



T.C.

ANKARA YILDIRIM BEYAZIT ÜNİVERSİTESİ
SAĞLIK BİLİMLERİ ENSTİTÜSÜ

**ERGENLERDE İNTERNET BAĞIMLILIK
DÜZEYLERİNİN BAZI DEĞİŞKENLER AÇISINDAN
İNCELENMESİ**

YÜKSEK LİSANS TEZİ

Nesibe ASLAN

SOSYAL HİZMET PROGRAMI

Ankara, 2019

T.C.
ANKARA YILDIRIM BEYAZIT ÜNİVERSİTESİ
SAĞLIK BİLİMLERİ ENSTİTÜSÜ

**ERGENLERDE İNTERNET BAĞIMLILIK
DÜZEYLERİNİN BAZI DEĞİŞKENLER AÇISINDAN
İNCELENMESİ**

YÜKSEK LİSANS TEZİ

Nesibe ASLAN

SOSYAL HİZMET PROGRAMI



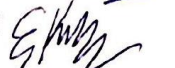
Ankara, 2019

T.C.
ANKARA YILDIRIM BEYAZIT ÜNİVERSİTESİ
SAĞLIK BİLİMLERİ ENSTİTÜSÜ

Ergenlerde İnternet Bağımlılık Düzeylerinin Bazı Değişkenler Açısından
İncelenmesi

Nesibe ASLAN
Yüksek Lisans Tezi
4 Eylül 2019

Tez Danışmanı
Prof. Dr. Cengiz ÖZBESLER

Jüri Üyeleri
Prof. Dr. Cengiz ÖZBESLER 
Prof. Dr. Tarık TUNCAY 
Dr. Öğr. Üyesi Esra KILIÇ CEYHAN 

Okuduğumuz ve Savunmasını dinlediğimiz bu tezin bir Yüksek Lisans derecesi için
gereken tüm kapsam ve kalite şartlarını sağladığını beyan ederiz.



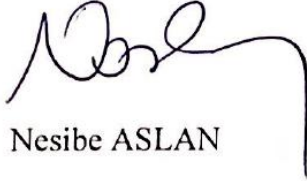
Doç. Dr. Ender ŞİMŞEK
Enstitü Müdürü

Bu tezin Yüksek Lisans derecesi için gereken tüm şartları sağladığımı tasdik
ederim.

BEYAN

Bu tez çalışmasının kendi çalışmam olduğunu, tezin planlanmasından yazımına kadar bütün aşamalarda patent ve telif haklarını ihlal edici etik dışı davranışımın olmadığını, bu tezdeki bütün bilgileri akademik ve etik kurallar içinde elde ettiğimi, bu tezde kullanılmış olan tüm bilgi ve yorumlara kaynak gösterdiğimi beyan ederim.

04.09.2019



Nesibe ASLAN

TEŞEKKÜR

Tez çalışmam sırasında desteğini her zaman yanımda hissettiğim, bilgisini, enerjisini ve zamanımı esirgemeyen çok değerli danışman hocam sayın Prof. Dr. Cengiz ÖZBESLER'e sevgi, saygı ve teőekkürlerimi sunarım. Ayrıca yapıcı ve bana yol gösterici eleőtirilerinden dolayı da sayın Prof. Dr. Tarık TUNCAY ve Dr. Öğr. Üyesi Esra KILIÇ CEYHAN hocalarıma saygı ve minnetimi sunarım. İstatistiksel analizlerimde bana yol gösteren Dr. Öğr. Görevlisi Bekir ETİNTAV'a da ayrıca teőekkürü bir borç bilirim.

Çalıőmalarım boyunca beni sabırla destekleyen ve içtenlikle motive eden canım eőim Zafer ASLAN' a ve sevgili çocuklarıma teşekkür ederim.

Çalıőmalarım boyunca maddi manevi destekleriyle beni hiçbir zaman yalnız bırakmayan aileme de sonsuz teőekkürler ederim.

İÇİNDEKİLER

ÖZET.....	iv
ABSTRACT.....	v
SİMGELER VE KISALTMALAR DİZİNİ.....	vi
TABLolar DİZİNİ.....	vii
1. GİRİŞ.....	1
2. GENEL BİLGİLER.....	6
2.1. Tanımlar.....	6
2.1.1. Ergenlik.....	6
2.1.2. Sosyal İşlevsellik.....	6
2.1.3. Bağımlılık.....	6
2.1.4. İnternet Bağımlılığı.....	8
2.2. İnternet Bağımlılık Belirtileri.....	10
2.3. İnternet Bağımlılık Türleri.....	12
2.4. Yaygın Kullanım.....	14
2.5. İnternet Bağımlılığının Nedenleri.....	16
2.5.1. Ergenlerde İnternet Bağımlılığının Nedenleri	20
2.6. İnternet Bağımlılığının Sonuçları	25
2.7. Önlemler ve Müdahale.....	34
2.7.1. Toplumsal Destek.....	35
2.7.2. Kontrollü İnternet Kullanımı.....	36
2.7.3. Bağımlılık Farkındalığı oluşturma.....	36
2.7.4. İnternet Kullanımına Eleştirel Bakabilme.....	37
2.7.5. Pozitif Psikoloji Oluşturma.....	37
2.7.6. Sosyal Destek Sağlama	38
2.7.7. Dijital Okuryazarlık.....	38
2.7.8. Çocuk Ebeveyn İlişkisi.....	40
2.7.9. Motivasyonel Güçlendirme Terapisi (MGT).....	42
2.7.10. Bilişsel Davranışçı Terapi.....	42
2.7.11. Motivasyonel Mülakat Metodu.....	43
2.7.12. Gerçeklik Terapisi.....	44
2.7.13. Farmakolojik Tedavi.....	44

