

Year (Yıl) : 2019
 Volume (Cilt) : 6
 Issue Number (Sayı) : 2
 Doi : 10.5455/JNBS.1550487769

Received/Geliş 26.03.2019
 Accepted/Kabul 15.04.2019
 JNBS, 2019, 6(2):94-101

Hüseyin Ozan Tekin {ORCID:0000-0002-0997-3488}
 Ahmet Temizdemir {ORCID:0000-0003-4474-4315}
 Zeynep Gümüş {ORCID:0000-0003-4474-4813}
 Hüseyin Ünübol {ORCID:0000-0003-4404-6062}

EBEVEYN-ÇOCUK İNTERNET KULLANIMI, AİLE İÇİ İLETİŞİM, ÇOCUKLARIN UYKU KALİTESİ VE SOSYAL BECERİLERİ ARASINDAKİ İLİŞKİNİN İNCELENMESİ

EXAMINATION OF THE RELATIONSHIP AMONG PARENT-CHILD INTERNET USAGE, FAMILY COMMUNICATION, CHILDREN'S SLEEP QUALITY AND SOCIAL SKILLS

H. Ahmet Temizdemir¹, Zeynep Gümüş², Hüseyin Ünübol¹, H. Ozan Tekin^{2*}

Öz

Bu çalışmanın temel amacı, ebeveyn-çocuk internet kullanımı, aile iletişimi, çocukların uyku kalitesi ve sosyal becerileri arasındaki ilişkiyi incelemektir. Veriler Kahramanmaraş Reşit Gümüşer İlköğretim Okulunda eğitim gören 3. ve 4. sınıf öğrencilerinin ebeveynlerinden oluşan toplam 101 kişide, Demografik Bilgi Formu, Ebeveyn Stres İndeksi, Matson Sosyal Becerileri Değerlendirme Ölçeği, Çocuk Uyku Alışkanlıkları Ölçeği ve Aile-Çocuk İnternet Bağımlılığı Ölçeği kullanılarak elde edilmiştir. Araştırmada ebeveyn-çocuk internet kullanımı, aile iletişimi, çocukların uyku kalitesi ve sosyal becerilerinin anlamlı farklılaştığı saptanmış, uyku alışkanlıkları alt boyutları ile ebeveyn stres ve sosyal beceri alt boyutlarının ilişkili olduğu bulunmuştur. Açıklayıcı analizler doğrultusunda, ebeveyn-çocuk internet kullanımının sosyal becerilerden, kendini yönetme ve uyku alışkanlıkları alt boyutlarından parasomni ve gece uyanma alt boyutları arasındaki negatif ilişki elde edilen diğer bir bulgudur. Çalışma günümüz koşullarında teknoloji kullanımının aile yaşantısı ve sağlıklı çocuk gelişimini vurgulaması; ebeveynlerin internet kullanımı, aile işlevselliği ve çocukların sağlıklı psikososyal gelişim göstermeleri adına yapılacak müdahalelerin ve uygulamaların yapılandırılması bakımından önem taşımaktadır.

Anahtar Kelimeler: aile içi iletişim; internet kullanımı; sosyal beceri; uyku kalitesi

¹ Üsküdar Üniversitesi Sosyal Bilimler Enstitüsü,

² Üsküdar Üniversitesi Sağlık Hizmetleri Meslek Yüksek Okulu

*Sorumlu Yazar: Hüseyin Ozan Tekin, Üsküdar Üniversitesi Sağlık Hizmetleri Meslek Yüksek Okulu, e-mail: huseyinozan.tekin@uskudar.edu.tr

Abstract

The main purpose of this study, to examine the usage relationship between parent-child internet usage, family communication, sleep quality and social skills of children. The data was obtained from a total of 101 people, consisting of parents third and fourth grade students in elementary school (Reşit Gümüşer Primary School) Demographic Information Form, Parental Stress Index, Matson Social Skills Assessment Scale, Child Sleep Habits Scale and Family-Child Internet Addiction Scale were obtained. In the study, parent-child internet usage, family communication, sleep quality and social skills of the children were found to be significantly different. Explanatory analysis, a negative correlation between parental and nightly awakening sub-dimensions of parent-child internet useage from social skills self-directedness and sleep habits sub-dimensions is another finding. The use of technology today's conditions emphasizes family life and healthy child development; It is important in terms of structuring in interventions and practices for parents to use internet, family functioning and healthy psychosocial development of children.

Keywords: family communication; using internet; social skill; sleep quality

1. Giriş

Bilgisayar ve internet, sadece erişkinler için değil aynı zamanda çocuklar için de oldukça faydalı bir ortamdır. Çocukların bir eğitim, eğlence ve iletişim aracı olarak bilgisayarlardan doğru ve etkin bir şekilde faydalanması adına birçok anne baba, çağa ayak uydurma, bilgiye daha çabuk ve etkin bir şekilde ulaşmak için çocuklarına bu tür imkânları sunmak istemektedir. Bunun yanı sıra internet, genç ve çocuklar için uygun olmayan içeriği ve kullanım amacı ebeveynlerde endişe yaratmaktadır (Canberk ve Sağiroğlu, 2007; Yüksel ve Baytemir, 2010). Ebeveynlerin, çocuklarının denetimli internet kullanımı, riskleri ve güvenli kullanımı konularında yeterli teknik bilgilere sahip olmaları, çocukların çevrimiçi etkinliklerinde karşılaşabileceği riskleri önlemede ve azaltmada oldukça önemlidir (Rosen, ve ark., 2008; Orhan ve Akkoyunlu, 2004). Çocukların internet kullanırken yasal olmayan, şiddet ve cinsellik içeren sitelere erişimi, tehlikeli insanlarla iletişime geçmesi başta gelen riskler arasında yer almaktadır (Çağlar ve Savaşer, 2010; Demirel, Yörük ve Özkan, 2012). Problemlerli internet kullanımına bağlı olarak çocuklarda akademik, sosyal ve psikolojik açıdan işlev sorunları görülebilmektedir (Rosen, Cheever ve Carrier, 2008).

