sub-dimensions ( $p>.05$ ). In the Effective Communication Skills Scale, no significant difference was found between the groups in the ego-supportive language sub-dimension ( $p>.05$ ), while significant differences were observed between the groups in the other sub-dimensions ( $p<.05$ ). According to the results of the correlation analysis conducted for the final aim of the study, negative low to moderate relationships were found between the sub-dimensions of the Technology Addiction Scale and Effective Communication Skills.

**Conclusions:** As a result, it was determined that there were statistically significant relationships between the levels of technology addiction and effective communication skills of the students in the faculty of sports sciences ( $p<.05$ ).

**Keywords:** Effective Communication, Sports Sciences, Technology Addiction.

## GİRİŞ

Günümüzde gençler arasında teknoloji kullanımı artış gösterdiği için teknoloji bağımlılığı gençler arasında daha yaygın görülmektedir. Bu bağlamda teknolojiye olan bağımlılık arttığından dolayı iletişim becerileri de aynı oranda düşme eğilimi göstermektedir. Bağımlılık, tüm zararlarına rağmen bireylerin bir davranışı sürekli tekrar etmesi veya bir maddeyi sürekli olarak kullanmasıdır (Newport, 2019). Tanımda da bahsedildiği üzere bireyler bir maddeye bağımlı olabilirken aynı zamanda davranışlarına, eşyalarına, diğer bireylere vb. değişkenlere de bağımlı olabilirler. Bu durum bireylerde stres oluşturabilmekte ve bu durumdan uzaklaşmak, beden ve zihni rahatlatabilmek için ekstra çaba sarf etmeyi gerektirebilmektedir (Uzunçayır & Yılmaz, 2023). Dinç'e göre (2015) bağımlılık, bireylerin davranışlarını veya kullandıkları maddeleri kontrol edememesi ve onlar olmadan yaşamlarını sürdürememesi olarak tanımlanmıştır. Literatüre bakıldığında bağımlılığın iki ana kategoride incelendiği görülmektedir. Bunlar, fiziksel bağımlılık ve davranışsal bağımlılıktır. Fiziksel bağımlılık, bireyin vücudunda maddeye karşı bir denge oluşması ve maddenin yokluğunda bireyin vücudunda bazı belirtilerin görülmesidir (Gökler & Koçak, 2008). Davranışsal bağımlılık kavramı, 1990 yılında Isaac Mark tarafından zarar verici yönde davranmak için duyulan tekrarlı dürtüler olarak tanımlanmıştır (Starcevic, 2016). Birey zihinsel olarak bu davranışı sürekli tekrarlamakta, onu düşünmektedir (Griffiths and Hunt., 1998). Bu tanımlara bakıldığında sürekli ve düzenli olarak kullanılan maddeler tüm bireylerde bağımlılık yapabilirken, bireylerin bağımlı olduğu davranışlar ise değişiklik gösterebilir. Davranışsal bağımlılık bireyin kişisel özelliklerine göre değişiklik göstermektedir (Andreassen ve ark., 2016). Bağımlılığa kişisel şartların etkisi olabileceği gibi sosyal çevrenin, arkadaşların, aile ve ebeveynlerinde etkisi olabilir. Teknolojinin gelişmesi ve yayılması ile teknolojiye olan bağımlılık gittikçe artmaktadır. Teknoloji bağımlılığının madde bağımlılığı ile benzer belirtiler gösterdiği görülmektedir (Yam & İlhan 2020). Teknolojinin bireylerin hayatlarını kolaylaştırması bireylerin teknolojiye olan bağımlılıklarının artmasına neden olmuştur (Emre ve ark., 2019). Teknoloji bağımlılığı, davranışsal bir bağımlılık türüdür (Griffiths, 2000). Griffiths (2005) teknoloji bağımlılığını sosyal medya, anlık mesajlaşma, çevrimiçi oyun ve web siteleri bağımlılığı olarak dört alt boyuta ayırmıştır. Teknoloji bağımlılığının birçok olumsuz etkisi olabileceği gibi iletişim konusunda da olumsuz etkileri olabilir.

Bireyler çevresindeki bireylerle devamlı olarak etkileşim halinde olmak isteyen sosyal bir varlıktır (Bakan, 2006). Bireyler iletişimde oldukları kişilerle kendi düşüncelerine, duygularına, kültürüne yakınlık aramaktadır (Suiçmez ve ark., 2020). İletişim bireylerin buldukları ortama uyum sağlayabilmesi, ihtiyaçlarını karşılaması, yaşamlarını devam ettirebilmesi, sorunlarını çözmesi, kendilerini açık ve anlaşılır ifade edebilmesi gibi birçok ihtiyacın karşılanması için önem arz etmektedir (Cüceloğlu, 2002; Ergüney & Tepe, 2023). Bireyler bir başka bireyle iletişim kurarken etkili iletişim becerilerine ihtiyaç duymaktadır (Erdoğan & Yıldırım, 2023). Bazı bireyler için bu beceriler fiziksel aktivite yolu ile de geliştirilebilmektedir (Uzunçayır ve ark., 2023; Yarımkaaya ve ark., 2017; Yarımkaaya & İlhan, 2020). Nitekim iletişim aynı zamanda iki birey arasındaki psikososyal ilişkiyi de ifade etmektedir (Cüceloğlu, 2011). Çünkü bireyler çocukluklarından itibaren toplumdaki diğer bireylerin nasıl olduklarını, nasıl algılandıklarını ve kendilerine nasıl davranıldığını gözlemler (Erözkan, 2005). Kişiler arasındaki ilişkiler ise iletişime bağlı olarak gerçekleşmektedir. İletişim becerisi; bireyin duygularını, düşüncelerini, tutumlarını ve inançlarını amaçlı ve anlaşılır bir şekilde aktarma becerisi olarak tanımlanmaktadır (Korkut, 1996). Etkileşim sırasında bireyler kendileri hakkında pek çok özelliği de karşıdaki bireye aktarmış olur (Giffin & Patton, 1997). Diğer bireylerin algılayış biçimleri bireyin kendisi hakkında olan düşüncelerini biçimlendirerek oluşturmuş olduğu benlik algısını etkilediği bilinmektedir (Erözkan, 2005). Bireyler arasındaki iletişimin ve etkileşimin daha da sağlıklı olmasını sağlayan beceriler; duygu düzenleme, imgeleme, etkili dinleme ve etkili tepki verme şeklinde ifade edilebilmektedir (Korkut, 1996; Yarıyan ve Gülşen, 2023; Akgül ve ark., 2024; Eski & Yılmaz, 2024).

Bu beceriler, ayrıntılı şekilde, uygun sorular sorma, özetleme, farklı kelimelerle yeniden ifade etme, anahtar kelimeler kullanarak tepki verme, karşıdaki bireyin davranışlarını, sözlerini ve duygularını tanımlama ve doğru şekilde yansıtmaya, anlayıp anlamadığını kontrol etme ve etkili geri bildirim sağlama olarak sıralanmaktadır (Coursen & Thomas, 1989). Bu tanımlara bakıldığında etkili iletişim becerileri bireylerin birbirlerini daha iyi anlamalarını sağlayabilirken aynı zamanda bireyin kendisini daha etkili bir şekilde ifade etmesini de sağlayabilir.

