

TTSBS MAKALE TANITIMI/ TJMHS ARTICLE INTRODUCTION**3–6 Yaş Arası Çocuklarda Dijital Medya Kullanımının Dikkat Dağılımlığına Etkisi**
The Effect of Digital Media Use on Attention Deficit in Children Aged 3–6

Adı ve Soy Adı (Name and Surname)	Ekhlas Mahdi
Adres (Address)	Karabük Üniversitesi, Sağlık Bilimleri Fakültesi, Çocuk Gelişimi Bölümü, Karabük Karabük University, Faculty of Health Sciences, Department of Child Development, Karabük
Mail Adresi (Email Address)	ekhlassaleh88@gmail.com
Orchid No	0009-0006-2299-962X
Makale Türü (Article Type)	Araştırma Makalesi/ Reseach Article
Makale Geliş Tarihi (Article Arrival Date)	18.07.2025
Revizyon Tarihi (Revision Date)	06.08.2025
Kabul Tarihi (Accepted Date)	28.08.2025
DOI Numarası (DOI Number)	
Değerlendirme (Peer-Review)	Çift Taraflı Körleme / En az İki Dış Hakem (Double Anonymized / At Least Two External)
Etik Beyan (Ethical Statement)	Bu çalışmanın hazırlanma sürecinde bilimsel ve etik ilkelere uyulduğu ve yararlanılan tüm çalışmaların kaynakçada belirtildiği beyan olunur. (It is declared that scientific, ethical principles have been followed while carrying out and writing this study, and that all the sources used have been properly cited).
Yapay zekâ kullanımı	Bu çalışmada YÖK'ün yayımladığı etik rehberine uygun şekilde üretken yapay zekâ yalnızca yazım desteği amacıyla sınırlı kullanılmıştır. İçeriğin tamamı yazar(lar) tarafından oluşturulmuş olup, nihai sorumluluk yazara aittir. In this study, generative artificial intelligence tools were used in a limited manner solely for writing support, in accordance with the ethical guidelines published by the Council of Higher Education (YÖK). The entire content was produced by the author(s), who bear full responsibility for the final manuscript.
Benzerlik Taraması (Plagiarism Checks)	Evet (Yes) – Ithenticate/Turnitin.
Çıkar Çatışması (Conflicts of Interest)	Çıkar çatışması beyan edilmemiştir. (The author(s) has no conflict of interest to declare).
Yazar Katkı Oranı (Author Contribution Rate)	Tüm yazarlar eşit oranda katkı sınımuşlardır. All authors contributed equally.
Finansman (Grant Support)	Bu araştırmayı desteklemek için dış fon kullanılmamıştır. (The author(s) acknowledge that they received no external funding in support of this research).
Telif Hakkı ve Lisans (Copyright & License)	Yazarlar telif devir hakkı formunu imzalayarak, telif hakkını TTSBD'ne devretmektedir. (By signing the copyright transfer form, the authors transfer the copyright to the journal)
ROR Kodu (ROR Code)	https://ror.org/04wy7gp54
JEL Kodu (JEL Code)	I390
Atıf (Citation)	Mahdi, E. (2025)–6 Yaş Arası Çocuklarda Dijital Medya Kullanımının Dikkat Dağılımlığına Etkisi. Türk Tıp ve Sağlık Bilimleri Dergisi, 2(2):64-82. Mahdi, E. (2025). The Effect of Digital Media Use on Attention Deficit in Children Aged 3–6. Turkish Journal of Medicine and Health Sciences, 2(2):64-82.

Özet

Bu çalışmanın amacı, Karabük il merkezinde 3–6 yaş arasındaki çocukların günlük dijital medya kullanım süreleri ile dikkat dağınıklığı düzeyleri arasındaki ilişkiyi nicel olarak incelemektir. Günümüzde dijital medya araçlarının çocukların yaşamındaki yeri giderek artmakta, özellikle erken çocukluk döneminde ekran süresi dikkat ve bilişsel gelişimi etkileyebilmektedir. Araştırma kapsamında, Karabük’te rastgele seçilen anaokullarından 68 çocuk ve aileleri katılmıştır. Veri toplama aracı olarak ebeveynlerin günlük ekran süresi kayıtları ile Child Behavior Checklist (CBCL) kullanılmış, veri toplama süresi iki hafta olarak belirlenmiştir. Toplanan veriler, tanımlayıcı istatistikler kullanılarak betimlenmiş; değişkenler arasındaki ilişkiler korelasyon analizleriyle ve etkiler ise regresyon modelleri aracılığıyla değerlendirilmiştir. Bulgular, günlük ekran süresi 60 dakikadan fazla olan çocukların dikkat dağınıklığı puanlarının anlamlı derecede yüksek olduğunu göstermiştir ($p < 0.05$). Ayrıca dijital medya süresi ile dikkat dağınıklığı arasında pozitif ve güçlü bir korelasyon bulunmuştur ($r = 0.602$, $p < 0.05$). Ebeveyn eğitim düzeyi, çocukların dikkat performansını olumlu yönde etkilerken, cinsiyet değişkeninin anlamlı etkisi tespit edilmemiştir. Sonuç olarak, erken çocukluk döneminde aşırı dijital medya kullanımı dikkat becerilerini olumsuz etkileyebilmektedir. Elde edilen veriler, ailelerin bilinçlendirilmesi ve ekran süresi sınırlandırmalarının erken müdahale programlarının önemli bileşenleri olması gerektiğini göstermektedir. Bu çalışma, Karabük özelinde yerel verilerle literatüre katkı sağlamak ve çocuk gelişimi alanında farkındalık oluşturmayı hedeflemektedir.

Anahtar Kelimeler: Dijital medya, Ekran süresi, Dikkat dağınıklığı, Erken çocukluk

The Effect of Digital Media Use on Attention Deficit in Children Aged 3–6

Abstract

The aim of this study is to quantitatively examine the relationship between daily digital media usage and attention deficit levels among children aged 3–6 in the city center of Karabük, Türkiye. In today's world, digital media tools are becoming increasingly embedded in children's daily lives, and excessive screen time in early childhood may negatively affect attention and cognitive development. A total of 68 children and their families, selected randomly from preschools in Karabük, participated in the study. Data were collected using a parent-reported daily

screen time log and the Child Behavior Checklist (CBCL). The data collection period lasted two weeks. Descriptive statistics, correlation, and regression analyses were used to evaluate the findings. Results showed that children with more than 60 minutes of daily screen time had significantly higher attention deficit scores ($p < 0.05$). A strong and positive correlation was found between digital media usage and attention problems ($r = 0.602$, $p < 0.05$). While parental education level positively influenced children's attention performance, gender did not show a statistically significant effect. In conclusion, excessive digital media exposure during early childhood may adversely affect children's attention skills. The findings emphasize the importance of parental awareness and the need for screen time limitations as essential components of early intervention programs. This study contributes to the literature with local data specific to Karabük and aims to raise awareness in the field of child development.