Uyku, okul çağı çocuklarının gelişimi için gerekli iken yetersiz uyku, çocuğun fiziksel ve ruhsal yapısını, davranışlarını, okul performansını ve aile yaşantısını etkilemektedir (Aronen ve ark., 2000; Doi ve ark., 2018). Yapılan çalışmalarda, uyku düzeninin olmadığı çocuklarda öğrenme ve davranış sorunlarının daha sık görüldüğü ve akademik başarının düştüğü öne sürülmüştür (Ordway ve ark., 2017). Aile bireylerinin yaşantısı, alışkanlıkları ve davranışları, çocukların uyku saatlerini ertelemesinde ve uyku süresinde azalmalara yol açabilmektedir (Nguyen-Louie ve ark., 2018). Konuyla ilgili araştırmalarda televizyon ve bilgisayar kullanımına bağlı olarak çocuklarda uykuya karşı direnç gösterme, uyumayı reddetme, gece uyanma, kabus görme ve anksiyete gibi durumların görülebileceği ifade edilmiştir (Kelmanson, 2018; Mindell ve Lee, 2015; McDowall ve ark., 2017; Juster ve McEwen, 2015).

Sosyal beceri kazanma sürecinde, insanların kendine özgü davranış biçimleri azalarak, çevreden kabul görme isteği doğmaktadır. Burada duygular ortaya çıkarak gelişim ve davranış oluşumunda önemli rol oynar. Saldırganlık, öfke, korku gibi duygular beynin düşünmesini ve bir konu üzerine odaklanmasını etkilemektedir (Goleman, 1998). Sosyal beceri gelişimini engelleyen faktörler arasında aile içi iletişim ve aile tutumunun yer aldığı çevresel faktörler ve okul ortamı önde gelen nedenlerdendir. Çocukların

sosyal becerilerinin gelişimine gösterilecek desteğin her gelişim dönemi için ayrıca önemi vardır ve ebeveynler çocuğun hayata dair bakış açısı edinmelerinde kritik rol oynarlar. İşlevsel ve uyumlu olmayan becerilerin gelişmesi durumunda, çocuklarda kendilerini ifade edememeye bağlı olarak davranış ve uyum sorunları görülebilmektedir (Mitrieva ve ark., 2004; Lianos, 2015; Shastri, 2015; Zimmermann, 2016).

Ebeveynlerin sergiledikleri tutumlar ve genel işlevsellikleri çocukların gelişiminde önemli olduğu bilinmektedir. Ebeveynlerin, çocukların beklentilerini ve nelere ihtiyacı olduğunu bilmelerinin özellikle çocukların psikososyal açıdan işlevselliği ile ilişkisi olduğu ifade edilmektedir. Zimmermann (2016), sağlıklı çocuk ve ergen gelişimi için önemli olan unsurun ebeveyn-çocuk ilişkisi olduğunu öne sürmektedir. Ebeveyn tutumlarının çocukların fiziksel, duygusal, dil gelişimi, sosyal ve emosyonel gelişimine ilişkin rolü olduğunu vurgulayan çalışmalar mevcuttur (Zimmerman, 2016; Neece ve ark., 2012). Ebeveynlerin çocuklarına karşı sıcaklığına ek olarak makul düzeydeki kısıtlayıcılığı ve kontrolünün çocuklar açısından olumlu sonuçları olduğu bilinmektedir. Bununla birlikte, bazı ebeveynler için, çocuklarının davranışlarının veya mizaçlarının stres faktörü olduğu görülmekte ve bu durumlarda ebeveynler için çocuklarına doğru ebeveyn tutumu sergileyebilmesi zorlaşabilmektedir (Yörükoğlu, 2004; Jones ve Ball, 2014; Zimmermann, 2016; Çağdaş ve Seçer, 2002).

Hızla gelişen teknoloji beraberinde birçok sorunu getirmekte ve bu durum yeni bir sosyal yapılanmayı gerektirmektedir. Sorunların çözümü için bilimsel verilere ihtiyaç her geçen gün artmaktadır. Konuyla ilgili yapılmış pek çok araştırma olsa da sürekli gelişen ve ilerleyen teknoloji karşısında kendini yenileyen bilimsel veriler gelişmiş bir toplum için hayati önem taşımaktadır. Çalışma hem bu ihtiyaca yanıt vermek hem de farklı parametrelerle yeni bilgiler sunduğu için önem taşımaktadır.

Bu çalışmada çocukların fiziksel ve psikososyal gelişimlerini ele almak adına incelenen uyku alışkanlıkları ve sosyal becerileri, aile internet kullanımı ve ebeveyn stresi ile değerlendirilmesi hedeflenmiştir. Elde edilen sonuçların okul çağı çocuklarının ebeveyn stresini ve internet kullanımı yaygınlığını anlamak ve kendilerine ilişkin işlevsellik değişkenleri olabilecek sosyal beceri ve uyku alışkanlıklarını değerlendirmek üzerinedir.

2. Yöntem ve Araçlar

Araştırmadaki katılımcılar Reşit Gümüşer İlkokulu'nda öğrenim gören 3. ve 4. Sınıf öğrencilerinin velilerinden

oluşmaktadır. Araştırma için izin, Kahramanmaraş İlçe Milli Eğitim Müdürlüğü ve Kaymakamlıktan alınmıştır. Araştırma merkezi olarak seçilen okulda öğrenim gören ilköğretim birinci kademe öğrencilerinin velisi olmak, 18 yaşından büyük ve 65 yaşını geçmemiş olmak, okuryazar olmak araştırmanın dahil olma kriterlerini oluşturmaktadır.

3. Veri Toplama Araçları

3.1. Sosyodemografik Veri Formu

Bu form, literatür bilgileri göz önüne alınarak araştırmacı tarafından hazırlanmıştır. Araştırmacı tarafından, katılımcılarla yüz yüze görüşülerek doldurulan form, hem veliler hem de öğrenciler hakkında yaş, cinsiyet, eğitim, meslek, gelir düzeyi, çocuk sayısı gibi sosyodemografik bilgilerini içermektedir.

3.2. Ebeveyn Stres İndeksi – Kısa Form

Annelerin deneyimlediği ebeveynlik stresini ölçmek için Abidin (1983) tarafından geliştirilen (Parenting Stress Index-Short Form - PSI/SF), Ebeveyn Stres Endeksi- Kısa Form (ESI/KF) kullanılmıştır. Ölçeğin Türkçe uyarlaması Mert ve arkadaşları (2007) tarafından yapılmıştır. Güvenirlilik; alt gruplar ve toplam stres puanı arasındaki iç tutarlılık Cronbach Alfa katsayıları 0.71, herbir alt grup ve toplam stres puanı arasındaki korelasyon katsayıları 0.81, test-tekrar test güvenirliği ise 0.89 olarak hesaplanmıştır (Mert & ark., 2007; Reitman & ar., 2002).