2.7.14. Çok Yönlü Tedavi Yaklaşımı.....	44
2.7.15. Yeniden Başlama (Restart) Programı.....	45
3. MATERYAL VE YÖNTEM.....	47
3.1. Araştırmanın Modeli.....	47
3.2. Çalışma Grubu.....	47
3.3. Araştırmanın Etiği.....	50
3.4. Veri Toplama Araçları.....	50
3.4.1. İnternet Bağımlılık Ölçeği.....	50
3.4.2. Kişisel Bilgi Formu.....	51
3.5. Verilerin Toplanması.....	51
3.6. Verilerin Analizi.....	51
4. BULGULAR.....	53
4.1. Ergenlerin Akademik Başarı Durumu ile İlgili Bulguların Betimlenmesi.....	53
4.2. Ergenlerin İnternetin Kullanımı ile İlgili Bulguların Betimlenmesi.....	54
4.3. Ergenlerin İnternet Kullanım Amacı ile İlgili Bulguların Betimlenmesi.....	55
4.4. İnternet Bağımlılığı Düzeyinin Bazı Sosyodemografik Etmenler Açısından Karşılaştırılması.....	64
4.5. İnternet Bağımlılık Ölçeğinde Psikolojik Etmenleri Belirleyen Soruların Yaş Değişkenine Göre Karşılaştırılması.....	87
4.6. Ergenlerin İnternet Bağımlılığına İlişkin Puanlarının Cinsiyet Durumuna Göre Karşılaştırmasına İlişkin Betimleyici İstatistikler ve t-testi Sonuçları.....	100
4.7. Ergenlerin İnternet Bağımlılığına İlişkin Puanlarının Haftalık Ders Çalışma Sürelerine Göre İncelenmesine İlişkin Bulgular.....	101
4.8. Ergenlerde İnternet Kullanımı ile İlgili Bulguların Tartışılması.....	103
4.9. İnternet Bağımlılık Ölçeğinde Psikolojik Etmenleri Belirleyen Soruların Yaş Değişkenine Göre Karşılaştırılmasının Tartışılması.....	112
4.10. İnternet Bağımlılık Ölçeğinde Psikososyal Etmenleri Belirleyen Soruların Yaş Değişkenine Göre Karşılaştırılmasının Tartışılması.....	113
5. TARTIŞMA.....	115

5.1. Ergenlerde İnternet Kullanımı ile İlgili Bulguların Tartışılması	115
5.2. İnternet Bağımlılık Ölçeği Puanlarının Cinsiyet Değişkenine Göre Dağılımının Tartışılması.....	116
5.3. İnternet Bağımlılık Ölçeği Puanlarının Sınıf Değişkenine Göre Dağılımının Tartışılması.....	117
5.4. İnternet Bağımlılık Ölçeği Puanlarının Yaş Değişkenine Göre Karşılaştırılması	118
5.5. İnternet Bağımlılık Ölçeği Puanlarının I. Dönem Ders Değerlendirme Durumu Değişkenine Göre Karşılaştırılması	118
5.6. İnternet Bağımlılık Ölçeği Puanlarının Anne - Baba Durumu Değişkenine Göre Karşılaştırılması.....	119
5.7. İnternet Bağımlılık Ölçeği Puanlarının Ödev Yapma Amacı Değişkenine Göre Karşılaştırılması.....	120
5.8. İnternet Bağımlılık Ölçeği Puanlarının Film İzlemek ve/veya İndirmek Amacı Değişkenine Göre Karşılaştırılması.....	121
5.9. İnternet Bağımlılık Ölçeği Puanlarının Oyun oynamak Amacı Değişkenine Göre Karşılaştırılması.....	121
5.10. İnternet Bağımlılık Ölçeği Puanlarının Sosyal Medya/Ağlar Kullanmak (Sohbet etmek) Amacı Değişkenine Göre Karşılaştırılması	122
5.11. İnternet Bağımlılık Ölçeği Puanlarının İnternette Sörf/Gezinti Yapmak Amacı Değişkenine Göre Karşılaştırılması	123
5.12. İnternet Bağımlılık Ölçeğinde Psikolojik Etmenleri Belirleyen Soruların Yaş Değişkenine Göre Karşılaştırılmasının Tartışılması	124
5.13. İnternet Bağımlılık Ölçeğinde Psikososyal Etmenleri Belirleyen Soruların Yaş Değişkenine Göre Karşılaştırılmasının Tartışılması.....	125
6. SONUÇ VE ÖNERİLER.....	127
7. KAYNAKLAR.....	129
8. EKLER.....	148
EK-1. Kişisel Bilgi Formu.....	148
EK-2. İnternet Bağımlılık Ölçeği.....	151
EK-3. Veli Onam Formu.....	157
EK-4. Ölçek Kullanım İzni.....	158

EK-5. Etik Kurul Onayı.....	159
EK-6. Özgeçmiş.....	164



ÖZET

Ergenlerde İnternet Bağımlılık Düzeylerinin Bazı Değişkenler Açısından İncelenmesi