Yaşadığımız dünya her geçen gün bilgi ve iletişim teknolojileri ile kuşatılmaktadır (Arslan & Bardakçı, 2020). Bireylerin teknolojiye olan bağımlılıkları sonucunda yaşayabilecekleri iletişim kopukluğunun fiziksel ve psikolojik sıkıntılarının olduğu bilinmektedir (Çetin & İmamoğlu, 2023). Hayatımızın birçok alanında bulunan teknoloji, iletişim şeklimiz üzerinde de oldukça etkilidir (Ekşi & Ümmet, 2013). Teknoloji amacına uygun bir şekilde kullanılırsa etkili bir iletişim sağlamaktadır (Koç & Hacıoğlu, 2017). Bu bilgilere bakılarak teknoloji bağımlılığının iletişim ile ilişkilendirildiği söylenebilir.

Teknoloji bağımlılığı ile iletişim kavramının ilişkilendirildiği sınırlı sayıda araştırma olduğu gözlemlenmiştir. Gerçekleştirilen bu araştırmanın nihai amacı teknoloji bağımlılığı ile iletişim becerileri arasında herhangi bir ilişki olup olmadığını ortaya koymak ve bu konuda yapılacak olan yeni araştırmalara ışık tutmak olarak belirlenmiştir.

## MATERYAL VE METOD

### Araştırma Modeli

Gerçekleştirilen bu araştırma nicel araştırma yönteminden, ilişkisel tarama modelinden faydalanılarak tasarlanmıştır. Tercih edilen bu model “iki veya daha fazla sayıdaki değişkenler arasında birlikte değişimin varlığını ve/veya derecesini belirlemeyi amaçlayan araştırma modelleri” şeklinde tanımlanmaktadır (Karasar, 2018). Araştırma kapsamında spor bilimleri fakültesindeki öğrencilerin teknoloji bağımlılığı ile iletişim becerileri arasındaki ilişki istatistiksel yöntemler kullanılarak incelenmiştir.

### Araştırma Grubu

Araştırmanın evreni 2023-2024 eğitim öğretim yılı içinde Türkiye’de eğitim alan spor bilimleri fakültesi öğrencileri oluşturmaktadır. Araştırmanın örneklem grubunu kolayda örneklem alma yolu ile seçilen 143 kadın ve 143 erkek olmak üzere toplamda 286 spor bilimleri öğrencisi oluşturmaktadır.

*Tablo 1. Katılımcıların Demografik Bilgileri*

Değişken	Grup	f	%
Cinsiyet	Kadın	143	50
	Erkek	143	50
Düzenli Spor Yapma Durumu	Evet	176	61,5
	Hayır	110	38,5
Sınıf	1.Sınıf	80	28
	2.Sınıf	75	26,2
	3.Sınıf	51	17,8
	4.Sınıf	80	28
Bölüm	Beden Eğitimi ve Spor	86	30,1
	Antrenörlük	94	32,9
	Yöneticilik	106	37,1
<b>Toplam</b>		<b>286</b>	<b>100</b>

Tablo 1'e göre araştırmaya dahil olan katılımcıların 143'ü (%50) kadın, 143'ü de (%50) erkek katılımcılardan oluşmaktadır. Katılımcı grubun 176'sı (%61,5) düzenli olarak spor yaptıklarını ifade ederken 110'u (%38,5) düzenli olarak spor yapmadıklarını ifade etmişlerdir. 80 katılımcı (%28) birinci sınıf, 75 katılımcı (%26,2) ikinci sınıf, 51 katılımcı (%17,8) üçüncü sınıf, 80 katılımcı (%28) ise dördüncü sınıfta öğrenim görmektedirler. Bu grupta yer alan bireylerin 86'sı (%30,1) beden eğitimi ve spor öğretmenliği, 94'ü (%32,9) antrenörlük, 106'sı (%37,1) ise yöneticilik bölümünde öğrenim görmektedirler.

### Veri Toplama Araçları

Araştırma sınırları içerisinde veri toplama aracı olarak; "Kişisel Bilgi Formu", "Teknoloji Bağımlılığı Ölçeği" ve "Etkili İletişim Becerileri Ölçeği" kullanılmıştır.

*Kişisel Bilgi Formu:* Spor bilimleri fakültesi öğrencilerinin bireysel özellikleri ile ilgili bilgi toplayabilmek için 4 sorudan oluşan kişisel bilgi formundan yararlanılmıştır. Formu "cinsiyet, bölüm, sınıf ve düzenli spor yapma durumu" soruları oluşturmaktadır.

*Teknoloji Bağımlılığı Ölçeği:* "Teknoloji Bağımlılık Ölçeği Young'ın (1996) İnternet Bağımlılığı Testi bağımlılık kıstasları ve Griffiths (2005) çalışması temel alınarak, Aydın (2017) tarafından Türkçeye uyarlanmıştır. Araştırmadan kullanılan bu ölçek toplam 24 madden ve 4 alt boyuttan oluşmaktadır. Teknoloji bağımlılığı ölçeğini oluşturmakta olan 4 alt boyut; "sosyal ağ bağımlılığı, anlık mesajlaşma bağımlılığı, çevrimiçi oyun bağımlılığı ve web siteleri bağımlılığı" şeklindedir. Ölçekten minimum 24 (24×1), maksimum ise 120 (24×5) puan alınabilir. Ölçek genelinde puanların aritmetik ortalamaları sıfırdan 24 puana kadar "Bağımlı değil", 25 ile 48 puan arası "Düşük düzeyde bağımlı", 49 ile 72 puan "Orta düzeyde bağımlı", 73 ile 96 puan "Oldukça Bağımlı", 97 ile 120 puan arası "Tam Bağımlı" olarak yorumlanır. Ölçeğin cronbach's  $\alpha$  değeri hesaplanmış ve sosyal ağ bağımlılığı alt boyutu .78; anlık mesajlaşma bağımlılığı alt boyutu .80; çevrimiçi oyun bağımlılığı alt boyutu .89 ve web siteleri bağımlılığı alt boyutu .86 cronbach's  $\alpha$  değerleriyle güvenilir olduğu görülmüştür. Mevcut araştırmada ise teknoloji bağımlılığı ölçeği cronbach's  $\alpha$  değeri ise .94 olarak tespit edilmiştir.

*Etkili İletişim Becerileri Ölçeği (EİBÖ):* Etkili İletişim Becerileri Ölçeği (EİBÖ) Buluş ve arkadaşları (2017) tarafından geliştirilmiştir. Ölçek toplam 34 madde 5 alt boyuttan oluşmaktadır. Kullanılmış olan bu ölçekte 5 madde tersten puanlanarak hesaplanmaktadır. Ölçeği oluşturmakta olan 5 alt boyut; "Egoyu geliştirici dil, etkin dinleme, kendini tanıma – kendini açma, empati, ben dili" şeklindedir. Ölçeğin Cronbach Alpha Katsayısı; "Egoyu Geliştirici Dil" alt boyutunda .724, "Etkin Dinleme" alt boyutunda .838, "Kendini Tanıma-Kendini Açma" alt boyutunda .763, "Empati" alt boyutunda .849, "Ben Dilini Kullanma" alt boyutunda .827 olarak hesaplanmıştır. Mevcut araştırmada ise etkili iletişim becerileri ölçeği cronbach's  $\alpha$  değeri ise .94 olarak tespit edilmiştir.