3.3. Matson Sosyal Becerileri Değerlendirme Ölçeği (7-12 Yaş)

Ölçek, 7-12 yaşlarındaki çocukların sahip olması gereken sosyal becerileri 69 maddeli, "her zaman yapar" (5) ile "hiç bir zaman yapmaz" (1) arasında 5'li likert tipi puanlama ile değerlendiren ters yönlü maddesi bulunmayan bir ölçek aracıdır. Ölçek öğretmenlerin çocukları değerlendirmesi şeklinde uygulanmaktadır. Ölçeğin geliştirildiği çalışmada bütünün 0,98, alt boyutlarının ise 0,70 ile 0,95 arasında içtutarlılık katsayıları gösterdiği belirtilmiştir (Akçamete ve Avcıoğlu, 2005).

3.4. Çocuk Uyku Alışkanlıkları Anketi

Owens ve arkadaşları tarafından çocukların uyku alışkanlıklarını ve uyku ile ilişkili sorunlarını araştırmaya yönelik olarak geliştirilen Çocuk Uyku Alışkanlıkları Anketi (ÇUAA) Kısaltılmış Formu toplam 33 maddeden oluşmaktadır. Ölçekte yatma zamanı direnci, uykuya dalmanın gecikmesi, uyku süresi, uyku kaygısı, gece uyanmaları, parasomniler, uykuda solunumun problemleri, gün içinde uykululuk şeklinde sıralanabilen sekiz alt ölçek bulunmaktadır. Ölçek, anne-baba tarafından doldurulmaktadır (Owens ve ark, 2000).

3.5. Aile ve Çocuk İnternet Bağımlılığı Ölçeği

Özbildirim formu olarak İnternet Bağımlılık Ölçeğinden türetilerek oluşturulan Aile-Çocuk İnternet Bağımlılık Ölçeği Young'ın da kurucusu olduğu İnternet Bağımlılık Merkezi'nin <http://www.netaddiction.com> adresinden de ulaşılabilen bir testtir. Likert tipi bir ölçek olan Aile-Çocuk İnternet Bağımlılık Ölçeği'nde, katılımcıdan "Uygun Değil", "Nadiren", "Arada Sırada", "Çoğunlukla", "Çok Sık" ve "Devamlı" seçeneklerinden birini işaretlemesi istenmektedir. Bu seçeneklere sırasıyla 0,1,2,3,4 ve 5 puan verilmektedir. Seksen ve üzeri puan alındığında "İnternet bağımlısı" olarak tanımlanmakta; 50-79 puan arası alındığında "Sınırlı Semptom gösterenler" ve 49

puan ve altı alındığında "Semptom Göstermeyenler" olarak tanımlanmıştır (Balcı & Gülnar 2009).

3.6. Verilerin Analizi

Araştırmada katılımcıların verileri, SPSS 24 üzerinde girişleri yapılarak, araştırma değişkenleri arasındaki ilişkiyi incelemek amacıyla istatistiksel veri analiz yöntemleri kullanılmıştır. Veri analiz yöntemleri olarak kişisel değişkenleri incelemek için betimleyici istatistiksel yöntemler, araştırma değişkenleri ve kişisel değişkenler arasındaki ilişkiyi incelemek için parametrik olan istatistiksel yöntemler olarak varyans analizi, bağımsız örneklem t testi; parametrik olmayan ölçümler olarak ise Mann Whitney U ve Kruskal Wallis Homojenlik Testi kullanılmıştır. Araştırma değişkenleri arasındaki ilişkiyi incelemek için korelasyon analizi uygulanmıştır. Aralarında korelasyon olduğu tespit edilen araştırma değişkenleri arasında açıklayıcı rol olup olmadığını incelemek amacıyla regresyon analizi uygulanmıştır.

Tablo 1. Katılımcıların Demografik ve Klinik Değişkenlerinin Betimleyici İstatistikleri

Demografik Değişkenler (N=101)	N	%
Çocuk Cinsiyet		
Kız	43	42,6
Erkek	58	57,4
Toplam	101	100,0
Çocuk Yaş		
6	15	14,9
7	41	40,6
8	30	29,7
9	6	5,9
10	9	8,9
Toplam	101	100,0
Anne Baba Birliktelik Durumu		
Beraber	95	94,1
Ayrı	6	5,9
Toplam	101	100,0
Anne Eğitim		
İlköğretim	40	39,6
lise	37	36,6
üniversite	24	23,8
Toplam	101	100,0
Baba Eğitim		
ilköğretim	21	20,8
lise	34	33,7
üniversite	46	45,5
Toplam	101	100,0
Öğrencinin Herhangi bir Rahatsızlığı var mı?		
Evet	12	11,9
Hayır	89	88,1
Toplam	101	100,0
Kardeş Sayısı		
1	56	55,4
2	30	29,7
3 ve üzeri	15	14,9
Toplam	101	100,0

4. Bulgular

Araştırmada, katılımcıların Sosyodemografik Bilgi Formuna vermiş oldukları yanıtlardan oluşan değişken ve gruplarına ilişkin betimleyici istatistikler Tablo 1'de verilmiştir.

Tablo 2. Anne Eğitim Düzeyi Değişkeni Bakımından Ebeveyn Stresi Puanlarının Karşılaştırılması

ESİ Alt Boyutları	Anne Eğitim	N	Ort.	Ss	Z	Sd	p
Ebeveyn stresi	ilköğretim	40	24,50	9,285	3,969	2	,022
	lise	37	23,16	8,180			
	üniversite	24	29,42	8,433			
	Toplam	101	25,18	8,948			

Zor çocuk ($Z=3,516$; $p<0,05$) ve ebeveyn-çocuk ilişkisinde bozulma ($Z=3,788$; $p<0,05$) alt boyutlarının baba eğitim düzeyine göre farklılaştığı, ortalama farkının ebeveyn-çocuk ilişkisinde bozulma alt boyutu için ilköğretim mezunu babalarda; zor çocuk alt boyutu için üniversite mezunu babalarda puan ortalamalarının daha yüksek olduğu saptanmıştır.