İnternet günümüzde yaşamın her anında varlığını sürdürmektedir. Sürekli gelişen bu iletişim aracının yaşamımızdaki önemi ve etkileri göz ardı edilemeyecek bir durumdur. İnternet günümüz bireyleri için temel bir ihtiyaç haline gelmiştir. Toplumun her seviyesinden ve her yaş grubundan bireyler interneti iletişim, eğlence, bilgi elde etme, ticaret gibi çok temel amaçlar için kullanmaktadır. Günümüzde internetin bireyler arasında aşırı ve kontrolsüz kullanımı karşımıza internet bağımlılığını çıkarmıştır. Toplumlar ve bireyler internet bağımlılığından olumsuz yönde etkilenmektedir. Bireylerde internetin kontrolsüz kullanımı ve/veya sorunlu bir davranış biçimi olarak internet bağımlılığı davranışına yol açan psikolojik, biyolojik, sosyodemografik özelliklerinden kaynaklanan risk faktörleri söz konusudur. Ergen bireylerin yaş durumları göz önüne alındığında ise yaş olarak küçük ergenlerin yetişkinlere göre daha fazla bağımlılık riski gösterdiği görülmektedir. Özellikle bireyselleşme ve kişilik yapılanması süreci olan ergenlikte internet bağımlılığı yaygın olarak gözlemlenmektedir. Çalışma, ergenlerin internet kullanım oranlarını, interneti kullanım amaçlarını ve günlük işlevselliklerine olan etkilerini araştırmak amacı ile yapılmıştır. Çalışma, Ankara'nın Keçiören ilçesinde bulunan bir özel okulun 13-15 yaş aralığındaki 7-8 ve 9. sınıf öğrencilerinden 252 kişi ile yapılmıştır. Çalışma grubu, amaçsal örnekleme yöntemi ile evreni temsil ettiği düşünülen bir gruptan alınmıştır. Bu araştırmada ergenlerin internet bağımlılığını değerlendirmede veri toplama aracı olarak "İnternet Bağımlılık Ölçeği" ve araştırmacının kendisi tarafından geliştirilen "Kişisel Bilgi Formu" kullanılmıştır. Ayrıca öğrenci velilerinden araştırmaya katılımı ilgili veli onam formu alınmıştır. Verilerin analizinde IBM SPSS Statistics 20, Microsoft Excel 2013 yazılımları kullanılmış, veriler arası ilişkiler Ki-Kare Testi, Bağımsız t Testi ve Tek Yönlü Varyans Analizi yapılarak incelenmiştir. Araştırmada elde edilen bulgular incelendiğinde ise ergenlerin sosyo-demografik özellikleri yönünden internet bağımlılığı ile ilgili anlamlı bir ilişki bulunmamıştır. Ancak, ergenlerde internet bağımlılık puanları ile interneti sosyal medya ve oyun oynama vb. amacı ile kullanma değişkeni arasında istatistiksel olarak anlamsal olarak bir ilişki bulunmuştur. Sonuç olarak ergenlerde internet bağımlılık davranışına yol açan internet kullanım oranı ve internet kullanım amacı ile ilgili olarak daha kapsamlı çalışmalar yapılmalıdır.

Anahtar Kelimeler: Ergenler, internet bağımlılığı, internet kullanımı, internet kullanım amacı

ABSTRACT

Examining Internet Addiction Levels In Adolescents Through Some Variables

Today, internet exists in every part of our lives. The effects of internet, which constantly develops as a communication means, cannot be ignored anymore. Internet is used meet basic needs such as communication, entertainment; explore new information, shopping by individuals from every age group and all social levels. Overusing the internet in an uncontrolled way has caused internet addiction among individuals, especially adolescents. Internet addiction has adverse effects on societies and individuals. There are some risk factors that result in the uncontrolled use of internet among individuals, namely, internet addiction, due to some socio-demographic, psychological, biologic characteristics. Internet addiction is more common among adolescents who are in the process of individualisation and structuring their personality. There are individual, familial, and social risk factors, which can cause internet addiction among adolescents. The aim of this study is to put forth the prevalence of internet addiction among adolescents, the purpose of internet and its effects on their daily functioning. The study was conducted with 252 students of 7th, 8th and 9th grades, aged 13-15 years from a private school in Keçiören, district of Ankara. The study group was selected by the purposive sampling method from the population constitute the sample of the research. In this study, “Internet Addiction Scale” and “Personal Information Form developed by the researcher” were used as data collection tools in the assessment of internet addiction of adolescents. In addition, a family consent form for conforming their children’s participation in the research was obtained from the parents. IBM SPSS Statistics 20 and Microsoft Excel 2013 software were used for the analysis of the data. The relationships between the data were examined by Chi-Square Test, Independent t Test and One Way Analysis of Variance. When the findings obtained from the study were examined, no significant relationship was found appertaining to internet addiction in terms of socio-demographic characteristics of adolescents. However, there was a statistically significant relationship between the levels of internet addiction according to the purpose of playing game variable in personal information form. In addition, it was found that the relationship between the level of internet addiction according to the purpose of using social media and networks variable in the same form was statistically significant. As a result, there is a need for more comprehensive studies focusing on the rate of internet use and the purpose of internet use among adolescents.

Keywords: Adolescents, internet addiction, internet use, the purpose of internet use

SİMGELER VE KISALTMALAR DİZİNİ

DSM 5: Ruhsal bozuklukların ruhsal ve tanısai el kitabı

MDB: Majör depresyon bozukluğu

MGT: Motivasyonel güçlendirme terapisi



TABLolar DİZİNİ

Tablo 3.1. Örneklem grubunun sosyodemografik özellikleri.....	49
Tablo 4.1. Ergenlerin I. dönem başarı değerlendirmesine göre dağılımı.	53
Tablo 4.2. Ergenlerde internet kullanımı ile ilgili bilgiler.....	54
Tablo 4.3. Ergenlerin internette geçirdiği zamanla ilgili değerlendirme.....	55
Tablo 4.4. Ergenlerin internete bağlanma yerleri.....	55
Tablo 4.5. Ödev hazırlamak tercihine göre öğrenci dağılımı.....	56
Tablo 4.6. Film izlemek ve/veya indirmek tercihine göre öğrenci dağılımı.	57
Tablo 4.7. Oyun oynamak tercihine göre öğrenci dağılımı.....	58
Tablo 4.8. Sosyal medya/ağlar kullanmak (sohbet etmek) tercihine göre öğrenci dağılımı.	59
Tablo 4.9. Müzik dinlemek ve/veya indirmek tercihine göre öğrenci dağılımı.	60
Tablo 4.10. İnternette sörf/gezinti yapmak tercihine göre öğrenci dağılımı.....	61
Tablo 4.11. İnternet bağımlılık ölçeği puanlarının cinsiyet değişkenine göre dağılımı.	62
Tablo 4.12. İnternet bağımlılık ölçeği puanlarının sınıf değişkenine göre dağılımı.	63
Tablo 4.13. İnternet bağımlılık ölçeği puanlarının cinsiyet değişkenine göre karşılaştırılması.	64
Tablo 4.14. İnternet bağımlılık ölçeği puanlarının sınıf değişkenine göre karşılaştırılması.	65
Tablo 4.15. İnternet bağımlılık ölçeği puanlarının yaş değişkenine göre karşılaştırılması. ...	66
Tablo 4.16. İnternet bağımlılık ölçeği puanlarının I. dönem ders değerlendirme durumu değişkenine göre karşılaştırılması.....	67
Tablo 4.17. İnternet bağımlılık ölçeği puanlarının anne - baba durumu değişkenine göre karşılaştırılması.....	68
Tablo 4.18. İnternet bağımlılık ölçeği puanlarının annenin eğitim durumu değişkenine göre karşılaştırılması.....	69
Tablo 4.19. İnternet bağımlılık ölçeği puanlarının babanın eğitim durumu değişkenine göre karşılaştırılması.....	70
Tablo 4.20. İnternet bağımlılık ölçeği puanlarının haftalık internet kullanımı değişkenine göre karşılaştırılması.....	71
Tablo 4.21. İnternet bağımlılık ölçeği puanlarının ödev yapma amacı değişkenine göre karşılaştırılması.....	72
Tablo 4.22. İnternet bağımlılık ölçeği puanlarının film izlemek ve/veya indirmek amacı değişkenine göre karşılaştırılması.....	73
Tablo 4.23. İnternet bağımlılık ölçeği puanlarının oyun oynamak amacı değişkenine göre karşılaştırılması.....	74
Tablo 4.24. İnternet bağımlılık ölçeği puanlarının sosyal medya/ağlar kullanmak (sohbet etmek) amacı değişkenine göre karşılaştırılması.....	76
Tablo 4.25. İnternet bağımlılık ölçeği puanlarının müzik dinlemek ve/veya indirmek amacı değişkenine göre karşılaştırılması.....	77
Tablo 4.26. İnternet bağımlılık ölçeği puanlarının internette sörf/gezinti yapmak amacı değişkenine göre karşılaştırılması.....	78
Tablo 4.27. İnternet bağımlılık ölçeği puanlarının diğer amacı değişkenine göre karşılaştırılması.....	79
Tablo 4.28. Ödev hazırlama amacının cinsiyet değişkenine göre karşılaştırılması.....	80
Tablo 4.29. Film izlemek ve/veya indirmek amacının cinsiyet değişkenine göre karşılaştırılması.....	80
Tablo 4.30. Oyun oynamak amacının cinsiyet değişkenine göre karşılaştırılması.....	81
Tablo 4.31. Sosyal medya/ağlar kullanmak (sohbet etmek) amacının cinsiyet değişkenine göre karşılaştırılması.....	81