Keywords: Digital Media, Screen Time, Attention Deficit, Early Childhood

Giriş

Dijital medya araçları (televizyon, tablet, akıllı telefon gibi) artık çocukların günlük yaşamının önemli bir bölümünü oluşturmaktadır. Özellikle 3–6 yaş aralığındaki okul öncesi dönemi, dil gelişimi, bilişsel işlevler ve dikkat süreçlerinin hızla şekillendiği kritik bir dönemdir. Bununla birlikte bu yaş grubundaki çocukların ekran başında geçirdiği süre, Amerikan Pediatri Akademisi (AAP) tarafından günde bir saat ile sınırlanması önerilen dijital medya kullanım sınırını sıklıkla aşmaktadır (Hill ve ark. 2016).

Araştırmalar, ekran süresi ile dikkat gelişimi arasında bağlantılar bulunduğunu göstermektedir; özellikle yoğun medya kullanımının dikkat sorunları, hiperaktivite belirtileri ve öz-düzenleme becerilerinde zayıflama ile ilişkili olabileceği vurgulanmaktadır. Özellikle 60 dakikadan fazla ekran süresine sahip çocuklarda davranışsal sorunların ve dikkat dağınıklığının daha fazla görüldüğü gözlemlenmiştir (Koyuncuoğlu ve ark. 2023; Özgür ve ark. 2024).

Dijital medya araçlarının çocukluk döneminde yaygın biçimde kullanılmaya başlaması, bilişsel ve psikolojik gelişim alanlarını araştırma gündeminin ön sıralarına taşımıştır. Özellikle 3–6 yaş grubunda yapılan çalışmalar, ekran maruziyeti ile dikkat becerileri arasında kayda değer ilişkiler olduğunu göstermektedir (Santos ve ark. 2022). Pediatrik nöroloji alanında yayımlanan

sistematik derlemelere göre, uzun süreli ekran maruziyeti dikkat fonksiyonlarında zayıflamaya neden olabilmekte, bazı bulgulara ise bu ilişkinin çift yönlü olduğu ifade edilmektedir. Ekran süresinin artması dikkat dağınıklığına yol açarken, dikkat sorunu yaşayan çocukların da daha fazla ekran başında vakit geçirdiği görülmektedir (Tamana ve ark. 2019).

Bu ilişkiyi destekleyen bir diğer bulgu, Çin’de gerçekleştirilen ve 1897 çocukla yapılan kesitsel bir araştırmada ortaya konmuştur. Çalışmada, günde 60 dakikadan fazla ekran süresine sahip çocukların davranışsal problem skorlarının anlamlı biçimde daha yüksek olduğu; bu problemlerin başında dikkat eksikliği ve hiperaktivite belirtilerinin geldiği belirlenmiştir (Xie ve ark. 2020). Benzer şekilde, erken yaşta dijital medya ile yoğun temasın dikkat eksikliği ve duygusal regülasyon sorunlarıyla doğrudan bağlantılı olduğu; ayrıca bu etkinin ebeveyn-çocuk etkileşiminde azalma yoluyla dolaylı olarak da gerçekleştiği raporlanmıştır (Christakis ve ark. 2004).

Sinirbilim temelli araştırmalar ise bu ilişkinin sadece davranış düzeyinde değil, nörolojik temellerinde de izlenebildiğini göstermektedir. FMRI (işlevsel manyetik rezonans görüntüleme) temelli çalışmalarda, hızlı geçişli animasyonlu içeriklere maruz kalan çocuklarda dikkat ve dille ilgili beyin bölgeleri arasındaki bağlantıların zayıfladığı belirlenmiştir. Bu durum, erken yaşta yoğun medya maruziyetinin nörogelişimsel yapılar üzerinde kalıcı etkiler bırakabileceğini düşündürmektedir (Farah ve ark. 2004).

Bununla birlikte literatürde dikkat alanında kültürel, sosyo-demografik ve metodolojik farklılıklar nedeniyle bulgular arasında değişkenlik bulunmaktadır. Bazı çalışmalarda yüksek ekran kullanımının dikkat kontrolünü olumsuz etkilediği gösterilirken, diğer bazı araştırmalar bu ilişkiyi açık biçimde kanıtlamamaktadır. Ayrıca medya çoklu görevliliği (media multitasking) gibi davranış biçimlerinin çocuklarda sürdürülebilir dikkat ve bilişsel kontrol üzerinde potansiyel etkileri olduğu vurgulanmaktadır. Ekran süresi, içerik kalitesi, ebeveyn katılımı ve sosyo-demografik etkenlerin etkileşimi dikkate alındığında, bu alanda Karabük ilinde yer alan bir okul öncesi eğitim kurumunda gerçekleştirilecek, yerel bağlamı esas alan ve nicel yöntemle yürütülecek saha araştırması; 3–6 yaş arası çocuklarda dikkat dağınıklığına ilişkin önemli veriler sunma potansiyeline sahiptir.

Literatür Taraması

Erken çocukluk dönemi (3–6 yaş), bilişsel ve sosyal gelişimin hızlı olduğu kritik bir evredir. Dijital medya kullanımı bu dönemde artmakta ve bazı olumlu etkileri (eğitsel içerikler, öğrenme desteği) yanında önemli kaygılar da doğurmaktadır (Merdin, 2023). Aşırı ve kontrolsüz ekran süresinin dil gelişimi, uyku, sosyal etkileşim ve fiziksel sağlık üzerinde olumsuz etkiler oluşturduğu bildirilmiştir (Tutar ve Karacul, 2024). Özellikle çocukların sürekli değişen renkli uyarılar içeren dijital içeriklere erken yaşta maruz kalması, dikkat süreçlerini olumsuz etkileyebileceği öne sürülmüştür (Rico-González ve ark., 2025). Amerikan Pediatri Akademisi (AAP) ve Kanadalı uzmanlar, 2–5 yaş arası çocuklar için günde 1 saati aşmayan ekran süresi önererek, fazla ekran kullanımının odaklanma güçlüğü ve DEHB benzeri sorunlar doğurabileceği uyarısı yapmıştır (Wu ve ark., 2016). Bu bağlamda, 3–6 yaş arası çocuklarda dijital medya maruziyeti ile dikkat dağınıklığı/Christakis (2016), dijital medya araçlarının yoğun kullanımının erken çocukluk döneminde gelişim üzerinde kalıcı olumsuz sonuçlar doğurabileceğini ifade etmektedir. Gündoğdu (2021), çocuk sağlığı izlem polikliniğine gelen sağlıklı çocuklar üzerinde yaptığı çalışmada, teknolojik alet kullanım süresi arttıkça dil gelişimi puanlarında düşüş olduğunu belirtmiştir. Özellikle tablet ve bilgisayar kullanımının dil gelişimi üzerinde olumsuz bir etkisi varken, cep telefonu ve televizyon izleme süreleri ile anlamlı bir ilişki saptanmamıştır. Ancak evde sürekli açık televizyonun bulunması, çocukların dil puanlarında düşüşle ilişkilendirilmiştir.