Tablo 3. Baba Eğitim Düzeyi Değişkeni Bakımından Ebeveyn Stresi Puanlarının Karşılaştırılması

ESİ Alt Boyutları	Baba Eğitim	N	Ort.	Ss	Z	sd	p
Ebeveyn çocuk ilişkisinde bozulma	ilköğretim	21	20,48	8,376	3,788	2	,026
	lise	34	15,85	6,684			
	üniversite	46	18,83	5,131			
	Toplam	101	18,17	6,615			
Zor çocuk	ilköğretim	21	24,14	11,069	3,516	2	,034
	lise	34	20,71	8,580			
	üniversite	46	25,96	7,706			
	Toplam	101	23,81	8,996			

Ebeveyn stresi alt boyutunun, anne eğitim düzeyine göre farklılaştığı, ortalama farkının en çok üniversite mezunu annelerden kaynaklı olduğu ($Z=3,969$; $p<0,05$). (Tablo 3.); ebeveyn stresi alt boyutunun öğrencide fiziksel rahatsızlık değişkenine göre anlamlı farklılık gösterdiği ve rahatsızlığı bulunan öğrencilerin ebeveynlerinde zor çocuk alt boyutu puan ortalamaları daha yüksek bulunmuştur ($U:493,500$; $p<0,05$) (Tablo 4.).

Tablo 4. Öğrencide Fiziksel Rahatsızlık Değişkeni Bakımından Ebeveyn Stresi Puanlarının Karşılaştırılması

ESİ Alt Boyutları	Öğrencide rahatsızlık ameliyat	N	Sıra Ort.	Sıra Topl.	U	p
Ebeveyn stresi	Evet	12	67,83	814,00	332,000	,034
	Hayır	89	48,73	4337,00		
	Toplam	101				

Cinsiyet değişkeni bakımından aile-çocuk internet bağımlılığı skorlarının anlamlı düzeyde farklılaştığı saptanmıştır ($t=2,176$; $p<0,05$). Bu doğrultuda, kız öğrencilerinin ailelerinin internet bağımlılığı skorlarının erkek öğrencilerin ebeveynlerine kıyasla daha yüksektir.

Tablo 5. Çocuk Cinsiyeti Değişkeni Bakımından Aile-Çocuk İnternet Bağımlılığı Puanlarının Karşılaştırılması

	Çocuk cinsiyet	N	Ort.	Ss	t	p
Aile-Çocuk İnternet Bağımlılığı	Kız	43	15,02	12,762	2,176	,032
	Erkek	58	9,88	10,937		

Anne eğitim düzeyi ortalama farkının ilköğretim mezunu annelerde en yüksek olduğu Tablo 6'da verilmiştir. [$F(2/98)=3,578$; $p<0,05$]. Baba eğitim düzeyi ortalama farkının ise lise mezunu babalarda en düşük olduğu saptanmıştır. [$F(2/98)=3,534$; $p<0,05$] (Tablo 7).

Tablo 6. Anne Eğitim Düzeyi Değişkeni Bakımından Aile-Çocuk İnternet Bağımlılığı Puanlarının Karşılaştırılması

Anne Eğitim	N	Ort.	Ss	F	sd	p
ilköğretim	40	13,98	12,363	3,578	2/98	,032
lise	37	8,03	7,426			
üniversite	24	15,13	15,312			
Toplam	101	12,07	11,963			

Tablo 7. Baba Eğitim Düzeyi Değişkeni Bakımından Aile-Çocuk İnternet Bağımlılığı Puanlarının Karşılaştırılması

Baba Eğitim	N	Ort.	Ss	F	sd	p
ilköğretim	21	14,29	12,799	3,534	2/98	,033
lise	34	7,74	7,420			
üniversite	46	14,26	13,549			
Toplam	101	12,07	11,963			

Lise mezunu annelerin çocuklarında uyku kaygısı alt boyutu puan ortalamalarının ilk öğretim ve üniversite düzeyindekilere göre daha yüksek olduğu saptanmıştır [$F(2/98)=3,220$; $p<0,05$].

Tablo 8. Anne Eğitim Düzeyi Değişkeni Bakımından Uyku Alışkanlıkları Alt Boyutları Puanlarının Karşılaştırılması

Uyku Alışkanlıkları	Anne Eğitim	N	Ort.	Ss	F	sd	P
Uyku kaygısı	ilköğretim	40	5,48	2,207	3,220	2/98	,044
	lise	37	6,78	2,540			
	üniversite	24	5,79	2,146			
	Toplam	101	6,03	2,373			

Tablo 9. Baba Eğitim Düzeyi Değişkeni Bakımından Uyku Alışkanlıkları Alt Boyutları Puanlarının Karşılaştırılması

Uyku Alışkanlıkları	Baba Eğitim	N	Ort.	Ss	F	sd	P
Parasomniler	ilköğretim	21	9,05	2,674	4,061	2/98	,020
	lise	34	8,26	2,526			
	üniversite	46	7,30	2,220			
	Toplam	101	7,99	2,496			

Parasomniler alt boyutunun baba eğitim düzeyi bakımından anlamlı düzeyde farklılık gösterdiği [$F(2/98)=4,061$; $p<0,05$] ve uykuda solunumun bozulması [$F(2/98)=3,610$; $p<0,05$] baba eğitimi değişkenine göre anlamlı düzeyde farklılaştığı ayrıca ilköğretim mezunu babaların çocuklarında parasomni ve uykuda solunumun bozulması alt boyutları puan ortalamaları daha yüksek olduğu bulunmuştur.

Tablo 10. Gelir Düzeyi Değişkeni Bakımından Uyku Alışkanlıkları Alt Boyutları Puanlarının Karşılaştırılması

Uyku Alışkanlıkları	Gelir düzeyi	N	Sıra Ort.	Z	sd	p
Uykuya dalmanın gecikmesi	Düşük	7	60,21			
	Orta	89	48,85	14,591	2	,001
	Yüksek	5	76,40			
	Toplam	101				
Uyku süresi	Düşük	7	61,29			
	Orta	89	48,50	9,008	2	,011
	Yüksek	5	81,10			
	Toplam	101				
Gece uyanmaları	Düşük	7	75,21			
	Orta	89	50,02	7,863	2	,020
	Yüksek	5	34,50			
	Toplam	101				
Parasomniler	Düşük	7	83,07			
	Orta	89	48,79	9,677	2	,008
	Yüksek	5	45,50			
	Toplam	101				

Gelir düzeyine göre çocuk uyku alışkanlıklarının farklılaşma düzeyleri incelendiğinde uykuya dalmanın gecikmesi ($Z=14,591$; $p<0,05$), uyku süresi ($Z=9,008$; $p<0,05$), gece uyanmaları ($Z=7,863$; $p<0,05$) ve parasomniler ($Z=9,677$; $p<0,05$) alt boyutu puan ortalamalarının anlamlı düzeyde farklılaştığı saptanmıştır. Yüksek gelir seviyesindeki ailelerin çocuklarında uykuya dalmanın gecikmesi ve uyku süresi alt boyutları puan ortalamaları; gece uyanmaları ve parasomniler alt boyutlarının ise düşük gelir seviyesindeki ailelerin çocuklarında daha yüksek olduğu elde edilen bulgular arasındadır.