Tablo 4.32. Müzik dinlemek ve/veya indirmek amacının cinsiyet değişkenine göre karşılaştırılması.	82
Tablo 4.33. İnternette sörf/gezinti yapmak amacının cinsiyet değişkenine göre karşılaştırılması.	82
Tablo 4.34. Diğer amacının cinsiyet değişkenine göre karşılaştırılması.	83
Tablo 4.35. Ödev hazırlamak amacının yaş değişkenine göre karşılaştırılması.	83
Tablo 4.36. Film izlemek ve/veya indirmek amacının yaş değişkenine göre karşılaştırılması.	84
Tablo 4.37. Oyun oynamak amacının yaş değişkenine göre karşılaştırılması.	84
Tablo 4.38. Sosyal medya/ağlar kullanmak (sohbet etmek) amacının yaş değişkenine göre karşılaştırılması.	85
Tablo 4.39. Müzik dinlemek ve/veya indirmek amacının yaş değişkenine göre karşılaştırılması.	85
Tablo 4.40. İnternette sörf/gezinti yapmak amacının yaş değişkenine göre karşılaştırılması.	86
Tablo 4.41. Diğer amacının yaş değişkenine göre karşılaştırılması.	86
Tablo 4.42. ‘Ne sıklıkla internette olmadığınızda kendinizi çökmüş, aksi veya sınırlı hissedip, internete girince rahatlarsınız?’ sorusunun yaş değişkenine göre karşılaştırılması.	88
Tablo 4.43. ‘Ne sıklıkla internetsiz hayatın, sıkıcı, boş ve eğlencesiz olacağını düşünürsünüz?’ sorusunun yaş değişkenine göre karşılaştırılması.	89
Tablo 4.44. ‘Biri sizi internetteyken rahatsız ettiğinde ne sıklıkla kırıcı konuşur, bağırır veya kızgın davranışlar gösterirsiniz?’ sorusunun yaş değişkenine göre karşılaştırılması.	90
Tablo 4.45. ‘Herhangi biri internette ne yaptığınızı sorduğunda ne sıklıkla kendinizi savunur ve ne yaptığınızı gizlersiniz?’ sorusunun yaş değişkenine göre karşılaştırılması.	91
Tablo 4.46. ‘Hayatınız hakkında sizi rahatsız eden düşünceleri dağıtmak için ne sıklıkla internete girersiniz?’ sorusunun yaş değişkenine göre karşılaştırılması.	92
Tablo 4.47. ‘Ne sıklıkla internete girmek için sabırsızlanırsınız?’ sorusunun yaş değişkenine göre karşılaştırılması.	93
Tablo 4.48. ‘Ne sıklıkla internette kalmak için günlük ev işlerini ihmal edersiniz?’ sorusunun yaş değişkenine göre karşılaştırılması.	94
Tablo 4.49. ‘Ne sıklıkla arkadaşlarınızla birlikte olmak yerine interneti tercih edersiniz?’ sorusunun yaş değişkenine göre karşılaştırılması.	95
Tablo 4.50. ‘Ne sıklıkla okula devamınız internette dolaylı olumsuz etkilenir?’ sorusunun yaş değişkenine göre karşılaştırılması.	96
Tablo 4.51. ‘Ne sıklıkla okuldaki ders notlarınız ve ödevleriniz internette kalma sürenizden olumsuz yönde etkilenir?’ sorusunun yaş değişkenine göre karşılaştırılması.	97
Tablo 4.52. ‘Gece geç saatlerde internet kullanmaktan ötürü ne sıklıkla uykunuz kaçır?’ sorusunun yaş değişkenine göre karşılaştırılması.	98
Tablo 4.53. ‘Ne sıklıkla başkalarıyla dışarı çıkmak yerine internette daha fazla zaman geçirmeyi yeğlersiniz?’ sorusunun yaş değişkenine göre karşılaştırılması.	99
Tablo 4.54. Ergenlerin internet bağımlılığına ilişkin puanlarının cinsiyet durumuna göre karşılaştırılmasına ilişkin betimleyici istatistikler ve t-testi sonuçları.	100
Tablo 4.55. Mann Withney U Test sonucu.	101
Tablo 4.56. Ergenlerin internet bağımlılığına ilişkin puanlarının ailenin haftalık ders çalışma sürelerine göre incelenmesine ilişkin betimleyici istatistikler.	102
Tablo 4.57. Ergenlerin internet bağımlılığına ilişkin puanlarının haftalık internet kullanım sürelerine göre incelenmesine ilişkin tek yönlü varyans analizi sonuçları.	102
Tablo 4.58. Kruskal Wallis Test sonucu.	103