DEHB tanısı almış çocuk ve ergenlerle yürütülen bir başka çalışmada, Werling ve arkadaşları (2022), bu bireylerde sorunlu dijital medya kullanımının kontrol gruplarına kıyasla daha şiddetli olduğunu ortaya koymuştur. Children and Screens tarafından yürütülen güncel bir çalışma (Horowitz-Kraus et al., 2024), ekran süresinin çocukların dikkat sürelerini kısaltabileceğini, yönetici işlevlerde azalmaya, hayal gücünün gerilemesine ve bilişsel yükte artışa yol açabileceğini göstermiştir. Aynı çalışmada, 3-5 yaş arası çocuklarda ekran süresinin beyin yapısında değişikliklere neden olabileceği ve pasif ekran izlemenin etkileşimli hikâye anlatımına kıyasla daha az dikkat çekici olduğu vurgulanmıştır.

Clemente-Suárez ve arkadaşları (2024) ise dijital cihazların çocukluk dönemi bilişsel gelişimi üzerindeki etkilerini araştırarak, dijital ortamların çoklu görev yapabilme ve bilgi işleme becerilerini geliştirebileceğini; ancak dikkat dağınıklığı, bilişsel aşırı yüklenme ve sosyal

becerilerde zayıflama gibi riskler de taşıdığını ortaya koymuşlardır. Türkiye'de yapılan bir diğer çalışmada Özgür ve arkadaşları (2024), çocukların ekran maruziyet süresi arttıkça anksiyete düzeylerinin, bilgisayar oyunlarına bağımlılığın ve dikkat problemlerinin arttığını; işitsel dikkat ve sözcük ayırt etme becerilerinde ise azalma görüldüğünü ifade etmişlerdir.

Dijital ekranların çocuk gelişimi üzerindeki çok yönlü etkilerini ele alan Baladaniya ve Korat (2024), aşırı ekran süresinin obezite, uyku problemleri, dil gecikmeleri, düşük bilişsel skorlar ve beyaz madde bütünlüğünde azalma gibi olumsuz sonuçlarla ilişkili olduğunu; ancak kontrollü ve ölçülü kullanımın bilişsel gelişimi destekleyebileceğini vurgulamışlardır. Bu bağlamda Zimmerman, Christakis ve Meltzoff (2007) tarafından yapılan bir çalışma da dikkat çekicidir. Araştırmada, 3 aylık bebeklerde %40 olan TV/DVD izleme oranının 1 yaşına gelindiğinde %90'a çıktığı ve 1-2 yaş arası çocukların ekran süresinin günde ortalama 1 saatten 1.5 saate yükseldiği saptanmıştır.

Ekran temelli medyanın çocuk gelişimi üzerindeki etkileri uzun yıllardır araştırılmaktadır. Arumugam, Arumugam ve ark., (2021) tarafından yapılan ve 52 çalışmayı kapsayan anlatısal derleme, ekran temelli medyanın küçük yaş çocukları üzerinde hem olumlu hem de olumsuz etkiler ortaya koyabildiğini; bu etkilerin medya türü, içerik niteliği, kalite seviyesi ve kullanım bağlamına göre değiştiğini ifade etmektedir.

Benzer şekilde, Huber ve arkadaşlarının (2017) 2–12 yaş aralığını kapsayan 43 çalışmanın meta-analizinde, ekran medyasının bilişsel gelişim üzerinde küçük fakat istatistiksel olarak anlamlı bir olumlu etki yarattığı; özellikle eğitimsel ve etkileşimli içeriklerin bu olumlu etkinin büyüklüğünü artırdığı bildirilmiştir.

Tomopoulos ve arkadaşları (2010) tarafından düşük sosyoekonomik arka plana sahip bebekler üzerinde gerçekleştirilen çalışma, altı aylık dönemde yüksek düzeyde medya maruziyeti olan çocukların on dört aylık değerlendirmelerde daha düşük bilişsel puanlar ve zayıf dil gelişimi sergilediklerini ortaya koymuştur.

Bu bulgu, medya kullanımının yalnızca içerik bakımından değil, maruziyet süresi ve çocuğun maruz kaldığı yaş açısından da gelişimsel çıktıları etkilediğine işaret etmektedir. Madigan ve arkadaşlarının (2019) Kanada örneklemine dayanan çalışması, 0–5 yaş grubunda artan ekran

süresinin sosyo-duygusal gelişim üzerinde olumsuz etkilerle bağlantılı olduğunu raporlamıştır. Özellikle ifade edici iletişim becerileri, sosyal etkileşim yetenekleri ve öz-düzenleme becerileri, daha yüksek ekran maruziyeti ile negatif yönde ilişkilendirilmiştir.

Son yıllarda erken çocukluk döneminde ekran süresinin artması, özellikle dikkat sorunları ve öz-düzenleme becerileri üzerindeki olası etkileri bakımından birçok araştırmanın konusu olmuştur. Lin (2020) yaptığı çalışmada, 18 ila 36 aylık çocuklarda dokunmatik ekranlı cihazlara maruz kalma süresinin, duygusal ve davranışsal sorunlarla anlamlı bir şekilde ilişkili olduğunu ortaya koymuştur. Özellikle bu yaş grubundaki çocukların ekran süresi arttıkça erken dikkat sorunları yaşama olasılıklarının da yükseldiği vurgulanmaktadır. Benzer şekilde, Hetherington (2020) tarafından yürütülen bir çalışmada, günlük önerilen ekran süresini aşan 5 yaşındaki çocukların dikkatsizlik ve duygusal kontrol gibi öz-düzenleme bileşenlerinde ortalamanın üzerinde sorunlar yaşama olasılıklarının arttığı belirtilmiştir. Gueron-Sela ve Gordon-Hacker (2020) ise bebeklik döneminde (18, 22 ve 26. aylarda) ölçülen medya kullanımının kümülatif etkisini incelemiş ve ekran süresinin odaklanmış dikkat becerileri üzerinde olumsuz etkiler yaratabileceğini ortaya koymuştur. Öte yandan Chichinina ve arkadaşları (2025) gerçekleştirdiği araştırma, doğum sırası ile ekran süresi arasında anlamlı bir ilişki bulunduğunu göstermiştir; ikinci doğan okul öncesi çocukların, ilk doğanlara kıyasla daha fazla aktif ekran süresine sahip olduğu belirlenmiştir. Ancak bu çalışmada, ekran süresi ve doğum sırasının, görsel çalışma belleği, bilişsel inhibisyon ve bilişsel esneklik gibi yönetici işlev becerileri üzerinde doğrudan anlamlı bir etkisinin olmadığı da ifade edilmiştir. Bu bulgular, küçük yaşlarda ekran maruziyetinin dikkat ve öz-düzenleme gelişimi üzerindeki potansiyel etkilerini göz önünde bulundurmanın önemli olduğunu ortaya koymaktadır.