Yönerge verme becerileri ($t=-2,551$; $p<0,05$) ve bilişsel beceriler ($t=-3,378$; $p<0,05$) alt boyutlarının cinsiyete göre anlamlı düzeyde farklılaşmakta ve yönerge verme ve bilişsel beceriler erkek öğrencilerde anlamlı düzeyde daha yüksektir.

Tablo 11. Çocuk Cinsiyeti Değişkeni Bakımından Sosyal Beceri Alt Boyutları Puanlarının Karşılaştırılması

Matson Sosyal Beceriler	Çocuk cinsiyet	N	Ort.	Ss	t	p
Yönerge Verme Becerileri	Kız	43	13,09	5,446	-2,551	,012
	Erkek	58	15,41	3,695		
Bilişsel Beceriler	Kız	43	17,49	7,713	-3,378	,001
	Erkek	58	22,17	6,213		

Tablo 12. Anne Eğitim Düzeyi Değişkeni Bakımından Sosyal Beceri Alt Boyutları Puanlarının Karşılaştırılması

Matson Sosyal Beceriler	Anne Eğitim	N	Ort.	Ss	F	sd	p
Temel Sosyal Beceriler	ilköğretim	40	42,35	10,558			
	lise	37	46,76	7,939			
	üniversite	24	49,00	5,846	4,959	2/98	,009
	Toplam	101	45,54	9,028			
Temel Konuşma Becerileri	ilköğretim	40	12,13	4,719			
	lise	37	14,30	3,635	4,145	2/98	,019
	üniversite	24	14,83	3,773			
	Toplam	101	13,56	4,258			
İleri Konuşma Becerileri	ilköğretim	40	15,00	4,788			
	lise	37	17,70	3,026	3,546	2/98	,033
	üniversite	24	18,08	8,134			
	Toplam	101	16,72	5,426			
İlişkiyi Sürdürme Becerileri	ilköğretim	40	20,80	6,260			
	lise	37	23,76	3,767	3,391	2/98	,038
	üniversite	24	21,21	5,357			
	Toplam	101	21,98	5,372			
Duygusal Beceriler	ilköğretim	40	18,25	5,396			
	lise	37	21,57	5,605	3,929	2/98	,023
	üniversite	24	20,50	4,520			
	Toplam	101	20,00	5,437			
Kendini Kontrol Etme Becerileri	ilköğretim	40	19,05	6,068			
	lise	37	22,08	5,341	3,355	2/98	,039
	üniversite	24	19,46	4,222			
	Toplam	101	20,26	5,540			
Saldırgan Davranışla Başa Çıkma Becerileri	ilköğretim	40	11,95	4,344			
	lise	37	14,16	2,693	4,414	2/98	,015
	üniversite	24	12,29	2,579			
	Toplam	101	12,84	3,540			

Temel sosyal beceriler [$F(2/98)=4,959$; $p<0,05$], temel konuşma becerileri [$F(2/98)=4,145$; $p<0,05$], ileri konuşma becerileri [$F(2/98)=3,546$; $p<0,05$], ilişkiyi sürdürme becerileri [$F(2/98)=3,391$; $p<0,05$], duygusal beceriler [$F(2/98)=3,929$; $p<0,05$], kendini kontrol etme becerileri [$F(2/98)=3,355$; $p<0,05$] ve saldırgan davranışlarla başa çıkma becerileri [$F(2/98)=4,414$; $p<0,05$] alt boyutları puan ortalamalarının anne eğitim düzeyine göre anlamlı bir biçimde farklılaştığı saptanmıştır. Üniversite ve lise mezunu annelerin çocuklarında ilgili sosyal beceri alt boyut puan ortalamalarının anlamlı düzeyde daha yüksek olduğu görülmektedir. Bununla birlikte, ileri konuşma becerileri [$F(2/98)=3,528$; $p<0,05$] ve duygusal beceriler [$F(2/98)=4,330$; $p<0,05$] alt boyutlarının baba eğitim düzeyine göre anlamlı farklılaştığı saptanmış, üniversite ve lise mezunu babaların çocuklarında ilgili sosyal beceri alt boyut puan ortalamaları anlamlı düzeyde daha yüksek bulunmuştur.

Tablo 13. Baba Eğitim Düzeyi Değişkeni Bakımından Sosyal Beceri Alt Boyutları Puanlarının Karşılaştırılması

Matson Sosyal Beceriler	Baba Eğitim	N	Ort.	Ss	F	sd	p
İleri Konuşma Becerileri	ilköğretim	21	14,67	3,651			
	lise	34	16,06	4,658	3,528	2/98	,033
	üniversite	46	18,15	6,261			
	Toplam	101	16,72	5,426			
	Toplam	101	21,98	5,372			
Duygusal Beceriler	ilköğretim	21	17,00	4,111			
	lise	34	20,94	6,660	4,330	2/98	,016
	üniversite	46	20,67	4,507			
	Toplam	101	20,00	5,437			
	Toplam	101	21,98	5,372			

Temel sosyal beceriler ($U=337,500$; $p<0,05$) ve temel konuşma becerileri ($U=333,000$; $p<0,05$) alt boyutlarının öğrencide fiziksel rahatsızlık değişkenine göre daha yüksek bulunmuştur.