1. GİRİŞ

Günümüzde internet, ya da diğer adıyla sanal dünya, bireylerin merak ettiği sorulara hızlı bir şekilde yanıt bulmasını sağlayan ve her türlü bilgiye ulaşmasını kolaylaştıran bir iletişim aracıdır. Bu yönüyle internet günümüzde yaşamın her anına girmiş bulunmaktadır. Elektronik posta ile iletişim kurabilme imkanı, video konferans yolu ile toplantı yapabilme, elektronik kütüphaneler yoluyla her türlü bilgiye ulaşma, internet bankacılığı (1), internet üzerinden telefonla görüşebilme, sosyal medya yoluyla profil oluşturup mesaj, fotoğraf vb. içerik paylaşma, mal ve hizmetler hakkında bilgi arama, müzik dinleme, film indirme, internet üzerinden TV izleme, paylaşım sitelerinden video izleme, oyun oynama ya da indirme, sağlıkla ilgili bilgi arama, mal ve hizmet satın alma (2) gibi sağladığı imkanlarla günlük yaşamın bir parçası haline gelmiştir. İnternetin yaygınlaşması ile birlikte mobil kullanımdan internet sağlayıcıları olana modemlere geçilerek erişim hızlanmış ve mesajlaşma fonksiyonu, yerini hızlı video paylaşımlarına bırakmıştır.

İnternetin geniş bant (broadband) yoluyla sağladığı faydaları ve hayatımızı kolaylaştırıcı yönleri dışında, kullanıcılarının internet için aşırı zaman harcaması (3), sonucunda bireylerin yaşamlarındaki günlük işlevselliğinin kesintiye uğraması durumunu da beraberinde getirmiştir (4).

Anderson'a göre internet kullanım zamanı olarak yetişkinler haftada 20 saat, ergenler ise 27 saat geçirmektedir. Yapılan bu değerlendirmeye 7 günlük zaman dilimi açısından bakıldığında bireyler toplam zamanlarının % 12-16' lık kısımlarını internet başında geçirmektedir (5). Bu oran Amerika ve Avrupa'da % 8,2 civarındadır (6). Bu artan prevalans aynı zamanda dünya çapında da gözlemlenmektedir (7). Bu bağlamda alan yazına bakıldığında şayet bireyler genel olarak belirtilen bu sürelerin üzerinde internete vakit harcıyorlar ise söz konusu bireyler bağımlılık riski altındadırlar. Mythil ve arkadaşları günde 5 saatten fazla internet kullanımını aşırı kullanım olarak tanımlamışlardır (8).

Ülkemizde ise; 2018 TÜİK Bilgi Toplama İstatistiklerine göre (2);

- Bilgisayar Kullanımı Toplam: % 59.6
- Kadınlarda Bilgisayar Kullanımı: %50.6
- Erkeklerde Bilgisayar Kullanımı: % 68.6
- İnternet Kullanımı Toplam: % 72.9
- Kadınlarda İnternet Kullanımı: % 65.5
- Erkeklerde İnternet Kullanımı: % 80.4
- Hanelerde İnternet Erişimi: % 83.8 şeklindedir.

Bu oranlara bakıldığında ülkemizde de hanelerdeki internet erişim oranlarının oldukça yüksek oluşu dikkatimizi çekmektedir.

İnternetin aşırı kullanımı sonucu ortaya çıkan internet bağımlılığı veya problemlili internet kullanımı, son yıllarda özellikle gençler arasında yaygınlaşmıştır. Bu alanda yapılan çalışmalar bu sorunu ortaya koymaktadır (9). Aynı şekilde yurt içinde yapılan çalışma örneklerine bakıldığında benzer sorunlar dikkatimizi çekmektedir.

Orhan ve Akkoyunlu 4. ve 8. sınıf aralığındaki ilköğretim öğrencilerinin internete erişim kolaylıklarını ve kullanım amaçlarını incelemiştir. Araştırma 10-14 yaş arasında 676 öğrencinin katılımı ile sağlanmıştır. Bu öğrencilerin 307'si kız, 369'u erkektir. Elde edilen veriler sonucunda öğrencilerin % 79'unun interneti kullandığı, kullanım oranlarının 10 yaş aralığındaki öğrencilerde % 18.7 ve 11 yaşındakilerde 18.2 12 yaşındaki öğrencilerde % 20.4, 13 yaşındakilerde % 21.2 ve 14 yaşındakilerde % 21.5 şeklinde dağılım gösterdiği görülmüştür. Bu sonuca bağlı olarak yaş arttıkça internet kullanımının da arttığı gözlemlenmiştir. Kız ve erkek öğrencilerin internet kullanım dağılımlarının birbirine benzer olduğu, öğrencilerin % 39.3'ünün interneti bilgiye ulaşma, iletişim ve oyun amaçları ile kullandıkları, bununla birlikte ders, ödev ve bilgi araştırma amaçlı kullanımın % 13.9 oranında olduğu gözlemlenmiştir (10).

Özcan ve Buzlu, üniversite öğrencilerinin problemlili internet kullanımını belirleme araçlarından biri olan İnternet Bilişsel Durum Ölçeğinin geçerlik ve güvenilirliğini incelemek için haftada en az 2 saat internet kullanan 148 öğrenciyi uygulamışlardır. Yaş ortalaması 21 olan bu öğrencilerin %73'ü kız, %27'si erkek olup, oran 108 kız, 40 erkek öğrenciyi kapsamaktadır. Araştırmada veri toplama aracı

olarak İnternet Bilişsel Durum Ölçeği ile birlikte, Bilgi Formu, UCLA Yalnızlık Ölçeği, Beck Depresyon Ölçeği ve Çok Boyutlu Algılanan Sosyal Destek Ölçeği kullanılmıştır. Öğrencilerin internette en sık yaptıkları etkinliklerin arasında genel bilgi arama, eğitimle ilgili araştırma yapma ve e-posta kullanımı olduğu görülmüştür. İnternet Bilişsel durum ölçeğinin üniversite öğrencilerinde geçerlik ve güvenilirlik verilerinin, araştırmalarda kullanılabilirlik yeterlilikte olduğu görülmektedir (11).