### Verilerin Toplanması

Araştırma sınırları içerisinde kullanılacak olan verilerin toplanabilmesi için Kastamonu Üniversitesi, Sosyal ve Beşeri Bilimler Bilimsel Araştırmalar ve Yayın Etiği Kurulu'ndan 4 toplantı, 19 karar sayılı etik kurul izni alınmıştır. Araştırmacılar tarafından katılımcılara bilgilendirme amaçlı açıklamalar yapılarak tamamen gönüllülük esasına dayalı olarak katılımcılardan "Google Formlar" aracılığı ile gerekli veriler toplanmıştır.

## Verilerin Analizi

Araştırma kapsamında elde edilen veriler kontrol edilip ardından SPSS programına aktarımı sağlanmıştır. Veriler, tanımlayıcı istatistiklere ve normallik dağılımı incelemesine tabi tutulmuştur. Elde edilen verilerin Skewness (Çarpıklık) ve Kurtosis (Basıklık) değerlerinin +2 ile -2 değerleri arasında olduğu tespit edilmiştir. Normal dağılım sergilediği varsayılan (George & Mallery, 2021) verilere; betimsel istatistikler, cinsiyet değişkeni için, bağımsız gruplar t testi, bölüm ve sınıf değişkeni için tek yönlü varyans analizi (ANOVA) ve iki değişken arasındaki ilişkinin saptanması için ise Pearson korelasyon analizleri uygulanıp çözümlenmesi sağlanmıştır. Ayrıca güvenilirlik değerlerinin kontrol edilmesi için de Cronbach Alpha testleri gerçekleştirilip elde edilen değerlerin incelenmesi sağlanmıştır.

## BULGULAR

**Tablo 2. Katılımcıların Cinsiyet Değişkenine Göre T-testi Sonuçları**

Ölçekler	Alt Boyut	Cinsiyet	n	$\bar{x}$	SS	sd	t	p
Teknoloji Bağımlılığı Ölçeği	Sosyal Ağ	Kadın	143	12,88	4,23	284	-1,382	,168
		Erkek	143	13,60	4,48			
	Anlık Mesajlaşma	Kadın	143	13,72	4,52	284	-,704	,482
		Erkek	143	14,12	5,19			
	Çevrimiçi Oyun	Kadın	143	11,08	5,44	284	-4,387	,000*
		Erkek	143	13,94	5,58			
	Web Siteleri	Kadın	143	12,62	5,16	284	-1,621	,106
		Erkek	143	13,67	5,69			
Etkili İletişim Becerileri Ölçeği	Egoyu Geliştirici Dil	Kadın	143	22,11	5,23	284	2,286	,023*
		Erkek	143	20,65	5,52			
	Etkin Dinleme	Kadın	143	31,75	7,18	284	3,101	,002*
		Erkek	143	29,13	7,11			
	Kendini Tanıma-Açma	Kadın	143	17,47	3,71	284	1,528	,128
		Erkek	143	16,80	3,71			
	Empati	Kadın	143	30,46	6,73	284	2,546	,011*
		Erkek	143	28,41	6,92			
Ben Dili	Kadın	143	24,20	3,87	284	3,556	,000*	
	Erkek	143	22,64	3,53				

\*p<.05

Tablo 2' de yer alan T-testi sonuçları incelendiğinde cinsiyet değişkenine göre katılımcıların teknoloji bağımlılığı ölçeği; sosyal ağ, anlık mesajlaşma ve web siteleri bağımlılığı alt boyutlarında gruplar arasında anlamlı bir farklılık olmadığı tespit edilmiştir ( $p>.05$ ). Çevrimiçi oyun alt boyutunda ise gruplar arasında anlamlı düzeyde bir farklılık olduğu sonucu ortaya çıkmıştır ( $p<.05$ ). Ortalama puanları dikkate alındığında erkeklerin ortalama puanlarının kadınlardan daha fazla olduğu sonucu görülmektedir. Yine aynı tabloda T-testi sonuçları incelendiğinde cinsiyet değişkenine göre katılımcıların etkili iletişim becerileri ölçeği, kendini tanıma alt boyutunda gruplar arasında anlamlı bir farklılık olmadığı sonucu görülmektedir ( $p>.05$ ). Egoyu geliştirici dil, etkin dinleme, empati ve ben dili alt boyutlarında gruplar arasında anlamlı bir farklılık olduğu tespit edilmiştir ( $p<.05$ ). Ortalama puanları dikkate alındığında egoyu geliştirici dil ve empati alt boyutlarında erkeklerin ortalama puanlarının daha yüksek olduğu gözlemlenirken, etkin dinleme ve ben dili alt boyutlarında kadınların ortalama puanlarının daha yüksek olduğu görülmektedir.

**Tablo 3. Katılımcıların Bölüm Değişkenine Göre ANOVA Sonuçları**

Ölçekler	Alt Boyut	Kareler Toplamı	sd	Kareler Ortalaması	F	p	Anlamlı Fark	
Teknoloji Bağımlılığı Ölçeği	Sosyal Ağ	Gruplar Arası	45,306	2	22,653	1,187	,307	
		Gruplar İçi	5401,561	283	19,087			
	Anlık Mesajlaşma	Gruplar Arası	15,903	2	7,951	,334	,716	
		Gruplar İçi	6736,405	283	23,804			
	Çevrimiçi Oyun	Gruplar Arası	4,168	2	2,084	,064	,938	
		Gruplar İçi	9213,276	283	32,556			
Web Siteleri	Gruplar Arası	25,356	2	12,678	,425	,654		
	Gruplar İçi	8445,179	283	29,842				
Etkili İletişim Becerileri Ölçeği	Egoyu Geliştirici Dil	Gruplar Arası	114,428	2	57,214	1,961	,143	
		Gruplar İçi	8257,265	283	29,178			
	Etkin Dinleme	Gruplar Arası	169,265	2	84,632	1,613	,201	
		Gruplar İçi	14847,340	283	52,464			
	Kendini Tanıma-Açma	Gruplar Arası	100,198	2	50,099	3,681	,026*	3>2
		Gruplar İçi	3852,207	283	13,612			
	Empati	Gruplar Arası	67,123	2	33,562	,705	,495	
		Gruplar İçi	13481,366	283	47,637			
	Ben Dili	Gruplar Arası	58,794	2	29,397	2,069	,128	
		Gruplar İçi	4021,014	283	14,209			

\*p<.05; 1= Beden Eğitimi ve Spor Öğretmenliği (n=86), 2= Antrenörlük Eğitimi (n=94), 3= Spor Yöneticiliği (n=106)

Tablo 3’te yer alan ANOVA sonuçları incelendiğinde, öğrenim görülen bölüm değişkenine göre teknoloji bağımlılığı ölçeği alt boyutlarında gruplar arasında anlamlı farklılık olmadığı görülmektedir (p>.05). Etkili iletişim becerileri ölçeğinde ise kendini tanıma-açma alt boyutunda anlamlı düzeyde bir farklılık görülmektedir (p<.05). Analiz sonuçlarına göre yöneticilik bölümü katılımcılarının antrenörlük bölümü katılımcılarına göre kendini tanıma-açma becerilerinin daha yüksek olduğu anlaşılmaktadır.