Tablo 14. Tablo 14. Öğrencide Fiziksel Rahatsızlık Değişkeni Bakımından Sosyal Beceri Alt Boyutları Puanlarının Karşılaştırılması

Matson Sosyal Beceriler	Öğrencide rahatsızlık ameliyat	N	Sıra Ort.	Sıra Topl.	U	p
Temel Sosyal Beceriler	Evet	12	48,79	4342,50		
	Hayır	89	67,38	808,50	337,500	,039
	Toplam	101				
Temel Konuşma Becerileri	Evet	12	48,74	4338,00		
	Hayır	89	67,75	813,00	333,000	,034
	Toplam	101				

Yatma zamanı direnci alt boyutu ile uyku süresi ($r=,215$; $p<0,05$), uyku kaygısı ($r=,819$; $p<0,01$), gece uyanmaları ($r=,338$; $p<0,01$), parasomniler ($r=,294$; $p<0,01$), uykuda solunumun bozulması ($r=,260$; $p<0,01$), gün içinde uykululuk ($r=,276$; $p<0,01$), ebeveyn stresi ($r=,233$; $p<0,05$), ebeveyn-çocuk ilişkisinde bozulma ($r=,298$; $p<0,01$), zor çocuk ($r=,412$; $p<0,01$) ve temel konuşma becerileri ($r=,207$; $p<0,05$) alt boyutları pozitif yönlü ve anlamlı ilişkili bulunmuştur. Uykuya dalmanın gecikmesi alt boyutu ile uyku süresi ($r=,427$; $p<0,01$), parasomniler ($r=,235$; $p<0,05$) ve temel konuşma becerileri ($r=,218$; $p<0,05$) alt boyutları pozitif yönlü ve anlamlı ilişkili bulunmuştur. Gece uyanmaları alt boyutu ile parasomniler ($r=,651$; $p<0,01$), uykuda solunumun bozulması ($r=,515$; $p<0,01$), gün içinde uykululuk ($r=,388$; $p<0,01$), ebeveyn stresi ($r=,249$; $p<0,05$), ve aile çocuk internet bağımlılığı ($r=,382$; $p<0,01$) alt

boyutları pozitif yönlü ve anlamlı ilişkili bulunmuştur. Parasomniler alt boyutu ile uykuda solunumun bozulması ($r=,684$; $p<0,01$), gün içinde uykululuk ($r=,470$; $p<0,01$), ebeveyn stresi ($r=,303$; $p<0,01$), ebeveyn-çocuk ilişkisinde bozulma ($r=,216$; $p<0,01$) ve zor çocuk ($r=,200$; $p<0,01$) alt boyutları pozitif yönlü ve anlamlı ilişkili bulunmuştur.

5. Tartışma ve Sonuç

Araştırma değişkenleri olarak, ebeveyn-çocuk internet kullanımı, çocuk uyku alışkanlıkları, çocukların sosyal becerileri ve ebeveyn stresi incelenmiştir. Her araştırma değişkeninin demografik değişkenler bakımından farklılaşma düzeyleri incelenmiştir. Elde edilen sonuçlar doğrultusunda, aile iletişimini ele alan değişken olan ebeveyn stresi incelendiğinde, üniversite mezunu annelerin ebeveyn stresi daha yüksektir. Annelerin çalışma durumuna ilişkin değerlendirme yapılmamasından ötürü üniversite mezunu annelerin aynı zamanda çalışıyor olmaları ihtimalinden kaynaklı olarak aile ortamı dışında farklı bir stres faktörüne maruz kalabilecekleri düşünülmektedir. İlköğretim mezunu babaların ebeveyn-çocuk ilişkisinde bozulma ve zor çocuk alt boyut puan ortalamaları ayrıca fiziksel rahatsızlığı olan öğrencilerin ebeveynlerinin ebeveyn stres puanı daha yüksektir.

Li ve meslektaşları (2010) yapmış oldukları çalışmada, çocukların uyku alışkanlıkları ve ilgili faktörleri incelemiş ve 5-11 yaş çocuklarının ebeveynleri ile çalışmışlardır. Demografik değişkenler bakımından değişkenlerin benzer dağılım gösterdiği çalışmada, uyku alışkanlıkları ve ilişkili olabilecek risk faktörleri üzerinde durulmuştur. Ebeveyn-çocuk internet kullanımına ilişkin bulgular incelendiğinde, kız çocukları için anket dolduran ebeveynlerin ve üniversite mezunu ebeveynlerin bildirdiği internet bağımlılığı daha yüksektir. İnternet kullanımına ilişkin bulguların, çocukların bulunduğu aile ortamı içerisindeki davranışları kazanması bakımından sosyal öğrenme kuramı çerçevesinde değerlendirilebilecek davranışın internet kullanımı olabileceği düşünülmektedir. Çocukların ebeveyni model olarak öğrenmesi neticesinde ebeveyn-çocuk internet kullanımı benzerlik gösterebilmektedir (Bandura,1977; Bandura, 1982).

Günümüzde teknolojik gelişmelerin sonucu olarak internet kullanımının giderek yaygınlaşması sebebiyle kullanımın ve/veya bağımlılığın kaçınılmaz olabileceği düşünülmektedir. Bu doğrultuda, ebeveyn-çocuk internet kullanımı diğer değişkenler ve sosyodemografik değişkenlerle birlikte ele alınarak ne düzeyde farklı olduğu ele alınmıştır. Özellikle çocukların uyku alışkanlıkları ile bilgisayar ve internet kullanımının arasında anlamlı bir ilişki olduğunu vurgulayan çalışmalar mevcuttur (Royant-Parola ve ark., 2017; Stea ve ark., 2014; Ward ve ark., 2007).

Çocukların uyku kaygısı puanı lise mezunu annelerin bildirdikleri doğrultusunda daha yüksektir. Parasomni ve uykuda solunumun bozulması ilköğretim mezunu babaları olan öğrencilerde daha yüksektir. Düşük gelir seviyesindeki ailelerde çocukların uykuya dalma süresi ve yüksek gelir seviyesi bildiren ailelerdeki çocuklarda uyku süresi daha yüksektir. Ward ve meslektaşları (2007) uyku bozuklukları ve düşük uyku kalitesi çocuklarda oldukça yaygın bir sorun olduğunu ve ebeveynlerin tutumunun

bu anlamda önemli olduğunu öne sürmüşlerdir. Aile ortamının çocuğa sağladığı koşullar, çocuğun psikososyal gelişiminin işlevsel olup olmaması durumu, uyku kalitesiyle kendisini gösterebilmektedir. Bununla birlikte, çocukların okul ortamında yaşadıkları ve maruz kaldıkları stresin uyku kalitesine yansımaları durumunun söz konusu olabileceği öne sürdükleri çalışmada ilk etapta hem çocuk hem de aile bireylerinin sürece dâhil edilmesinin önemi vurgulanmıştır.