Bayraktar ve Gün Kuzey Kıbrıs'ta 12-17 arası ergenlerle internet bağımlılığı üzerine bir çalışma yapmıştır. 686 öğrencinin katıldığı çalışmada, Young tarafından geliştirilen Bağımlılık Ölçeği, Saldırganlık Ölçeği ve Çocuklar İçin Depresyon Ölçeği kullanılarak araştırma sonucunda sosyoekonomik düzey arttıkça internet bağımlılığının arttığı görüşüne ulaşılmıştır (12). Araştırmada ergenlerin çevrimiçi sohbetlerinde kendilerini farklı bir kimlikle tanıttıkları ve genellikle interneti eğlence ve iletişim kurma amaçlı kullandıkları gözlemlenmiştir. Çalışmada internet kullanıcısı olan ergenlerin %1.1'inin patolojik olarak internet bağımlısı olduğu ve sohbet sitelerine, pornografi sitelerine, alışveriş ve müzik sitelerine diğer kullanıcılara göre daha fazla giriş yaptığı gözlemlenmiştir (12).

Esen tarafından gerçekleştirilen çalışmaya İzmir ili Çeşme ilçesinde bulunan ortaöğretim kurumlarından 9. ,10. ,11. ve 12.sınıf öğrencileri katılmıştır. Araştırmaya 333' ü kız, 367' si erkek olmak üzere 700 öğrenci katılmıştır (13). Araştırma verileri ergenlerin internet bağımlılığını değerlendirmek için İnternet Bağımlılık Ölçeği, yalnızlık düzeylerini belirlemek için, UCLA Yalnızlık Ölçeği, algılanan sosyal desteği ölçmek için, Çok Boyutlu Algılanan Sosyal Destek Ölçeği, yaşam doyumunu ölçmek için, Yaşam Doyumu Ölçeği kullanılarak toplanmıştır. Araştırma sonucunda ergenlerin %16.7'sinin haftada 22 saatten fazla bir süreyi internette geçirdiği, sadece %6'lık kısmının düzenli olarak internet kullanmadığı gözlemlenmiştir. Ergenlerin %78.9'u internete evlerinden bağlanırken, %14.6'sı internete internet kafelerden bağlanmaktadır. Çalışmaya katılan ergenlerin internet bağımlılık oranlarının erkeklerde %56.5, kızlarda ise %43.5 olduğu gözlemlenmiştir (13).

Ceyhan üniversite öğrencilerinin problemleri internet kullanımı düzeyini cinsiyet, psikolojik semptomlar, farklı tür bağımlılık problemi gibi değişkenlerle ilişkisini incelemiştir (14). Araştırma 244 kız, 193 erkek olmak üzere toplam 437 üniversite öğrencisi ile yapılmıştır. Ceyhan ve arkadaşları tarafından geliştirilen Problemleri

İnternet Kullanımı Ölçeği ve Kısa Semptom Envanteri verilerin toplanmasında kullanılmıştır (14). Çalışmada erkek öğrencilerin kız öğrencilere oranla daha fazla internet kullandıkları, bu duruma bağlı olarak ta problemlili internet kullanımının arttığı gözlemlenmiştir. Ayrıca interneti ödev yapma amaçlı kullanan öğrencilerin problemlili internet kullanım düzeylerinin, boş zaman değerlendirme ve arkadaşları ile iletişime geçme amaçlı kullanan öğrencilerden daha düşük olduğu gözlemlenmiştir (14).

Kurtaran çalışmasını 14-19 yaş aralığında 282'si kız, 368'i erkek olarak toplam 650 lise öğrencisi ile yapmıştır. Çalışmasında yalnızlık, depresyon ve benlik saygısı değişkenlerinin internet bağımlılığını yordamadaki katkılarını belirlemeyi amaçlamıştır (15). Araştırma sonucunda, internet bağımlılığının, benlik saygısının negatif yönde, yalnızlığın ise pozitif yönde yordadığı görülmüştür. Depresyonun ise anlamlı bir etkisinin olmadığı kanaatine ulaşılmıştır (15).

Tahiroğlu ve arkadaşları ergenlerin internet kullanım alışkanlıkları ile problemlili internet kullanımlarını araştırmak amacı ile haftalık 12 saatten fazla internet kullanan 3975 öğrenci ile çalışma yapmışlardır. Araştırmada veri toplama aracı olarak İnternet bilişsel durum ölçeği kullanılmıştır (16). Araştırma sonucunda interneti kullanımının en yoğun olduğu alanın oyunlar olduğu ve özellikle şiddet içeren oyunların tercih edildiği gözlemlenmiştir. İnternet kullanım düzeyinin interneti okul ile ilgili genel bilgi araştırma için kullanan öğrencilerde düşük, şiddet içerikli oyunlar, motor yarışları, strateji oyunları amaçlı kullanan öğrencilerde ise yüksek olduğu gözlemlenmiştir. Ayrıca erkek öğrencilerin tüm düzeylerde kızlara göre daha yoğun internet kullandıkları da gözlemlenmiştir (16).

Günüç ve Kayri tarafından Türkçe internet bağımlılık ölçeğini geliştirmek amacı ile orta öğretim kademesinden 754 öğrenci ile çalışma yapılmıştır. 35 maddeden oluşan ve beşli likert tipinde uygulan ölçek ile öğrencilerin %10.1 oranında, 76'sının internet bağımlısı olduğu gözlemlenmiştir (17).

Yapılan tüm bu çalışmaların ortaya koyduğu veriler ışığında ergenlerin internet kullanımları, ergenler arasında internet bağımlılık düzeyleri, buna neden olan etmenler ve internet bağımlılığının neden olduğu sorunların araştırılmasına önemli bir gereksinim vardır. Bundan dolayı da ergenler;

- Ergenler ne oranda internet kullanır?