**Tablo 4. Katılımcıların Sınıf Düzeyi Değişkenine Göre ANOVA Sonuçları**

Ölçekler	Alt Boyut	Kareler Toplamı	sd	Kareler Ortalaması	F	p	Anlamlı Fark	
Teknoloji Bağımlılığı Ölçeği	Sosyal Ağ	Gruplar Arası	29,410	3	9,803	,510	,675	
		Gruplar İçi	5417,457	282	19,211			
	Anlık Mesajlaşma	Gruplar Arası	29,294	3	9,765	,410	,746	
		Gruplar İçi	6723,013	282	23,840			
	Çevrimiçi Oyun	Gruplar Arası	262,348	3	87,449	2,754	,043*	2>3
		Gruplar İçi	8955,096	282	31,756			
Web Siteleri	Gruplar Arası	155,613	3	51,871	1,759	,155		
	Gruplar İçi	8314,922	282	29,486				
Etkili İletişim Becerileri Ölçeği	Egoyu Geliştirici Dil	Gruplar Arası	193,178	3	64,393	2,220	,086	
		Gruplar İçi	8178,515	282	29,002			
	Etkin Dinleme	Gruplar Arası	521,296	3	173,765	3,381	,019*	1,4>2,3
		Gruplar İçi	14495,309	282	51,402			
	Kendini Tanıma-Açma	Gruplar Arası	117,605	3	39,202	2,883	,036*	4>1
		Gruplar İçi	3834,801	282	13,599			
	Empati	Gruplar Arası	388,976	3	129,659	2,779	,042*	4>2
		Gruplar İçi	13159,513	282	46,665			
	Ben Dili	Gruplar Arası	124,624	3	41,541	2,962	,033*	4>2,3
		Gruplar İçi	3955,183	282	14,025			

\*p<.05; 1= 1. Sınıf (n=80), 2= 2. Sınıf (n=75), 3= 3. Sınıf (n=51), 4= 4. Sınıf (n=80)

Tablo 4’te yer alan ANOVA sonuçları incelendiğinde, sınıf düzeyi değişkenine göre teknoloji bağımlılığı ölçeği, sosyal ağ, anlık mesajlaşma ve web siteleri alt boyutlarında gruplar arasında anlamlı farklılık tespit edilemezken (p>.05), çevrimiçi oyun alt boyutunda gruplar arasında anlamlı farklılık tespit edilmiştir (p<.05). Analiz sonuçlarına göre 2. sınıfta yer alan katılımcıların 3. sınıfta yer alan katılımcılara göre çevrimiçi oyuna daha bağımlılık eğiliminde oldukları görülmektedir. Etkili iletişim becerileri ölçeğinde ise ego geliştirici dil alt boyunda gruplar arasında anlamlı farklılık tespit edilemezken (p>.05), etkin dinleme, kendini tanıma-açma, empati ve ben dili alt boyutlarında gruplar arasında anlamlı bir farklılık olduğu görülmektedir. Analiz sonuçlarına göre 1 ve 4. sınıf katılımcılarının 2 ve 3. sınıf katılımcılara göre ego geliştirici dil becerilerinin daha yüksek olduğu, yine 4. sınıf

öğrencilerinin kendini tanıma, empati ve ben dili becerilerinin 1, 2 ve 3. sınıf katılımcılarına göre daha yüksek olduğu analiz sonuçlarınınca anlaşılmaktadır.

**Tablo 5. Teknoloji Bağımlılığı ile Etkili İletişim Becerileri Ölçeği Korelasyon Sonuçları**

		Egoyu Geliştirici Dil	Etkin Dinleme	Kendini Tanıma-Açma	Empati	Ben Dili
Sosyal Ağ	r	-,150*	-,201**	-,309**	-,145*	-,274**
	p	,011*	,001*	,000*	,014*	,000*
Anlık Mesajlaşma	r	-,143*	-,198**	-,207**	-,189**	-,221**
	p	,015*	,001*	,000*	,001*	,000*
Çevrimiçi Oyun	r	-,207**	-,292**	-,267**	-,267**	-,349**
	p	,000*	,000*	,000*	,000*	,000*
Web Siteleri	r	-,117*	-,224**	-,255**	-,212**	-,266**
	p	,048*	,000*	,000*	,000*	,000*

Tablo 5'te yer alan korelasyon analizi sonuçlarına göre teknoloji bağımlılığı ölçeği sosyal ağ, anlık mesajlaşma, çevrimiçi oyun ve web siteleri alt boyutları ile etkili iletişim becerileri ölçeği egoyu geliştirici dil, etkin dinleme, kendini tanıma-açma, empati ve ben dili alt boyutları arasında ilişki tespit edilmiştir. Çevrimiçi oyun alt boyutu ile ben dili alt boyutu arasında negatif yönde orta düzeyde ilişki tespit edilmiştir. İki ölçeğe ilişkin diğer tüm alt boyutlarda negatif ve düşük düzeyde bir ilişki saptanmıştır ( $p<.05$ ).

## TARTIŞMA, SONUÇ ve ÖNERİLER

Araştırmada yer alan katılımcıların teknoloji bağımlılığı ölçeği çevrimiçi oyun toplam puanlarında cinsiyet değişkenine göre farklılık görülmektedir. Erkek katılımcıların kadınlar göre çevrimiçi oyun bağımlılık eğilimlerinin yüksek olduğu görülmektedir. Çevrimiçi oyunların erkek oyuncuların ilgisini çekecek şekilde tasarlanması bu durumda etkin rol oynayabilir. Bunun dışında oyunların içerisinde yer alan ödül ceza sistemlerinin erkek oyuncuları çevrimiçi oyunlara oynamaya daha motive edebilir ve böylelikle daha fazla oyun oynama eğiliminde bulunabilirler. Araştırma sonuçlarına göre sosyal ağ, anlık mesajlaşma ve web siteleri alt boyutlarında gruplar arasında farklılık tespit edilememiştir ( $p>.05$ ). Bu durum katılımcıların ortak ihtiyaçlar doğrultusunda bu alt boyutlara ilişkin kullanımlarının olmasından kaynaklanabilir. Literatürde yer alan araştırmalar incelendiğinde araştırma sonuçları ile benzer sonuçların elde edildiği çalışmaların var olduğu görülmektedir (Akay ve ark, 2023; Nurullah, 2020; Aydın, 2017; Griffiths & Hunt, 1998; Ciris ve ark., 2022).