Yönerge verme becerileri ve bilişsel beceriler erkek öğrencilerde, temel sosyal beceriler, temel konuşma becerileri, ileri konuşma becerileri üniversite mezunu annelerin çocuklarında, ilişkiyi sürdürme becerileri, duygusal beceriler, kendini kontrol etme becerileri ve saldırgan davranışla başa çıkma becerileri lise mezunu annelerin çocuklarında daha yüksek bulunmuştur. Gece uyanmaları alt boyutu ile parasomniler, uykuda solunumun bozulması gün içinde uykululuk, ebeveyn stresi ve aile çocuk internet bağımlılığı alt boyutları pozitif yönlü ve anlamlı ilişkili bulunmuştur. Çocukların uyku kalitesinin yönetimine ilişkin Bilişsel Davranışçı Model'in etkililiğini savunan çalışmada Joseph ve meslektaşları (2015), uyku problemine ilişkin faktörler arasında akademik beklentiler, uyku saati rutini, internet kullanımı ve elektronik cihazlara erişim gibi unsurların yer aldığını ifade etmişlerdir. Bu bağlamda uyku problemleri çocuğun maruz kaldığı çevresel koşullara göre şekil alabilmektedir. Bunlardan bir tanesi olan Aile-çocuk internet bağımlılığı puanları, aynı zamanda, ebeveyn stresi ebeveyn-çocuk ilişkisinde bozulma ve zor çocuk alt boyutlarıyla pozitif yönlü ve anlamlı ilişkili bulunmuştur.

Açıklayıcı ilişkiler ele alındığında ise, davranış ve bağımlılık bozukluklarında ele alından özdenetim kuramı ile ilişkili bir bulgunun elde edildiği görülmektedir. Analizler sonucunda, kendini kontrol etme becerileri ebeveyn çocuk internet bağımlılığını açıklayan çocuk sosyal beceri alt boyutudur. Çocukların kendi denetimlerini sağlayabilme ya da sağlayamama hususunda internet ve/veya bilgisayar kullanımını bir başa çıkma yöntemi olarak görebileceği düşünülmektedir (Vernon, 2018; Yiğit, 2007). Uyku alışkanlıklarına ilişkin uyumsuzluğu belirten; gece uyanmaları, parasomniler, uykuda solunumun bozulması ve ebeveyn stresi, ebeveyn-çocuk internet bağımlılığı puanlarını açıklayan değişkenlerdir. Elde edilen sonuçların, olumsuz çevresel koşullara zemin hazırlaması bakımından problemli internet kullanımı ve uyku problemleri ile ilişkilendirilebilecek ölçüde önemli olduğu ifade edilebilir. Öğrencilerin akademik başarılarının değerlendirilmesinin, internet kullanımı ve uyku alışkanlıklarının ele alınması bakımından önemli sonuçlar sağlayabileceği düşünülmektedir (Neverkovich ve ark, 2018).

Li ve meslektaşları (2010) Çin'de yapmış oldukları çalışmada, çocukların uyku süresini kısaltan faktörler arasında televizyon ve sosyal medya kullanımı gibi faaliyetlerin söz konusu olduğunu öne sürmüşlerdir. Ayrıca, ev ödevlerinin haftaiçi çok fazla olmasının uyku süresi ile ilişkilendirilebilecek bir risk faktörü olduğunu ifade etmişlerdir. Belirtilen çalışmada olduğu gibi, ülkemizde öğrencilerle yürütülecek çalışmalarda söz konusu değişkenlerin dâhil edilmesinin önemli katkıları olabileceği düşünülmektedir.

Onam bilgisi : Onam formu gerekli değildir.

Etik kurul onayı: Etik kurul onayı sunulmuştur.

Çıkar çatışması : Çıkar çatışması bulunmamaktadır.

Finansal destek: Finansal destek bulunmamaktadır.

Referanslar

- Akçamete, G., Avcıoğlu, H. (2005). Sosyal becerileri değerlendirme ölçeğinin (7-12 yaş) geçerlik ve güvenilirlik çalışması. Abant İzzet Baysal Üniversitesi Eğitim Fakültesi Dergisi, 5(2), 63-77.
- Aronen, H. J., Gazit, I. E., Louis, D. N., Buchbinder, B. R., Pardo, F. S., Weisskoff, R. M., Hochberg, F.H. (1994). Cerebral blood volume maps of gliomas: comparison with tumor grade and histologic findings. Radiology, 191(1), 41-51. doi: 10.1148/radiology.191.1.8134596
- Balcı, Ş., Gülnar, B. (2009). Üniversite öğrencileri arasında internet bağımlılığı ve internet bağımlılığının profili. Selçuk Üniversitesi İletişim Fakültesi Akademik Dergisi, 6, 5-22.
- Bandura, A. (1977). Social learning theory. In B. B. Wolman & L. R. Pomroy (Eds.), International encyclopedia of psychiatry, psychology, psychoanalysis, and neurology (Vol. 10). New York: Van Nostrand Reinhold.
- Bandura, A. (1982). Self-efficacy mechanism in human agency. American Psychologist, 37, 122-147.
- Becker, S. P., et al. (2017). Intraindividual variability of sleep/wake patterns in relation to child and adolescent functioning: A systematic review. Sleep Medicine Reviews, 34, 94-121. doi: 10.1016/j.smrv.2016.07.004
- Bronfenbrenner, U. (1979). The ecology of human development: Experiments by nature and design. Cambridge, MA: Harvard University Press.
- Canbek, G., Sağıroğlu, Ş., 2007. Çocukların ve Gençlerin Bilgisayar ve İnternet Güvenliği. Politeknik Dergisi, 10(1). 33-39.
- Carrier, L. M., Cheever, N. A., Rosen, L. D., Benitez, S., & Chang, J. (2009). Multitasking across generations: Multitasking choices and difficulty ratings in three generations of Americans. Computers in Human Behavior, 25(2), 483-489. doi: 10.1016/j.chb.2008.10.012
- Çağdaş, A., Seçer, Z. Ş. (2005). Anne-baba eğitimi. Konya: Eğitim Kitabevi.
- Çağlar, S., Savaşer S. (2010). İnternet ve Çocuk Pornografisi, Uluslararası İnsan Bilimleri dergisi 7(1), 1001-1008.
- Demirel, M., Yörük, M., Özkan, O. (2012). Çocuklar İçin Güvenli İnternet: Güvenli İnternet Hizmeti ve Ebeveyn Görüşleri Üzerine Bir Araştırma-Safe Internet For Children: A Study on Safe Internet Service and Parental Views. Mehmet Akif Ersoy Üniversitesi Sosyal Bilimler Enstitüsü Dergisi, 4(7), 54-68.
- Doi, S., et al. (2018). Association of sleep habits with behavior problems and resilience of 6- to 7-year-old children: results from the A-CHILD study. Sleep Medicine, 45, 62-68 doi: 10.1016/j.sleep.2017.12.015
- Goleman, D. (1995). Emotional intelligence: Why it can matter more than IQ. New-York: Bantam Books.
- Hosokawa, R., Katsura, T. (2017). Marital relationship, parenting practices, and social skills development in preschool children. Child and Adolescent Psychiatry and Mental Health, 11(1) doi: 10.1186/s13034-016-0139-y
- Jayarajan, D. and P. Jacob (2018). Psychosocial interventions among children and adolescents. Indian Journal of Psychiatry, 60(8): S546-S552. doi: 10.4103/psychiatry.indianjpsychiatry_22_18
- Ji, M., et al. (2018). The relationship between obesity, sleep and physical activity in Chinese preschool children. International Journal of Environmental Research and Public Health, 15(3). doi: 10.3390/ijerph15030527
- Jones, C. H. D., & Ball, H. (2014). Exploring Socioeconomic Differences in Bedtime Behaviours and Sleep Duration in English Preschool Children. Infant and Child Development, 23(5), 518-531. doi: 10.1002/icd.184
- Joseph, A. A., et al. (2015). Management of sleep problems. A Practical Approach to Cognitive Behaviour Therapy for Adolescents: 131-148.
- Juster, R. P. and B. S. McEwen (2015). Sleep and chronic stress: New directions for allostatic load research. Sleep Medicine, 16(1): 7-8. doi: 10.1016/j.sleep.2014.07.029
- Kelmanson, I. A. (2018). Sleep disturbances and their associations with emotional/behavioural problems in 5-year-old boys with autism spectrum disorders. Early Child Development and Care, 1-16. doi: 10.1080/03004430.2018.1464622
- Li, S., et al. (2010). Risk factors associated with short sleep duration among Chinese school-aged children. Sleep Medicine, 11(9): 907-916. doi: 10.1016/j.sleep.2010.03.018