- Ergenlerde internet bağımlılığı ile sosyodemografik özellikleri arasında ilişki var mıdır?
- Ergenlerde internet bağımlılığı ile internet kullanım amaçları arasında ilişki var mıdır?
- İnternet bağımlılığı ile ergenlerin günlük işlevsellikleri arasında ilişki var mıdır?

sorularına cevap verilmesi gereklidir. Bu sorular ışığında 13 - 15 yaş ergenlerin internet bağımlık düzeylerinin ve ortaya çıkabilecek psikososyal etmenlerin, ergenlerin günlük işlevselliği üzerinde etkilerinin ne oranda olduğu üzerinde araştırma gereksinimi duyulmuştur.



2. GENEL BİLGİLER

2.1. Tanımlar

Bu başlık altında çalışmamıza konu olan ergenlik, bağımlılık, internet bağımlılığı gibi önemli terimlerin tanımlaması yapılacaktır.

2.1.1. Ergenlik

İnsanların yaşamlarında önemli bir dönemi oluşturan ergenlik, çocukluk ile yetişkinlik arasında yer alır. Bu dönem bireyler için fiziksel ve psikolojik bir geçiş dönemidir ve bu dönem gençler için bedensel ve cinsel yönden bir olgunlaşma sürecidir (18).

2.1.2. Sosyal İşlevsellik

Bireyin aile üyesi olmak, eş, ebeveyn, komşu olma gibi toplum içinde, kendisinden gerçekleştirmesi beklenen bazı rolleri vardır. Bireyin toplumsal rollerinin yanında beslenme, barınma, sağlık gibi temel ihtiyaçları da vardır. Dolayısı ile bireyin toplum içindeki rolünü gerçekleştirebilmesi ve ihtiyaçlarını karşılayabilmek için belirli sorumluluklarını yerine getirebilme yeteneğine sahip olması sosyal işlevselliğinin gösterir (19).

2.1.3. Bağımlılık

Bağımlılık; en genel tanımıyla bir veya daha fazla maddeye eş zamanda ortaya çıkabilen, maddeye ulaşamadığı zaman fiziksel ve/veya ruhsal çeşitli semptomlara yol açan, tedavi edilebilen fakat yeniden madde kullanımında tekrarlanabilen bir hastalıktır. Dünya Sağlık Örgütü (20) madde bağımlılığı kavramını kullanılan bir psikoaktif maddeye kişinin daha önceden değer verdiği diğer uğraşlardan ve nesnelere belirgin olarak daha yüksek bir öncelik tanıma davranışı olarak tanımlamıştır (21).

Bağımlılık, dar alandaki aktivitelere odaklanarak, sistematik bir şekilde tekrarlamak ve temel ihtiyaçları ihmal edecek, gerçek yaşamdan ayrılacak ve bağımlı kişilik özelliği gösterecek derecede kişiyi etkiler (22).

Bağımlılık tanımının günlük ve akademik olarak tanımlanması ve kullanımı içinde bulunduğu bağlama göre değişmektedir. Bu kavram sosyal olarak inşa edilmiş bir kelime olarak ta ele alınabilir (23). Bu kavramı tanımlama arayışı içinde olan araştırmacılar kendilerine şu soruyu sormalıdır.

Bağımlılık gerçekte ayrı bir fenomen midir? Bağımlılık üzerine birçok nörolojik ve farmakolojik çalışmalar yapılmış olsa da, aynı zamanda psikolojik temelli ve sosyal olarak oluşturulmuş bir kavramdır. Bu duruma bağlı olarak davranışsal faaliyetlere odaklanır.

Biyopsikososyal sistemde bağımlılık süreci dinamik olarak tanımlanabilir. Bağımlı birey ihtiyaçlarını elde ederken, davranışlar da geliştirebilmektedir. Birey içinde bulunduğu psikososyal durumundan kaynaklı çevresiyle etkileşimli bir duruma geçer. Bağımlı fenomeni ele alınırken biyolojik, psikososyal, sosyo-kültürel faktörlerin de çok yönlü bir biçimde bu sürecin doğasında yer alması söz konusudur (23).

Ödül veren ya da haz veren aktiviteler potansiyel olarak bağımlılık yapıcı olabilir. Ancak bu modellerden sosyal olarak onay almayanlar, bağımlılık kavramı kapsamında risk grubuna dâhil edilebilir. Madde ve davranış bağımlılığında, neden olan etkenin, rahatlatıcı, mutluluk verici ve canlandırıcı yönü bağımlılığa adaptasyon sürecini hızlandırır. Bu nedenle biyolojik olarak vücudun yatkınlığı artar. Psikososyal faktörlerin etkisi ile birey kişisel olarak davranışı ve maddeyi deneyimleme ve tekrarlamak için istek duyma eğilimi gösterir.

Griffith'e göre bir davranışın bağımlılık olarak değerlendirilmesi için beş sınır özelliği taşıması gerekmektedir. Bunlar, davranış biçimi, bireyin ruhsal durumunu değiştirmesi için bu davranışa sığınması, bireyin toleransı, psikososyal bozulmalar ve yoksunluk belirtileri olarak belirtilmiştir (23).

2.1.4. İnternet Bağımlılığı

İnternet bağımlılığı, kişinin internet kullanımını kontrol edememesinden dolayı disforik duyguların ortaya çıkması ve buna bağlı olarak günlük işlerindeki işlevselliğin bozulmasıdır (24).

İnternet bağımlılığı diğer bağımlılıklarda olduğu gibi kişinin bağımlısı olduğu teknolojik ürüne ulaşamadığında ortaya çıkan yoksunluktur. Arısoy'a göre, internet bağımlılığı, bireyin interneti aşırı derecede kullanması, bu aracı kullanmadığı zaman vaktinin verimsiz geçtiğini düşünmesidir (25). Birey interneti kullanmadığı zaman kendini sinirli ve huysuz hisseder. Şöyle ki; internet kullanıcılarının ortalama kullanım sürelerini kontrol edememeleri ve neden olduğu belirgin stres ve günlük yaşamdaki işlevsel bozukluklarından dolayı aile, iş, eğitim ve sosyal yaşamı negatif yönde etkilenir (26, 27).