Katılımcıların etkili iletişim becerileri ölçeği toplam puanları incelendiğinde cinsiyet değişkenine göre egoyu geliştirici dil, etkin dinleme, empati ve ben dili alt boyutlarında anlamlı düzeyde farklılıklar olduğu görülmektedir. Bu alt boyutlar incelendiğinde kadın katılımcıların toplam puanlarının erkek katılımcılara göre daha yüksek düzeyde olduğu tespit edilmiştir. Bu durumda etkin rol oynayabileceği varsayılan biyolojik ve psikolojik etkenlerin yanı sıra toplumsal rollerin de etkin olabileceği düşünülmektedir. Nitekim kadınların daha duygusal bireyler olduğu düşünüldüğünde ortaya çıkan bu sonuçların beklenen sonuçlar arasında olduğu düşünülmektedir. Literatür incelendiğinde elde edilen araştırma sonuçlarına benzer sonuçlar elde edilen çalışmalar görülmektedir (Ünsal & İhtiyaroglu, 2022; Gökçe & Keçeci, 2020; İbicki & Çetintaş, 2022; Hazan & Altın, 2023; Altın ve ark., 2018).

Katılımcıların teknoloji bağımlılığı ölçeği alt boyutları toplam puanlarının bölüm değişkenine göre farklılık göstermediği tespit edilmiştir. Katılımcı bireylerin teknoloji bağımlılığı düzeyleri ve alt boyutlara ilişkin toplam puanları, öğrenim gördükleri bölüm değişkenine göre farklılık göstermemektedir. Teknoloji günümüz hayatının tüm evresinde yer almaktadır. Aynı zamanda eğitimin tüm alanlarında yaygın olarak kullanılmaktadır. Bölümlere ilişkin müfredatlar incelendiğinde de

bölümler arasında teknoloji bağımlılık düzeylerini doğrudan etkileyebilecek düzeyde müfredat farklılıkları olmadığı düşünülmektedir. Bu bağlamda elde edilen araştırma sonuçlarının beklenen sonuçlar arasında yer aldığı düşünülmektedir. Literatür incelendiğinde, elde edilen araştırma sonuçlarından farklı araştırmaların yer aldığı görülmektedir (Akay ve ark., 2023; Çağın, 2021; Koç, 2021; Çalık, 2023).

Katılımcıların etkili iletişim becerileri ölçeği toplam puanları incelendiğinde kendini tanıma-açma alt boyutunda gruplar arasında anlamlı düzeyde farklılık olduğu görülmektedir. Diğer alt boyutlarda gruplar arasında anlamlı bir farklılık olmadığı görülmektedir. Spor Yöneticiliği bölümünde öğrenim gören bireylerin antrenörlük eğitiminde öğrenim gören bireylere göre kendini tanıma-açma boyutundan elde ettikleri puanın daha yüksek olduğu görülmektedir. Tespit edilen bu anlamlı farklılık, bölümlere ilişkin farklı müfredatlardan kaynaklı olabileceği gibi, bölümlerin hedef grupları ile de açıklanabileceği düşünülmektedir. Elde edilen araştırma sonuçları, literatür ışığında incelendiğinde mevcut araştırmadaki sonuçlar ile benzerlik gösteren çalışmaların yer aldığı anlaşılmaktadır (Atasoy & Ekiz, 2022; Kılıçgil ve ark., 2009). Bununla birlikte literatür incelendiğinde mevcut sonuçlar ile farklılık gösteren çalışmaların yer aldığı da gözlemlenmiştir (Ceyhun & Malkoç, 2015; Erdoğan & Yıldırım, 2023; Aydın ve ark., 2018).

Katılımcıların teknoloji bağımlılığı ölçeği çevrimiçi oyun toplam puanlarının sınıf düzeyi değişkenine göre farklılık gösterdiği görülmektedir. İkinci sınıfta yer alan bireylerin üçüncü sınıfta yer alan bireylere göre çevrimiçi oyun bağımlılığı toplam puanlarının daha yüksek olduğu gözlemlenmektedir. Diğer alt boyutlarda gruplar arasında anlamlı bir farklılık olmadığı anlaşılmaktadır. Çevrimiçi oyun alt boyutunda ikinci sınıfların daha yüksek çıkmasında çeşitli rollerin etkin olabileceği düşünülebilir. Akademik yüklerinin üçüncü sınıflara göre daha az olması bireyleri çevrimiçi oyun oynamak için yönlendirici olabilir. Örneklem grubu düşünüldüğünde, grubun zaman yönetimi becerileri diğer gruba kıyasla daha yüksek olabilir. Bununla birlikte sınıf düzeyi ile birlikte artan yaş değişkeni de bu eğilimler üzerinde etkin rol oynuyor olabilir. Literatürde mevcut sonuçlar ile benzerlik gösterdiği tespit edilen araştırmaların yer aldığı bilinmektedir (Koç, 2021; Demiral, 2022). Ancak bununla birlikte, literatür incelendiğinde mevcut araştırma sonuçlarından farklı sonuçlar elde edilmiş çalışmaların yer aldığı da görülmektedir (Aydın, 2017; Karakaş, 2022; Birdal, 2022).

Katılımcıların etkili iletişim becerileri ölçeği toplam puanları incelendiğinde sınıf düzeyi değişkenine göre gruplar arasında etkin dinleme, kendini tanıma-açma, empati ve ben dili alt boyutlarında anlamlı düzeyde farklılıklar olduğu tespit edilmiştir. Egoyu geliştirici dil alt boyutunda anlamlı bir farklılık tespit edilememiştir. Dördüncü sınıfta yer alan bireylerin etkili iletişim becerilerinin diğer sınıflara göre nispeten daha yüksek düzeyde olduğu söylenebilmektedir. Dördüncü sınıfta yer alan bireylerin eğitim öğretim süreçleri içerisinde geçirdikleri süre ile birlikte akademik ve kişisel gelişim olarak daha etkin olmuş olabilirler. Aynı zamanda dördüncü sınıfta yer alan bireylerin okul ortamında daha fazla vakit geçirmiş olmaları da bu durum üzerinde etkin rol oynuyor olabilir. Literatür incelendiğinde elde edilen araştırma sonuçlarına benzer sonuçlar elde edilmiş araştırma sonuçlarının olduğu görülmektedir (Hergüner & Yaman, 1997; Ceyhun & Malkoç, 2015). Ancak bununla birlikte sınıf düzeyi değişkenine göre gruplar arasında anlamlı farklılık tespit edilmemiş olan çalışmaların yer aldığı da görülmektedir (Kuşat, 2023; Aydın ve ark., 2018; Tepeköylü ve ark., 2009; Karaman & Arısoy, 2023; Kıssal ve ark., 2016; Elkatmış, 2015; Gönen, 2015; Gökalp, 2017).

Katılımcıların, teknoloji bağımlılığı ile etkili İletişim becerileri ölçeği korelasyonu incelendiğinde farklı yön ve farklı düzeyde ilişkiler saptanmıştır. Çevrimiçi oyun alt boyutu ile ben dili alt boyutu arasında negatif yönde orta düzeyde ilişki tespit edilirken, iki ölçeğe ait diğer tüm alt boyutlarda negatif yönde ve düşük düzeyde bir ilişki tespit edilmiştir. Elde edilen sonuçlara göre ilgili literatüre paralel



olarak beden dili iletişiminin çevrimiçi ortamlarda azaldığı söylenebilir (Paradisi ve ark., 2021). Literatürde araştırma bulgularından farklı olarak, teknoloji bağımlılığının iletişimin türlerinden biri olan aile içi iletişimi arasında pozitif ve anlamlı yönde ilişki olduğu ifade edilmektedir (Ardıç & Selvi, 2022).