Öte yandan Christakis (2014), etkileşimli medya kullanımlarının küçük çocukların bilişsel gelişimi üzerindeki etkisinin, medya miktarından çok kullanım bağlamına ve içerik niteliğine bağlı olduğunu vurgulamıştır. Vaidyanathan ve arkadaşları (2021) okul öncesi dönemde DEHB tanılı çocuklar üzerinde yaptıkları çalışmada, katılımcıların %80,4'ünün önerilen ekran sürelerini aştığını (medyan 140 dakika) ve artan ekran süresinin hem DEHB semptomlarının şiddetini hem de ebeveynlerin stres düzeylerini artırdığını bildirmişlerdir. Tamana ve arkadaşlarının (2019) uzunlamasına çalışması, günde iki saatten fazla ekran başında vakit geçiren beş yaşındaki çocukların ilerleyen dönemde DEHB tanı kriterlerini karşılama olasılığının 7,7 kat daha yüksek

olduğunu göstermiştir. Lissak (2018) da günlük iki saatin üzerindeki ekran süresinin, DEHB semptomları dâhil olmak üzere olumsuz nörolojik sağlık göstergeleriyle anlamlı bir korelasyon sergilediğini rapor etmiştir. Yılmaz ve Güney'in (2021) çalışması ise ekran süresinin sadece dikkat ve hiperaktivite ile sınırlı kalmayıp; uyku bozuklukları, obezite, kardiyovasküler riskler, görme sorunları, kas-iskelet problemleri ve gelişimsel gecikmeler gibi fiziksel ve psikososyal sorunlarla da ilişkilendirildiğini ortaya koymaktadır. Tüm bu kanıtlar bir arada değerlendirildiğinde, özellikle okul öncesi dönemde çocukların ekran maruziyetinin sınırlandırılmasının çocuk sağlığı ve gelişimi açısından kritik bir gereklilik olduğu sonucuna ulaşılmaktadır. Bu nedenle ebeveynlere yönelik bilinçlendirme, uygun içerik ve süre kılavuzları ile erken dönemde müdahaleleri hedefleyen politikalar öncelikli öneriler arasında yer almalıdır.

Gökçe ve arkadaşları (2021) tarafından yapılan bir çalışmada, 6-84 ay arasındaki çocukların mobil cihaz kullanım durumları, nedenleri ve maruz kalma süreleri incelenmiştir. Araştırmaya katılan çocukların %92,7'sinin herhangi bir ekrana maruz kaldığı, günlük ortalama ekran maruziyet süresinin ise $186,2 \pm 132,2$ dakika olduğu tespit edilmiştir. Yaş ilerledikçe tablet ve telefon kullanımı artmakta; özellikle yemek yerken ya da uyanır uyanmaz ekran izleyen çocukların ekran maruziyet süresi anlamlı düzeyde daha uzun olmaktadır.

Koyuncuoğlu ve Akaroğlu (2023) tarafından yürütülen başka bir çalışmada ise 4-6 yaş arası çocukların ekran kullanım alışkanlıkları ile öz-düzenleme becerileri (dikkat, çalışma belleği, engelleyici kontrol) arasındaki ilişki incelenmiştir. Bulgular, ekran kullanımı ile öz-düzenleme becerileri arasında negatif ve düşük düzeyde anlamlı bir ilişki olduğunu ortaya koymuştur. Özellikle sorunlu medya kullanımı, çocukların öz-düzenleme becerilerini olumsuz ve anlamlı bir şekilde etkilemektedir. Ayrıca, çalışmada çocukların yarısından fazlasının Amerikan Pediatri Akademisi'nin (AAP) önerdiği günlük ekran süresini aştığı da belirtilmiştir.

Reddy (2018) tarafından gerçekleştirilen uzunlamasına bir çalışmada ise okul öncesi dönemde ekran süresinin bilişsel gelişim üzerindeki etkisi detaylı biçimde ele alınmıştır. Başlangıçta ekran süresi ile bilişsel gelişim arasında negatif ilişkiler bulunmuş, ancak bu etkinin zamanla azaldığı gözlemlenmiştir. Araştırmada, yönetici işlevler, dil becerileri, dikkat ve sosy-duygusal gelişim alanlarında negatif eğilimler saptanmış ve çalışma süresi boyunca artan ekran süresinin bilişsel gelişim üzerinde olumsuz etkiler yarattığı belirlenmiştir.

Bal ve arkadaşları (2024), 0-78 aylık çocuklarda dil gelişimi, yürütücü işlevler ve ekran süresi arasındaki ilişkileri incelemiş ve etkileşimli, eğitici içeriklerin önerilen ekran süresi sınırları içinde kaldığında dil gelişimini ve yürütücü işlevleri olumlu yönde etkileyebileceğini belirtmiştir. Ancak aşırı pasif ekran kullanımı (örneğin televizyon izleme) bilişsel ve sosyal beceriler üzerinde olumsuz etkiler yaratmaktadır. Son olarak Carson (2019), küçük yaşta ekran başında fazla vakit geçiren çocukların sosyal becerilerinin gelişmesinde gecikmeler olduğunu ve anaokulu çağındaki çocuklarda aşırı ekran kullanımının davranış ve dikkat sorunları riskini artırdığını ortaya koymuştur. Bu bulgular, erken çocukluk döneminde ekran kullanımının hem gelişimsel fırsatlar hem de riskler sunduğunu göstermektedir. Ekran içeriklerinin niteliği, kullanım süresi ve bağlamı gibi faktörler dikkate alınarak, çocukların dijital medya ile sağlıklı bir şekilde etkileşim kurabilmesi için yönlendirici stratejilerin geliştirilmesi gerekmektedir.

Gereç ve Yöntemler

Bu araştırma, nicel yaklaşımlar içinde ilişkisel tarama modeline dayandırılmıştır; bu model iki ya da daha fazla değişken arasındaki karşılıklı ilişkileri belirlemeye yöneliktir. Çalışmada, 3–6 yaş aralığındaki çocukların dijital medya kullanım süreleri ile dikkat dağınıklığı düzeyleri arasındaki ilişki ele alınmıştır. Araştırmanın evrenini Karabük il merkezindeki okul öncesi eğitim kurumlarında öğrenim gören çocuklar oluştururken, örneklem basit tesadüfi örnekleme yöntemiyle seçilen bağımsız bir anaokulundan 68 çocuk ve onların ebeveynlerinden meydana gelmiştir. Katılım tamamen gönüllülük esasına dayanmış; her katılımcının velisinden bilgilendirilmiş onam alınmıştır. Örneklem demografik olarak dengeli bir dağılım göstermiş olup, katılımcı çocukların %52'sini kızlar, %48'ini erkekler oluşturmaktadır.

Dijital Medya Kullanım Formu: Araştırmacı tarafından geliştirilen ve ebeveynler tarafından doldurulan bu form; çocukların günlük ekran süresi, ekran karşısında geçirilen zamanın saat ve dakika cinsinden uzunluğu, kullanılan dijital cihaz türü (TV, telefon, tablet vb.) ve izlenen içeriklerin türü (eğitici, eğlence vb.) gibi bilgileri içermektedir. Veri toplama süreci boyunca aileler, bu formu 14 gün boyunca günlük olarak doldurmuştur.

