



T.C.

ATATÜRK ÜNİVERSİTESİ

TOPLUMSAL DUYARLILIK PROJELERİ UYGULAMA VE ARAŞTIRMA MERKEZİ

SONUÇ RAPORU

Proje Adı: Gençlerde Telefon Bağımlılığı

Proje Kodu: 15ae08b4-3a31-47a6-87e1-eee16346ffaf

Proje Danışmanı

Öğr.Gör. Elçin BİLİCİ

Proje Yürütücüsü

Yağmur TAŞ

Proje Üyeleri

Kaan KEMEÇ

Mart 2026

Erzurum

İÇİNDEKİLER

ÖZET	3
ABSTRACT	3
GİRİŞ	4
ETKİNLİK.....	4
SONUÇLAR.....	4
PROJE UYGULAMASINA AİT GÖRSELLER	5

ÖZET

Bu projenin amacı, gençlerde telefon kullanım alışkanlıklarını incelemek ve aşırı telefon kullanımının günlük yaşam, ders başarısı, uyku düzeni ve sosyal ilişkiler üzerindeki etkilerini araştırmaktır. Ayrıca gençlerin telefon kullanımına karşı farkındalık kazanmalarını sağlamak ve teknolojiyi daha bilinçli ve dengeli kullanmalarına katkıda bulunmak hedeflenmektedir.

Anahtar Kelimeler: telefon bağımlılığı, teknoloji kullanımı, farkındalık, gençler, dijital bağımlılık, sosyal medya

ABSTRACT

The aim of this project is to examine the phone usage habits of young people and to investigate the effects of excessive phone use on daily life, academic performance, sleep patterns, and social relationships. It also aims to raise awareness among young people about phone use and to contribute to their more conscious and balanced use of technology.

Key Words: phone addiction, technology use, awareness, youth, digital addiction, social media

Etkinlik boyunca tüm fotoğraflarda kişilerin yazılı izni alınmıştır. İzni alınmayan görüntüler bulanık şekilde sunulmuştur. Bu konuda tüm sorumluluğun yürütücü ve araştırmacılara ait olduğunu beyan ederiz.

GİRİŞ

Bu proje, gençlerde telefon kullanımının ne kadar yaygın olduğunu ortaya koyarak toplumda bu konuda farkındalık oluşturmayı amaçlamaktadır. Yapılan anket ve araştırmalar sayesinde gençlerin telefon kullanım alışkanlıkları belirlenerek aşırı kullanımın ders başarısı, sosyal ilişkiler ve günlük yaşam üzerindeki olumsuz etkilerine dikkat çekilecektir. Proje sonucunda elde edilen bilgiler paylaşılacak ve gençlerin telefon kullanımını daha bilinçli ve dengeli şekilde yapmaları konusunda farkındalık oluşturulmasına katkı sağlanmak istenilmektedir.

ETKİNLİK

Araştırmanın Yapıldığı Yer ve Zaman: Erzurum ili Tortum ilçesinde 12.03.2026 tarihinde gerçekleştirildi.

Kullanılan veya Dağıtımı Yapılan Malzemeler: Telefon, mikrofon

Projenin Uygulanışı: Bu proje kapsamında gençlerde telefon bağımlılığı konusunu incelemek amacıyla Atatürk Üniversitesi Tortum Meslek Yüksekokulu'nda eğitim görmekte olan öğrenciler ile soru-cevap şeklinde kısa görüşmeler yapılacaktır. Görüşmelerde öğrencilerin günlük telefon kullanım süreleri, telefonu hangi amaçla kullandıkları ve telefon kullanımının günlük yaşamlarına etkileri hakkında sorular sorulacaktır.

SONUÇLAR

Bu proje kapsamında gençlerin telefon kullanım alışkanlıkları incelenmiş ve aşırı kullanımın günlük yaşam üzerindeki etkileri değerlendirilmiştir. Yapılan görüşmeler sonucunda öğrencilerin büyük çoğunluğunun gün içinde uzun süre telefon kullandığı ve bu süreyi genellikle sosyal medya ve eğlence amacıyla değerlendirdiği görülmüştür. Elde edilen bulgular, aşırı telefon kullanımının ders başarısını olumsuz etkileyebildiğini, dikkat dağınıklığına neden olduğunu ve uyku düzenini bozabildiğini göstermektedir. Ayrıca yüz yüze iletişimin azaldığı ve sosyal ilişkilerin bu durumdan etkilenebildiği gözlemlenmiştir. Sonuç olarak, telefon kullanımının bilinçli ve dengeli bir şekilde yapılmasının önemli olduğu anlaşılmıştır. Bu doğrultuda gençlerin teknoloji kullanımına yönelik farkındalıklarının artırılması gerektiği düşünülmektedir.

Projemizi destekleyerek bizler için çok önemli bir aktivite ortamı sağladığından dolayı Atatürk Üniversitesi Toplumsal Duyarlılık Projeleri Uygulama ve Araştırma Merkezi'ne teşekkür ederiz.

PROJE UYGULAMASINA AIT GÖRSELLER