Lianos, P. G. (2015). Parenting and social competence in school: The role of preadolescents' personality traits. *Journal of Adolescence*, 41, 109-120. doi: /10.1016/j.adolescence.2015.03.006

McDowall, P. S., et al. (2017). Relationship between parent knowledge of child sleep, and child sleep practices and problems: A pilot study in a children's hospital cohort. *Journal of Paediatrics and Child Health*, 53(8): 788-793. doi: 10.1111/jpc.13542

Mindell, J. A. and C., Lee (2015). Sleep, mood, and development in infants. *Infant Behavior and Development*, 41, 102-107. doi: 10.1016/j.infbeh.2015.08.004

Mitrieva et al. (2004). Family Relationships and Adolescent Psychosocial Outcomes: Converging Findings From Eastern and Western Cultures. *Journal of Research on Adolescence* (Wiley-Blackwell), 14(4): 425-447. doi: 10.1111/j.1532-7795.2004.00081.x

Neece, C. L., Green, S. A., & Baker, B. L. (2012). Parenting Stress and Child Behavior Problems: A Transactional Relationship Across Time. *American Journal on Intellectual and Developmental Disabilities*, 117(1), 48-66. doi: 10.1352/1944-7558-117.1.48

Nguyen-Louie, T. T., et al. (2018). Effects of sleep on substance use in adolescents: a longitudinal perspective. *Addiction Biology*, 23(2): 750-760. doi: 10.1111/adb.12519

Ordway, M. R., et al. (2017). Sleep, biological stress, and health among toddlers living in socioeconomically disadvantaged homes: A research protocol. *Research in Nursing and Health*, 40(6), 489-500. doi: 10.1002/nur.21832

Orhan, F., & Akkoyunlu, B. (2004). İlköğretim öğrencilerinin internet kullanımları üzerine bir çalışma. *Hacettepe Üniversitesi Eğitim Fakültesi Dergisi*, 26(26).

Owens, J. A., Fernando, S., & Mc Guinn, M. (2005). Sleep Disturbance and Injury Risk in Young Children. *Behavioral Sleep Medicine*, 3(1), 18-31. doi:10.1207/s15402010bsm0301_4

Özmen, S. K., & Özmen, A. (2012). Anne baba stres ölçeğinin geliştirilmesi. *Milli Eğitim Dergisi*, 42(196), 20-35.

Reitman, D., Currier, R. O., & Stickle, T. R. (2002). A critical evaluation of the Parenting Stress Index-Short Form (PSI-SF) in a head start population. *Journal of Clinical Child and Adolescent Psychology*, 31(3), 384-392. doi: 10.1207/S15374424JCCP3103_10

Royant-Parola, S., et al. (2017). The use of social media modifies teenagers' sleep-related behavior. *Encephale*, 44(4), 321-328. doi: 10.1016/j.encep.2017.03.009

Shastri, P. C. (2015). Child: A learning model and a bi-directional phenomenon. *Mens Sana Monographs*, 13(1), 31-46. doi: 10.4103/0973-1229.153293

Stea, T. H., et al. (2014). Association between short time in bed, health-risk behaviors and poor academic achievement among Norwegian adolescents. *Sleep Medicine* 15(6), 666-671. doi: 10.1016/j.sleep.2014.01.019

Vernon, L., et al. (2018). Mobile Phones in the Bedroom: Trajectories of Sleep Habits and Subsequent Adolescent Psychosocial Development. *Child Development* 89(1), 66-77. doi: 10.1111/cdev.12836

Ward, T. M., et al. (2007). Caring for Children With Sleep Problems. *Journal of Pediatric Nursing*, 22(4), 283-296. doi: 10.1016/j.pedn.2007.02.006

Yiğit, T., Sığla, M., Aksungur, N., Erbağ, S., Palaz Ü. (2007). Çocuklar İçin İnternet Güvenliği: Bir Ebeveyn Kontrol Aracı. *Akademik Bilişim'07*, IX. Akademik Bilişim Konferansı Bildirileri. Kütahya: Dumlupınar Üniversitesi. 45-49.

Yörükoğlu, A. (2004). Gençlik Çağı Ruh Sağlığı ve Ruhsal Sorunlar. İstanbul: Özgür Yayınları.

Yüksel, G., Baytemir, K. (2010). İlköğretim öğrencilerinin internet kullanım amaçları ile algıladıkları sosyal destek düzeylerinin incelenmesi. *Türk Eğitim Bilimleri dergisi*, 8(1), 1-20.

Zimmermann, T. (2016). Family communication: Counseling concepts for pediatrics. *Monatsschrift für Kinderheilkunde*, 164(7): 565-567.