Dikkat Davranış Ölçeği – CBCL (1.5–5 yaş): Çocukların dikkat düzeylerinin değerlendirilmesi amacıyla, Achenbach ve arkadaşları tarafından geliştirilen ve Türkçeye uyarlanmış olan Child Behavior Checklist (CBCL) ölçeği kullanılmıştır. Ölçek, dikkat eksikliği,

hiperaktivite ve duygusal-davranışsal sorunlara yönelik alt boyutlar içermektedir. Ölçek ebeveyn tarafından doldurulmuş olup, geçerlik ve güvenirlik katsayıları yüksek düzeyde olan bir araçtır (Kanlıkılıçer, 2005).

Bu çalışma, 2025 yılında Karabük merkezinde bulunan kamuya bağlı bağımsız bir anaokulunda gerçekleştirilmiştir. Araştırmanın başlangıcında, ebeveynlere Çocuk Davranış Değerlendirme Listesi (CBCL) dikkat davranış ölçeği uygulanmış; bunu takiben iki hafta süresince çocukların günlük ekran kullanım süreleri kayıt altına alınmıştır. Sürecin sonunda dikkat davranış ölçeği tekrar uygulanarak son test verileri toplanmıştır. Elde edilen veriler, SPSS 25.0 programı kullanılarak analiz edilmiştir. İlk aşamada, verilerin genel özelliklerini ortaya koymak için tanımlayıcı istatistikler (ortalama, standart sapma, minimum ve maksimum değerler, frekans ve yüzde dağılımları) hesaplanmıştır. Çocukların ekran süresi bazında (<60 dakika ve ≥60 dakika) dikkat puanları arasında fark olup olmadığını incelemek amacıyla bağımsız örneklem t-testi uygulanmıştır. Ayrıca, dijital medya kullanım süresi ile dikkat puanları arasındaki ilişkiyi ölçmek için Pearson korelasyon analizi yapılmıştır. Çocuğun cinsiyeti, ebeveynin eğitim durumu ve kardeş sayısı gibi olası etkileri kontrol etmek üzere çoklu regresyon analizi gerçekleştirilmiş ve istatistiksel anlamlılık düzeyi $p < 0.05$ olarak belirlenmiştir.

Bulgular

Bu çalışma, Karabük il sınırları içinde bulunan bağımsız bir anaokuluna devam eden 3–6 yaş grubundaki çocuklarda dijital medya kullanım süreleri ile dikkat dağınıklığı düzeyleri arasındaki ilişkiyi incelemeyi amaçlamaktadır; nicel bir tasarıma dayanan araştırmada betimleyici tarama modeli benimsenmiş olup hipotezler hem korelasyonel ilişkiler aracılığıyla hem de gruplar arası karşılaştırmalı istatistiklerle sınanmaktadır.

Veri toplama süreci 2025 yılı Bahar döneminde gerçekleştirilmiştir. Araştırmaya 68 çocuk katılmıştır. Katılımcıların demografik özelliklerine ilişkin bilgiler ebeveynler tarafından doldurulan bilgi formları ile elde edilmiştir. Çocukların ekran süresi, ebeveyn beyanına dayalı olarak haftalık ortalamalar şeklinde belirlenmiştir. Dikkat dağınıklığı düzeyleri ise geçerlilik ve güvenilirliği önceden test edilmiş bir değerlendirme formu ile ölçülmüştür “Dikkat Performansı Gözlem Formu”. Elde edilen veriler SPSS 25.0 paket programında analiz edilmiştir. Öncelikle katılımcıların demografik özellikleri tanımlayıcı istatistikler (frekans ve yüzde dağılımları) ile

değerlendirilmiştir. Daha sonra ekran süresine göre dikkat dağınıklığı puanları arasında fark olup olmadığı bağımsız gruplar t-testi ile test edilmiştir. İki değişken arasındaki ilişkiyi belirlemek amacıyla Pearson korelasyon analizi yapılmış; son olarak, dikkat dağınıklığını yordayan değişkenleri belirlemek için çoklu doğrusal regresyon analizi uygulanmıştır.

Aşağıda sunulan bulgular, sırasıyla bu analizlere karşılık gelen tablolarla birlikte verilmiştir:

Tablo 1: Katılımcıların Tanımlayıcı İstatistikleri

Değişken	Kategori	f
Cinsiyet		
Kız	35	51.5
Erkek	33	48.5
Toplam	68	100.0
Ebeveyn Eğitim Düzeyi		
İlköğretim	12	17.6
Lise	28	41.2
Üniversite ve üzeri	28	41.2
Toplam	68	100.0
Günlük Ekran Süresi		
<60 dakika	27	39.7
≥60 dakika	41	60.3
Toplam	68	100.0

Tablo 1, araştırmaya katılan 68 çocuğun demografik ve ekran kullanım özelliklerini göstermektedir. Katılımcıların cinsiyet dağılımı neredeyse dengeli olup, kız çocuklar %51.5, erkek çocuklar ise %48.5 oranındadır. Ebeveynlerin eğitim durumuna bakıldığında, %41.2'sinin lise, %41.2'sinin ise üniversite ve üzeri eğitim aldığı; %17.6'sının ise ilköğretim mezunu olduğu görülmektedir. Bu dağılım, farklı eğitim düzeylerine sahip ailelerin temsil edildiğini göstermektedir. Günlük ekran süresi açısından ise çocukların çoğunluğunun (%60.3) 60 dakikadan fazla ekran süresine sahip olduğu belirlenmiştir. Bu sonuç, araştırma evreninde çocukların önemli

bir kısmının yoğun dijital medya kullanımıyla karşı karşıya olduğunu göstermektedir. Bu demografik ve kullanım profili, dikkat dağınıklığı üzerindeki olası etkilerin analizinde temel oluşturmaktadır.

Tablo 2: Ekran Süresi Gruplarına Göre Dikkat Dağınıklığı Puanları

Ekran Süresi	n	$\bar{X}$ (Ortalama)	SS (Standart Sapma)	t	p
<60 dakika	27	10.41	2.86		
≥60 dakika	41	13.88	3.22	-4.68	0.000*

* $p < .05$

Tablo 2, günlük ekran süresine göre iki farklı gruba ayrılan çocukların dikkat dağınıklığı puan ortalamalarını karşılaştırmaktadır. Günlük ekran süresi 60 dakikanın altında olan çocukların dikkat puan ortalaması 10.41 iken, 60 dakika ve üzerinde olanlarda bu değer 13.88 olarak bulunmuştur. Yapılan bağımsız gruplar t-testi sonucunda, iki grup arasındaki fark istatistiksel olarak anlamlıdır ($t = -4.68$, $p < 0.001$). Bu sonuç, ekran süresi arttıkça dikkat dağınıklığı belirtilerinin de anlamlı şekilde yükseldiğini göstermektedir. Bu bulgu, çocukların dijital medya karşısında geçirdikleri sürenin, bilişsel ve davranışsal gelişim süreçlerini etkileyebileceği hipotezini desteklemektedir. Ekran süresinin fazla olması, çocukların dikkatlerini sürdürme kapasitelerinde azalmaya yol açmakta ve çevresel uyaranlara karşı hassasiyetlerini artırmaktadır. Ayrıca, uzun süreli ekran maruziyeti, çocukların fiziksel aktivitelerden, sosyal etkileşimlerden ve uyku düzeninden uzaklaşmasına neden olarak dikkat dağınıklığı riskini yükseltebilir. Bu bağlamda, elde edilen sonuçlar, erken çocukluk döneminde ekran süresinin sınırlandırılmasının önemini ve dikkat gelişimi açısından uygun dijital içeriklerin tercih edilmesi gerektiğini ortaya koymaktadır. Ayrıca, ailelerin çocuklarının medya kullanımını bilinçli şekilde takip etmeleri ve gerekli dengeyi sağlamaları gerektiği sonucuna ulaşılabilir.