Sonuç olarak,

- ✓ Katılımcıların teknoloji bağımlılığı ölçeği, çevrimiçi oyun alt boyutunda cinsiyet değişkenine göre anlamlı farklılık olduğu tespit edilmiştir. Erkek katılımcıların kadınlara göre toplam puanlarının daha fazla olduğu görülmüştür. Diğer alt boyutlarda anlamlı bir farklılık olmadığı sonucuna ulaşılmıştır.
- ✓ Katılımcıların etkili iletişim becerileri ölçeği, egoyu geliştirici dil, etkin dinleme, empati ve ben dili alt boyutlarında cinsiyet değişkenine göre gruplar arasında anlamlı düzeyde farklılık olduğu görülmektedir. Kadın katılımcıların toplam puanlarının erkek katılımcılara göre daha fazla olduğu tespit edilmiştir. Kendini tanıma-açma alt boyutunda ise gruplar arasında anlamlı bir farklılık olmadığı sonucu elde edilmiştir.
- ✓ Katılımcıların teknoloji bağımlılığı ölçeği alt boyutlarında öğrenim görülen bölüm değişkenine göre anlamlı bir farklılık olmadığı sonucuna ulaşılmıştır.
- ✓ Katılımcıların etkili iletişim becerileri ölçeği, kendini tanıma-açma alt boyutunda öğrenim görülen bölüm değişkenine göre gruplar arasında anlamlı farklılık olduğu görülmüştür. Spor yöneticiliği bölümü öğrencilerinin toplam puanlarının antrenörlük eğitimi bölümü öğrencilerinden daha yüksek olduğu tespit edilmiştir. Diğer alt boyutlarda öğrenim görülen bölüm değişkenine göre anlamlı bir farklılık olmadığı görülmüştür.
- ✓ Katılımcıların teknoloji bağımlılığı ölçeği, çevrimiçi oyun alt boyutunda sınıf düzeylerine göre anlamlı bir farklılık olduğu tespit edilmiştir. İkinci sınıf öğrencilerinin üçüncü sınıf öğrencilerine göre toplam puanlarının daha yüksek olduğu sonucu elde edilmiştir. Diğer alt boyutlarda gruplar arasında anlamlı bir farklılık olmadığı sonucu elde edilmiştir.
- ✓ Katılımcıların etkili iletişim becerileri ölçeği, etkin dinleme, kendini tanıma-açma, empati ve beden dili alt boyutlarında sınıf düzeyi değişkenine göre gruplar arasında anlamlı farklılık olduğu tespit edilmiştir. Etkin dinleme alt boyutunda bir ve dördüncü sınıfta öğrenim gören öğrencilerin toplam puanlarının iki ve üçüncü sınıfta öğrenim gören öğrencilerin toplam puanlarından daha yüksek olduğu görülmektedir. Kendini tanıma-açma alt boyutunda dördüncü sınıf öğrencilerinin toplam puanlarının birinci sınıf öğrencilerinin toplam puanlarından daha yüksek olduğu görülmüştür. Empati alt boyutunda, dördüncü sınıf öğrencilerinin toplam puanlarının ikinci sınıfların toplam puanlarından yüksek olduğu görülmüştür. Ben dili alt boyutunda ise dördüncü sınıf öğrencilerinin toplam puanlarının iki ve üçüncü sınıf öğrencilerinin toplam puanlarından daha yüksek olduğu sonucu elde edilmiştir. Egoyu geliştirici dil alt boyutunda ise sınıf düzeyi değişkenine göre gruplar arasında anlamlı bir farklılık olmadığı sonucu elde edilmiştir.
- ✓ Katılımcıların teknoloji bağımlılığı ölçeği alt boyutları toplam puanları ile etkili iletişim becerileri ölçeği alt boyutları toplam puanları arasında negatif yönde düşük ve orta düzeyde ilişkiler olduğu tespit edilmiştir. Buradan yola çıkarak katılımcıların teknoloji bağımlılık düzeyleri arttıkça etkili iletişim becerileri düzeylerinin azaldığı görülmektedir.

## Öneriler

Gerçekleştirilmiş olan bu araştırma, farklı yaş grupları dahil edilerek yeni bir örneklem seçimi ile tekrar gerçekleştirilebilir. Bu bağlamda araştırma sınırları dahilinde ulaşılmış olan örneklem grubundan daha büyük bir örneklem grubuna ulaşılabilir. Bireylerin tercih etmiş oldukları teknolojik araç ve gereçlerin türüne ilişkin daha detaylı bir araştırma gerçekleştirilebilir. Aynı zamanda nicel araştırma

yöntemlerinden tarama modelinin tercih edildiği bu araştırma yerine deneysel veya karma yöntemin tercih edileceği yeni bir araştırma tasaralanabilir.