Tablo 3: Dijital Medya Süresi ile Dikkat Dağınıklığı Arasındaki Korelasyon

Değişkenler	r	p
Dijital medya süresi – Dikkat puanı	0.602	0.000*

* $p < .05$

Tablo 3, dijital medya kullanım süresi ile çocuklarda gözlemlenen dikkat dağınıklığı puanları arasındaki ilişkiyi göstermektedir. Yapılan Pearson korelasyon analizler, günlük ekran süresi 60 dakikanın altında kalan çocukların dikkat dağınıklığı puanlarının düşük, 60 dakikayı aşanların ise anlamlı derecede daha yüksek olduğunu ortaya koymuştur ($p < 0.05$). Bu anlamlı korelasyon, ekran süresi arttıkça çocuklarda dikkat sorunlarının da artma eğiliminde olduğunu ortaya koymaktadır. Korelasyon katsayısının pozitif olması, dijital medya kullanımının çocukların dikkatini olumsuz etkileyebileceğine dair önemli bir göstergedir. Erken çocukluk döneminde yoğun dijital medya maruziyetinin, dikkat süresi ve odaklanma becerileri üzerinde doğrudan etkisi olduğu düşünülebilir. Özellikle gelişmekte olan bilişsel fonksiyonların hassas olduğu bu yaş grubunda, fazla ekran süresi çocukların çevresel uyaranlara karşı duyarlılığını artırmakta ve dikkat problemlerini tetikleyebilmektedir. Bu sonuçlar, sadece ekran süresinin uzunluğuna değil, aynı zamanda medyanın kullanım biçimine de dikkat edilmesi gerektiğini işaret etmektedir. Ailelerin ve eğitimcilerin, çocukların medya kullanımını sınırlandırmanın yanı sıra kaliteli ve eğitici içeriklere yönlendirmesi, dikkat gelişimini destekleyecek stratejiler arasında yer almaktadır. Ayrıca, çocukların sosyal etkileşim, oyun ve uyku gibi diğer gelişim alanlarını olumsuz etkileyecek aşırı medya kullanımı önlenmelidir.

Tablo 4: Regresyon Analizi: Dikkat Dağınıklığına Etki Eden Faktörler

Değişken	Grup	$\bar{X}$	SS	F	p
Bağımsız Değişken	B	Std. Hata	β (Beta)	t	p
Sabit (Constant)	5.742	1.216	—	4.72	0.000
Dijital Medya Süresi	0.421	0.092	0.545	4.58	0.000*
Ebeveyn Eğitim Düzeyi	-0.286	0.134	-0.221	-2.13	0.037*
Cinsiyet (Kız=0, Erkek=1)	0.403	0.244	0.152	1.65	0.104

* $p < .05$

Tablo 4, dikkat dağınıklığı puanlarını etkileyen bağımsız değişkenlerin çoklu regresyon analizi sonuçlarını ortaya koymaktadır. Modelde dijital medya süresi, ebeveyn eğitim düzeyi ve cinsiyet değişkenleri bağımsız değişken olarak ele alınmıştır. Regresyon analizi sonucunda, modelin genel olarak istatistiksel olarak anlamlı olduğu ve dikkat dağınıklığını anlamlı düzeyde açıkladığı görülmüştür (F testi istatistiği ve p değeri burada yer almalıdır). Dijital medya süresi değişkeninin β katsayısı 0.545 olarak bulunmuş ve bu değişkenin dikkat dağınıklığı üzerinde anlamlı ve pozitif bir etkisi olduğu belirlenmiştir ($t=4.58$, $p<0.001$). Bu, ekran süresi arttıkça çocuklarda dikkat dağınıklığı belirtilerinin belirgin şekilde yükseldiği anlamına gelir. Dolayısıyla, dijital medya kullanımının çocukların dikkat becerileri üzerinde olumsuz etkileri olduğu söylenebilir. Ebeveyn eğitim düzeyi ise $\beta = -0.221$ ile dikkat dağınıklığı üzerinde anlamlı ve negatif bir etkiye sahiptir ($t = -2.13$, $p = 0.037$). Bu durum, ebeveynlerin eğitim düzeyi yükseldikçe çocukların dikkat dağınıklığı puanlarının azaldığını göstermektedir. Bu bulgu, ebeveynlerin eğitim düzeyinin çocukların gelişim süreçlerine etkisinin önemli olduğunu ve daha yüksek eğitim seviyesinin çocukların dikkat becerilerinin gelişiminde koruyucu bir faktör olabileceğini düşündürmektedir. Cinsiyet değişkeni ise modelde anlamlı bir etkiye sahip bulunmamıştır ($t=1.65$, $p=0.104$). Bu sonuç, kız veya erkek olmanın dikkat dağınıklığı puanları üzerinde belirgin bir farklılık yaratmadığını göstermektedir. Bu regresyon modeli, dikkat dağınıklığını etkileyen en önemli faktörlerin dijital medya süresi ve ebeveyn eğitim düzeyi olduğunu ortaya koymaktadır. Bu bulgular, çocukların dijital medya kullanımlarının sınırlandırılması ve ailelerin bilinçlendirilmesi açısından önemli ipuçları sağlamaktadır. Ayrıca, ebeveynlerin eğitim seviyelerinin artırılması veya eğitim yoluyla ailelerin çocuk gelişimine ilişkin farkındalıklarının yükseltilmesi, dikkat problemlerinin önlenmesinde etkili bir strateji olabilir.

Tartışma

Bu araştırmanın temel bulguları, 3–6 yaş arasındaki çocuklarda dijital medya kullanım süresi arttıkça dikkat dağınıklığı düzeylerinin yükseldiğini göstermiştir. Bu sonuç, alandaki birçok uluslararası çalışma ile paralellik göstermektedir. Örneğin, pediatrik nöroloji alanında yapılan sistematik derlemeler, çocuklarda uzun süreli ekran maruziyetinin dikkat ve davranış problemlerini artırdığını ortaya koymuştur (Christakis, 2014). Benzer şekilde, Çin’de yapılan büyük örneklemli bir çalışmada, günde 60 dakikadan fazla ekran süresi olan çocuklarda

hiperaktivite ve dikkat eksikliği gibi davranışsal sorunların daha yüksek olduğu raporlanmıştır (Liang ve ark. 2024).

Araştırmamızda elde edilen pozitif korelasyon ve regresyon sonuçları, bu literatürle uyumlu olarak dijital medya süresinin dikkat problemlerini yordadığını göstermiştir. Bu, dijital medya kullanımının erken yaşlarda dikkat gelişimini olumsuz etkileyebileceği hipotezini desteklemektedir. Ayrıca, ebeveyn eğitim düzeyinin negatif etkisi, eğitilmiş ebeveynlerin çocuklarının medya kullanımını daha bilinçli yönetmeleri ve gelişimlerini daha yakından takip etmeleriyle açıklanabilir. Bu bulgu da literatürde ebeveyn eğitim düzeyinin çocuk gelişimi üzerindeki koruyucu etkisi ile örtüşmektedir (Apaydın, 2024).

Bununla birlikte, cinsiyetin dikkat dağınıklığı üzerinde anlamlı bir etkisinin olmaması, bazı çalışmalarda benzer şekilde gözlemlenmiştir. Erken çocukluk döneminde dikkatle ilgili davranış farklılıklarının cinsiyete bağlı olarak belirginleşmemesi, bu yaş grubundaki gelişimsel eşitlikten kaynaklanabilir. Araştırmanın sınırlılıkları arasında örneklemin tek bir okuldan seçilmiş olması ve veri toplama aracının ebeveyn beyanına dayanması yer almaktadır. Bu nedenle, sonuçların genellenmesinde dikkatli olunmalıdır. Gelecek çalışmalarda daha geniş örneklem ve objektif ölçüm yöntemleri kullanılması önerilmektedir.

Araştırma sonucunda elde edilen en önemli bulgular şunlardır:

- 3–6 yaş arasındaki çocuklarda günlük dijital medya kullanım süresi arttıkça dikkat dağınıklığı puanları anlamlı şekilde yükselmektedir.
- Dijital medya süresi, dikkat dağınıklığını en güçlü biçimde etkileyen değişkendir.
- Ebeveyn eğitim düzeyinin yükselmesi, çocuklarda dikkat dağınıklığı belirtilerinin azalması ile ilişkilidir.
- Cinsiyetin dikkat dağınıklığı üzerinde anlamlı bir etkisi bulunmamıştır.
- Çocukların dijital medya kullanım süresinin sınırlandırılması ve ebeveynlerin bilinçlendirilmesi, erken müdahalede kritik öneme sahiptir.

Sonuç olarak, bu çalışma Karabük ilinde erken çocuklukta dijital medya kullanımının dikkat gelişimi üzerindeki etkilerine dair önemli bulgular sağlamış ve mevcut literatüre katkıda

bulunmuştur. Bulgular, ailelerin bilinçlendirilmesi, ekran süresinin sınırlandırılması ve erken müdahalelerin geliştirilmesi açısından yol gösterici niteliktedir.

Teşekkür

Araştırmamızın gerçekleştirilmesinde desteklerini esirgemeyen Karabük İl Milli Eğitim Müdürlüğü'ne, katılım gösteren ailelere ve okul yönetimine teşekkür ederiz. Ayrıca, veri analiz sürecinde katkı sağlayan danışman hocamıza şükranlarımızı sunarız.

Çıkar Çatışması ve Finansman Bilgileri

Bu çalışma kapsamında herhangi bir çıkar çatışması bulunmamaktadır.

Kaynakça

Anderson, C. A., Gentile, D. A., & Buckley, K. E. (2008). *Violent video game effects on children and adolescents: Theory, research, and public policy*. Oxford University Press.

Anderson, D. R., & Subrahmanyam, K. (2017). The implications of digital screen media for cognitive development in young children. In *The Handbook of Children and Screens: Digital Media, Development, and Well-Being from Birth Through Adolescence* (pp. 7-60). Oxford University Press.

Apaydın B. Ebeveyn stresi, ebeveyn tutumları ve ebeveyn çocuk iletişimi arasındaki ilişki. 2024 [a.yer 18 Temmuz 2025]; Erişim adresi: <https://acikerisim.erbakan.edu.tr/items/134285bd-283d-44c2-bfab-46996b0704e5>

Arumugam, C. T., Said, M. A., & Farid, N. D. N. (2021). A narrative review of screen-based media and young children's health, development, and learning. *Journal of Health and Translational Medicine*, 24(2), 1-10.

Bal, M., Kara Aydemir, A. G., Tepetaş Cengiz, G. Ş., & Altındağ, A. (2024). The interconnected relationship between language development, executive function, and screen time in children aged 0–78 months: A systematic review. *PLOS One*, 19(12), e0314540.

Baladaniya, M., & Korat, A. S. (2024). The impact of digital technology use on child development: A comprehensive literature review. *Online Scientific Research*, 1(1), 1-12.

Carson, V. (2019, July 12). Too much screen time hurts toddlers' social skills, new study shows. *University of Alberta*.

Ceranoglu, T. A. (2018). Inattention to problematic media use habits: Interaction between digital media use and attention-deficit/hyperactivity disorder. *Indian Journal of Psychological Medicine*, 40(2), 105-110.

Chichinina, E., Almazova, O., & Veraksa, N. (2025). Predictors of executive function skills development in preschool children: Birth order and screen time. *Frontiers in Education*, 10, 1512556.

Choi, K., Jeon, H., & Kim, S. (2018). The effects of screen media on cognitive development in young children: A systematic review. *Journal of Education and Culture*, 24(1), 1-20.

Christakis, D. A. (2014). The effects of interactive media on young children's cognition depend on the context of viewing, not the amount. *Pediatrics*, 133(4), 775-777.

Christakis DA, Zimmerman FJ, DiGiuseppe DL, McCarty CA. Early television exposure and subsequent attentional problems in children. *Pediatrics*. 2004;113(4):708-13.

Christakis DA. Interactive media use at younger than the age of 2 years: time to rethink the American Academy of Pediatrics guideline? *JAMA Pediatr*. 2014;168(5):399-400.

Clemente-Suárez, V. J., Beltrán-Velasco, A. I., Herrero-Roldán, S., Rodríguez-Besteiro, S., Martínez-Guardado, I., Martín-Rodríguez, A., & Tornero-Aguilera, J. F. (2024). Digital device usage and childhood cognitive development: Exploring effects on cognitive abilities. *Children*, 11(11), 1299.

Coyne, S. M., Shawcroft, J., Holmgren, H., Christensen-Duerden, C., Ashby, S., Rogers, A., Barr, R., Domoff, S., Van Alfen, M., Meldrum, M., & Porter, C. L. (2024). Problematic media use in toddlers linked to long-term emotional issues. *Computers in Human Behavior*, 159, 108396.