## KAYNAKLAR

- Ardıç, T., & Selvi, Ö. (2022). Teknoloji bağımlılığı ve aile içi iletişim ilişkisi üzerine teorik ve uygulamalı bir çalışma. *Middle Black Sea Journal of Communication Studies*, 7(2), 241-254.
- Akay, B., Ayhan, R., Orhan, R., & Oçalan, M. (2023). Üniversite öğrencilerinin serbest zaman yönetimi ile teknoloji bağımlılık düzeylerinin incelenmesi. *Uluslararası Kültürel ve Sosyal Araştırmalar Dergisi*, 9(1), 71-84.
- Akgül, A., Solmaz, S., Uzun, A., & Yarayan, Y. E. (2024). Zihinsel dayanıklılık: İmgeleme ve duygusal zekânın rolü. *The Online Journal of Recreation and Sports*, 13(3), 334-340.
- Andreassen C. S, Billieux J, Griffiths, M. D, Kuss, D. J, Demetrovics, Z., Mazzoni, E. et al. (2016) The relationship between addictive use of social media and video games and symptoms of psychiatric disorders: A large-scale cross-sectional study. *Psychol Addict Behav*, 30,252-262.
- Atasoy, M., & Ekiz, M. A (2022). Spor bilimleri fakültesi öğrencilerinin sınıf içi lider öğretmenlik becerileri ile etkili iletişim becerileri arasındaki ilişkinin incelenmesi. *Sportif Bakış: Spor ve Eğitim Bilimleri Dergisi*, 9(3), 323, doi. 10.33468/sbsebd.290
- Altun, M., Kürtül, N., & Soycan, M. (2018). Türkiye'deki bir devlet üniversitesinin farklı bölümlerindeki öğrencilerin iletişim becerilerinin incelenmesi. *Uluslararası Bilimsel Araştırma ve Yönetim Dergisi*, 100(6), 289-293.
- Arslan, A., & Bardakçı, S. (2020). Üniversite öğrencilerinin dijital bağımlılık düzeylerinin iletişim becerileri üzerindeki etkisinin incelenmesi. *Gençlik Araştırmaları Dergisi*, 8(20), 36-70.
- Aydın, O., Kul, M., Yaşartürk, F., & Aydın, B. (2018). Beden eğitimi ve spor yüksekokulu öğrencilerinin iletişim beceri düzeylerinin incelenmesi (Bartın Üniversitesi örneği). *Uluslararası Kültürel ve Sosyal Araştırmalar Dergisi*, 4(Special Issue 3), 37-47.
- Aydın F. (2017). *Teknoloji bağımlılığının sınıf ortamında yarattığı sorunlara ilişkin öğrenci görüşleri (Yüksek Lisans Tezi)*. Ankara Üniversitesi, Eğitim Bilimleri Enstitüsü, Ankara
- Bakan, İ. (2006). *Dış ticarete iletişim. Dış Ticaret: İşlemler ve Uygulamalar*, Editörler: Ç. Bedestenci, Canites, Ankara: M. Gazi Kitabevi.
- Buluş, M., Atan, A., & Erten Sarıkaya, H. (2017). Etkili iletişim becerileri: bir kavramsal çerçeve önerisi ve ölçek geliştirme çalışması. *International Online Journal of Educational Sciences*, 10(10): 2-16.
- Ceyhun, S., & Malkoç, N. (2015). Karabük üniversitesi beden eğitimi ve spor yüksekokulu öğrencilerinin iletişim beceri düzeyleri. *International Journal of Social Sciences and Education Research*, 1(4), 1570-1580.
- Coursen, D., & Thomas, J. (1989). Communating. In Smith, S.C., Piolo, P.K., Bridges, E.M. (Eds) *School Leadership. Hardwork for Excellence Eric*. 252-271.
- Cüceloğlu, D. (2002). *İletişim donanımları*. İstanbul: Remzi Kitabevi.
- Cüceloğlu, D. (2011). *Yeniden insan insana*. (43. Basım). İstanbul: Remzi.
- Çağın, M. (2021). *Spor bilimleri öğrencilerinde fiziksel aktivite düzeyi, uyku kalitesi ve teknoloji bağımlılığı arasındaki ilişkinin incelenmesi (Yüksek Lisans Tezi)*. Sakarya Uygulamalı Bilimler Üniversitesi, Lisansüstü Eğitim Enstitüsü.
- Çalık, F. (2023). *Öğrencilerin iletişim becerileri ile teknoloji bağımlılıkları arasındaki ilişkinin incelenmesi: spor eğitimi veren yükseköğretim kurumları örneği*. (Yüksek Lisans Tezi). Selçuk Üniversitesi, Sağlık Bilimleri Enstitüsü.
- Çetin, T., & İmamoğlu, M. (2023). Spor bilimleri fakültesi öğrencilerinin iletişim beceri ve teknoloji kullanım alışkanlık düzeyleri. *Gümüşhane Üniversitesi Sağlık Bilimleri Dergisi*, 12(3), 1384-1395.
- Demiral, C. (2022). *Okul öncesi öğretmen adaylarının bağlanma durumlarının teknoloji bağımlılığı ile ilişkisinin incelenmesi (Yüksek Lisans Tezi)*. Fatih Sultan Mehmet Üniversitesi Lisansüstü Eğitim Enstitüsü, İstanbul.
- Dinç, M. (2015). Teknoloji bağımlılığı ve gençlik. *Gençlik Araştırmaları Dergisi*, 3(3), 31-65.
- Ekşi, F., & Ümmet, D. (2013). Bir kişilerarası iletişim problemi olarak internet bağımlılığı ve siber zorbalık: Psikolojik danışma açısından değerlendirilmesi. *Değerler Eğitimi Dergisi*, 11(25), 91-115.
- Elkatmış, M. (2015). Yazılı ve sözlü anlatım ile etkili iletişim derslerinin sınıf öğretmeni adaylarının iletişim becerilerine etkisinin incelenmesi. *İlköğretim Online*, 14(4), 1341-1351. <https://doi.org/10.17051/io.2015.58970>
- Emre, O., Ulutaş, A., Nisan, F., Görgen, A. N., & Cumurcu, H. B. (2019). Üniversite öğrencilerinde teknoloji ve internet bağımlılığı arasındaki ilişkinin incelenmesi. *Batman Üniversitesi Yaşam Bilimleri Dergisi*, 9(2), 167-182.

- Erdoğan, A., & Yıldırım, B. (2023). Üniversite öğrencilerinin iletişim beceri düzeylerinin belirlenmesi: Karamanoğlu Mehmetbey Üniversitesi Spor Bilimleri Fakültesi Örneği. *Türk Spor Bilimleri Dergisi*, 6(1), 21-29.
- Ergüney, M., & Tepe, N. (2023). Üniversite öğrencilerinin iletişim becerileri ile öğrenci bağlılığı arasındaki ilişkinin incelenmesi. *Dicle Üniversitesi Sosyal Bilimler Enstitüsü Dergisi*, (33), 163-181.
- Erözkan, A. (2005). Üniversite öğrencilerinin iletişim becerilerini etkileyen faktörler. *Marmara Üniversitesi Atatürk Eğitim Fakültesi Eğitim Bilimleri Dergisi*, 22(22), 135-149.
- Eski, T., & Yılmaz, B.H. (2024). Spor bilimleri fakültesi öğrencilerinin teknoloji bağımlılıkları ile spora bağlılık düzeyleri arasındaki ilişkinin incelenmesi. *TOJRAŞ*, 13(3), 269-276.
- George, D., & Mallery, P. (2019). *IBM SPSS statistics 26 step by step: A simple guide and reference*. Routledge.
- Giffin, K. & Patton, B. R. (1997). *Basic readings in interpersonal communication*. New York: Harper-Row.
- Gökler, R., & Koçak, R. (2008). Uyuşturucu ve madde bağımlılığı. *Sosyal Bilimler Araştırmaları Dergisi*, 3(1), 89-104.
- Griffiths, M. D., Hunt, N. (1998) Dependence on computer games by adolescents. *Psychol Rep.* 82(2):475–80.
- Griffiths, M. (2000). Does Internet and computer" addiction" exist? Some case study evidence. *CyberPsychology and Behavior*, 3(2), 211-218.
- Griffiths, M. (2005). A 'components' model of addiction within a biopsychosocial framework. *Journal of Substance use*, 10(4), 191-197.
- Gökçalp, H. A. (2017). *Beden eğitimi ve spor yüksekokulu öğrencilerinin iletişim becerilerinin farklı değişkenler açısından incelenmesi (Balıkesir ili örneği)*. (Yüksek Lisans Tezi). Balıkesir Üniversitesi, Sağlık Bilimleri Enstitüsü.
- Gökçe, H. & Keçeci, K. (2020). Fiziksel aktiviteye katılan bireylerin iletişim becerileri ve sosyal görünüş kaygıları. *Ulusal Spor Bilimleri Dergisi*, 4(1), 73- 81.
- Gönen, M. (2015). *Akdeniz üniversitesi beden eğitimi ve spor yüksekokulu öğrencilerinin iletişim beceri düzeyleri ile atılganlık düzeylerinin incelenmesi*. (Yüksek Lisans Tezi). Akdeniz Üniversitesi, Sosyal Bilimler Enstitüsü. Antalya.
- Hazan, A., & Altın, M. (2023). Öğretmenlerin sınıf içi etkili iletişim becerileri algılarının çeşitli değişkenler açısından incelenmesi. *Uluslararası Eğitimde Mükemmellik Arayışı Dergisi (UEMAD)*, 3(1), 11-19.
- Hergüner, G., & Yaman, Ö. G. M. (1997). Sporun üniversite öğrencilerinin iletişim beceri düzeylerine etkisi. *Pamukkale Üniversitesi Eğitim Fakültesi Dergisi*, 3(3), 95-1001.
- İbekci, R., & Çetintaş, H. B. (2022). Üniversite öğrencilerinin iletişim becerilerinin değerlendirilmesi. *Bilgi Yönetimi*, 5(2), 340-352. <https://doi.org/10.33721/by.1129137>
- Karaman, B., & Arısoy, A. (2023). Beden eğitimi ve spor öğretmenlerinin sınıf içi etkili iletişim beceri algılarının incelenmesi: Şanlıurfa örneği. *Spor Bilimlerinde Multidisipliner Araştırmalar*, 29.
- Karasar, N. (2018). *Bilimsel Araştırma Yöntemi* (Otuz Üçüncü Basım). Ankara: Nobel Yayıncılık.
- Kılıçgil, E., Bilir, P., Özdiç, Ö., Eroğlu, K., & Eroğlu, B. (2009). İki farklı üniversitenin beden eğitimi ve spor yüksekokulu öğrencilerinin iletişim becerilerinin değerlendirilmesi. *Sportmetre Beden Eğitimi ve Spor Bilimleri Dergisi*, 7(1), 19-28.
- Kıssal, A., Kaya, M., & Koç, M. (2016). Hemşirelik ile beden eğitimi ve spor yüksekokulu öğrencilerinin iletişim beceri düzeyleri ve etkileyen faktörlerin değerlendirilmesi. *Acıbadem Üniversitesi Sağlık Bilimleri Dergisi*, (3), 134-141.
- Koç, A. (2021). *Spor Bilimleri Fakültesi öğrencilerinin teknoloji bağımlılıkları ile kişilikleri arasındaki ilişkinin incelenmesi*. (Yüksek Lisans Tezi). Selçuk Üniversitesi, Sağlık Bilimleri Enstitüsü. Konya.
- Koc, M., & Hacıoğlu, M. (2017). The Impact of technology on communication. *International Journal of Communication Studies*, 12(3), 22-30.
- Korkut, F. (1996). İletişim becerileri değerlendirme ölçeğinin geliştirilmesi: Güvenirlik ve geçerlik çalışmaları. *Turkish Psychological Counseling and Guidance Journal*, 2(7), 18-23.
- Kuşat, Z. (2023). *Spor yapan bireylerin, etkili iletişim becerilerinin karar verme düzeyleri ile olan ilişkisinin incelenmesi*. (Yüksek Lisans Tezi). Karamanoğlu Mehmetbey Üniversitesi, Sosyal Bilimler Enstitüsü. Karaman.
- Newport, C. (2019). *Dijital minimalizm* (Çev. Cansen Mavituna). İstanbul: Metropolis Yayıncılık. Submit Date, 6, 2022.
- Nurullah, F. (2020). *Öğretmen adaylarının teknoloji bağımlılığının, problem çözme ve karar verme becerisi ile ilişkisinin incelenmesi: Kastamonu örneği* (Yüksek Lisans Tezi). Kastamonu Üniversitesi, Fen Bilimleri Enstitüsü.
- Paradisi, P., Raglianti, M., & Sebastiani, L. (2021). Online communication and body language. *Frontiers in behavioral neuroscience*, 15, 709365.
- Starcevic, V. (2016). Behavioural addictions: A challenge for psychopathology and psychiatric nosology. *Australian & New Zealand Journal of Psychiatry*, 50(8), 721-725.
- Suiçmez, M., & Özdemir, M. (2020). Üniversite öğrencilerinin kişilerarası iletişiminde sosyal medyanın yeri ve önemi. *Ahi Evran Üniversitesi İktisadi ve İdari Bilimler Fakültesi Dergisi*, 4(1), 111-142.

- Tepeköylü, Ö., Soytürk, M., & Çamlıyer, H. (2009). Beden Eğitimi ve Spor Yüksekokulu (Besyo) öğrencilerinin iletişim becerisi algılarının bazı değişkenler açısından incelenmesi. *Spormetre Beden Eğitimi ve Spor Bilimleri Dergisi*, 7(3), 115-124. [https://doi.org/10.1501/Sporm\\_0000000160](https://doi.org/10.1501/Sporm_0000000160)
- Uzunçayır, D., & Yılmaz, S. H. (2023). Examining the effects of yoga-based intervention program on children diagnosed with autism spectrum disorder: Otizm spektrum bozukluğu tanılı çocuklarda yoga temelli müdahale programının etkilerinin incelenmesi. *Journal of Human Sciences*, 20(4), 682-693.
- Uzunçayır, D., Yılmaz, S. H., & Yarayan, Y. E. (2023). Yoga temelli fiziksel aktivite programına katılan otizm spektrum bozukluğu olan çocukların kazanımları; ebeveyn ve öğretmen görüşleri doğrultusunda fenomenolojik bir araştırma. *Trakya Eğitim Dergisi*, 13(3), 2165-2177.
- Ünsal, Y., & İhtiyaroğlu, N. (2022). Öğretmenlerin kişilik özellikleri ile etkili iletişim becerileri arasındaki ilişkinin incelenmesi. *Muğla Sıtkı Koçman Üniversitesi Eğitim Fakültesi Dergisi*, 9(1), 98-109. <https://doi.org/10.21666/muefd.779129>
- Ciris, V., Baskonus, T., Kartal, T., & Tasdemir, A. (2022). A study on digital game addictions of adolescents in the Covid-19 pandemic. *Journal of Education in Science Environment and Health*, 8(2), 168-186.
- Yam, F. C., & İlhan, T. (2020). Modern çağın bütünsel teknolojik bağımlılığı: Phubbing ve dinamikleri. *Psikiyatride Güncel Yaklaşımlar*, 11, 1-1.
- Yarayan, Y. E., & Gülşen, D. B. A. (2023). Sporcularda imgeleme ve duygu düzenlemenin cesaret düzeyi üzerindeki etkilerine yönelik aşamalı regresyon analizi. *Journal of ROL Sport Sciences*, 896-910.
- Yarımıkaya, E., İlhan, E. L., & Karasu, N. (2017). Akran aracılı uyarlanmış fiziksel aktivitelere katılan otizm spektrum bozukluğu olan bir bireyin iletişim becerilerindeki değişimlerin incelenmesi. *Ankara Üniversitesi Eğitim Bilimleri Fakültesi Özel Eğitim Dergisi*, 18(02), 225-252. <https://doi.org/10.21565/ozelegitimdergisi.319423>
- Yarımıkaya, E., & İlhan, E. L. (2020). Akran aracılı fiziksel aktivitelerin otizm spektrum bozukluğu olan çocukların iletişim eksikliği üzerindeki etkisi. *Nigde Üniversitesi Beden Eğitimi ve Spor Bilimleri Dergisi*, 14(2), 233-245
- Young, K. S. (1996). Psychology of computer use: xl. addictive use of the internet: a case that breaks the stereotype. *Psychological Reports*, 79(3), 899-902. <https://doi.org/10.2466/pr0.1996.79.3.899>