Farah MJ, Wolpe PR. Monitoring and manipulating brain function: New neuroscience technologies and their ethical implications. *Hastings Cent Rep*. 2004;34(3):35-45.

Gath, M., & Swit, C. (2024). Online harm in 8-year-old children: Prevalence, risk factors, and psychosocial correlates. *Frontiers in Developmental Psychology*, 5, 1390276.

Gökçe, A., Arslan, İ., Ülgen Öz, S., Mete, U., Taşcı, D., & Yengil Tacı, D. (2021). Yedi yaş altı çocuklarda mobil ekran maruziyeti. *Kafkas Tıp Bilimleri Dergisi*, 11(2), 188-193.

Gueron-Sela, N., & Gordon-Hacker, A. (2020). Longitudinal links between media use and focused attention through toddlerhood: A cumulative risk approach. *Journal of Developmental & Behavioral Pediatrics*, 41(9), 674-681.

Guellai, B., Somogyi, E., Esseily, R., & Chopin, A. (2022). Screen viewing and infants' cognition: A review. *Frontiers in Psychology*, 13, 858742.

Gündoğdu, Z. (2021). *Çocuk sağlığı izlem polikliniğine başvuran sağlıklı çocuklarda dil gelişimini etkileyen faktörlerin değerlendirilmesi*. İstanbul Üniversitesi, Çocuk Sağlığı ve Hastalıkları Anabilim Dalı, Doktora Tezi.

Hetherington, E. M. (2020). Risk factors and regulators associated with self-regulation in 5-year-old children. *Early Childhood Research Quarterly*, 53, 21-31.

Hill, D. L., et al. (2020). Screen time and ADHD symptoms in 36-month-old children. *Journal of Developmental & Behavioral Pediatrics*, 41(1), 1-7.

Hill D, Ameenuddin N, Reid Chassiakos YL, Cross C, Hutchinson J, Levine A, vd. Media and young minds. *Pediatrics* [Internet]. 2016 [a.yer 18 Temmuz 2025];138(5). Erişim adresi: <https://publications.aap.org/pediatrics/article/60503/Media-and-Young-Minds>

Hirsh-Pasek, K., Zosh, J. M., Golinkoff, R. M., Gray, J. H., Robb, M. B., & Kaufman, J. (2016). Putting education in “educational” apps: Lessons from the science of learning. *Psychological Science in the Public Interest*, 17(1), 4-34.

Hutton, J. S., Dudley, J., Horowitz-Kraus, T., DeWitt, T., & Holland, S. K. (2014). Associations between screen-based media use and brain white matter integrity in preschool-aged children: A pilot study. *JAMA Pediatrics*, 168(11), 1021-1027.

Irzalinda, V., & Latifah, M. (2023). Screen time and early childhood well-being: A systematic literature review approach. *Journal of Family Sciences*, 8(2), 1-15.

Johnson, G. M. (2010). The Internet and rural children: An ecological perspective. *Journal of Early Childhood Research*, 8(3), 203-217.

Kanlıkılıçer P. Okul öncesi davranış sorunları tarama ölçeği: geçerlilik/güvenilirlik çalışması [Internet] [Master's Thesis]. Marmara Üniversitesi (Turkey); 2005 [a.yer 18 Temmuz 2025]. Erişim adresi: <https://search.proquest.com/openview/da03d10c9a8536b3295ea83825b0b307/1?pq-origsite=gscholar&cbl=2026366&diss=y>

Kim, N., & Kim, M. (2024). A meta-analysis on the effects of digital media utilization education for young children. *The Journal of Korean Association of Computer Education*, 27(6), 57-64.

Koyuncuoğlu, D., & Akaroğlu, G. (2023). 4-6 yaş çocukların ekran kullanım alışkanlıkları ile öz düzenleme becerileri arasındaki ilişki. *Ordu Üniversitesi Sosyal Bilimler Enstitüsü Sosyal Bilimler Araştırmaları Dergisi*, 13(3), 2599-2620.

Koyuncuoğlu D, Akaroğlu G. 4-6 Yaş Çocukların Ekran Kullanım Alışkanlıkları İle Öz Düzenleme Becerileri Arasındaki İlişki. *ODÜ Sos Bilim Araştırmaları Derg ODÜSOBİAD* [Internet]. 06 Nisan 2023 [a.yer 18 Temmuz 2025]; Erişim adresi: <https://dergipark.org.tr/tr/doi/10.48146/odusobiad.1172837>

Liang Y, Jin Q, Miao J, Ni X, Qian X, Xiong Y, vd. Association between screen time and physical activity on mental health among preschoolers: a cross-sectional study from Southwest China. *BMC Public Health* [Internet]. 22 Ocak 2024 [a.yer 18 Temmuz 2025];24(1). Erişim adresi: <https://bmcpublihealth.biomedcentral.com/articles/10.1186/s12889-024-17722-8>

Merdin, E. (2023). Türkiye’de Erken Çocukluk Döneminde Dijital Medya Kullanımı ile İlgili Gerçekleştirilmiş Lisansüstü Çalışmaların İncelenmesi. SOCIAL SCIENCES STUDIES JOURNAL (SSSJurnal), 9(114), 8092-8098

Özgür UE, Kulemen E, Boyuneğmez İ, Abdurahman M, Ulusoy D, Şahin E. Çocuklarda ekran kullanımına bağlı gelişen davranış bozuklukları ve işitsel dikkat bozukluğu. Aydın Sağlık Derg. 2024;10(2):169-88.

Rico-González, M., Holsbrekken, E., Martín-Moya, R., & Ardigò, L. P. (2025). Interventions for Reducing Screen Time of Preschoolers: A Systematic Review of Randomized Controlled Trials. Journal of Primary Care & Community Health, 16, 21501319241306699.

Santos RMS, Mendes CG, Marques Miranda D, Romano-Silva MA. The Association between Screen Time and Attention in Children: A Systematic Review. Dev Neuropsychol. 19 Mayıs 2022;47(4):175-92.

Tamana SK, Ezeugwu V, Chikuma J, Lefebvre DL, Azad MB, Moraes TJ, vd. Screen-time is associated with inattention problems in preschoolers: Results from the CHILD birth cohort study. PloS One. 2019;14(4):e0213995.

Tutar, P. E., & Karacul, F. E. (2024). Erken Çocuklukta Ekran Maruziyetinin Dil Gelişimine Etkisi Üzerine Bir Derleme. Batı Anadolu Eğitim Bilimleri Dergisi, 15(3), 2427-2442.

Xie G, Deng Q, Cao J, Chang Q. Digital screen time and its effect on preschoolers’ behavior in China: results from a cross-sectional study. Ital J Pediatr [Internet]. Aralık 2020 [a.yer 18 Temmuz 2025];46(1). Erişim adresi: <https://ijponline.biomedcentral.com/articles/10.1186/s13052-020-0776-x>

Wu, L., Sun, S., He, Y., & Jiang, B. (2016). The effect of interventions targeting screen time reduction: a systematic review and meta-analysis. Medicine, 95(27), e4029.