Griffiths'e göre, internet bağımlılığı bireylerin uyanık kaldığı zamanının büyük bir kısmını, tüm yaşam işlevselliğini ihmal edecek kadar internette harcamasıdır. Bir başka ifade ile internet bağımlılığı bireyin uyanık vaktinin çoğunu internette kumar oyunları ya da oyun oynama gibi çevrimiçi aktivitelerle geçirerek, önemli yaşamsal aktivitelerini ihmal etmesidir. Ona göre yaşamındaki tüm diğer tüm önemli aktiviteleri ihmal etmek bağımlılıktır (28). Burada anlatılan problemlili internet kullanımı; internet bağımlılığı, sanal bağımlılık ve internet bağımlılık bozukluğu olarak da ifade edilmektedir. İnternet bağımlılığı aynı zamanda hastalıklı internet kullanımıdır. Genellikle zaman tüketici olarak kabul edilen bu bağımlılık türü klinik yönden bozukluk olarak ele alınır. Genel bir bakışla, internet bağımlılığı davranış bozukluğu problemi olarak kavramsallaştırılabilir.

İnternet bağımlılığı kavramı, sarhoş edici bir madde içermeyen ancak dürtü kontrol bozukluğu olarak ilk olarak Young tarafından kullanılmıştır (29). Young bu durumu, bireyin genellikle internet kullanımını kontrol edemediği dürtü kontrol bozukluğu olarak betimlemektedir (29). Bu durum, obsesif-kompulsif bozukluk olarak değerlendirilmiş, zorunlu bilgisayar kullanımı, patolojik internet kullanımı, problemlili internet kullanımı, internet bağımlılığı, internet manya gibi isimlerle de anılmıştır. Aynı araştırmacı daha sonra yaptığı bir tanımda internet bağımlılığını günlük hayatı etkileyen sosyal ilişkilerde stres oluşturan, herhangi bir çevrimiçi

aktiviteye girmeyi zorunlu hale getiren bir davranış bozukluğu olarak belirtmiştir (30). Block'a göre internet bağımlılığı aşırı derecede oyun oynamak, cinsel içerikli yayınlar ile meşgul olmak, elektronik posta veya mesaj göndermek olarak tanımlanabilir (31).

Beard ve Wolf internet bağımlılığını yeni bebeği olan bir annenin bebeğine karşı olan hislerine benzetir (32).

1. Sürekli olarak bebeğini düşünme,
2. Artan zamanlarla bebeğiyle vakit geçirme isteği,
3. Bebeği ile ne kadar vakit geçirdiğini kontrol edememe veya kesememe,
4. Bebeğinden ayrı kaldığı zaman kendini huzursuz hissetme,
5. Suçluluk, kaygı, endişe ve depresyon isteğinden kurtulmak için yeni doğan bebeği ile daha fazla zaman geçirme durumu, annenin yeni doğan bebeğine patolojik olarak bağlılığıdır. Araştırmacılara göre, bağımlı birey interneti kullanmaya karşı aynı tepkileri gösterir (32).

Bazı araştırmacılar internet bağımlılığını bir bozukluk olarak tanımlamış ve bunu internet bağımlılık bozukluğu olarak ta belirtmişlerdir. Bu bağımlılık türünü alkol kullanımından kaynaklanan bozukluklar grubuna dâhil etmişlerdir.

İnternet bağımlıları, aslında alkoliklerin şişelere değil de içindekine bağımlı olma durumuna benzer bir davranış sergilerler. Bir başka ifade ile bireyler internete değil de çevrimiçi oyunlar, kumar oyunları, çevrimiçi seks veya çevrimiçi alışverişe bağımlıdırlar. Bu bireyler internet bağımlısı olmaktan ziyade kumar bağımlısı, oyun bağımlısı, seks bağımlısı, alışveriş bağımlısı oldukları için interneti, amaçlarına ulaşmak kendilerine bir araç yaparlar. Bu şekilde, davranışsal bağımlılıklarını rahat bir biçimde gerçekleştirebilirler. İnternet bağımlılığı altında nitelendirilebilecek olan sosyal medya bağımlılığı vardır ki, bu daha zararsız internet bağımlılığı olarak da adlandırılır. Çünkü bağımlılık sadece çevrimiçi durumunda sürdürülür. Çevrimdışı aynı durum söz konusu bile değildir. Yani, bağımlılık internetin her uygulamasına bağlı olmak değil, onu rahatlatan bir uygulamaya bağlı olmakla ortaya çıkar (28).

Griffith'e göre internet bağımlılığı teknolojik bir bağımlılık olması yönü ile kimyasal olmayan insan-makine bağımlılığıdır (22). Özet olarak bakıldığında ise

internet bağımlılığı negatif sonuçlarına rağmen bireyin, internet kullanımını kontrol edememesidir (28).

İnternet bağımlılığı, Lee'ye göre, davranışlarına hakim olamama, aşırılık ve tekrar etme ile davranışa karşı direnç şeklinde tanımlanabilir (33). Birçok araştırmacı internet bağımlılığının belirti ve işaretlerinin, madde kullanım bozukluğu ve patolojik kumar oyunu, oyun bozukluğu belirtilerine benzer özellikler gösterdiğinde birleşmişlerdir (34,35,36,37,38). Tüm tanımlara bakıldığında internet bağımlılığı aşırı bilgisayar kullanmayı kapsadığı açık bir durumdur (39).

2.2. İnternet Bağımlılık Belirtileri

Dünya çapında internet bağımlılığı konusunda artan endişeler vardır. Ancak bu davranışın tanımlanması ve dolayısıyla da nedenleri konusunda yapılan çalışmalarda farklı görüşler vardır. Örneğin, Goldberg (40) tarafından bozukluk olarak nitelendirilen internet bağımlılığı, Griffith tarafından davranış bağımlılığı olarak ele alınmıştır (22). Çünkü bağımlılığa karşılık gelen altı alt bileşen, internet bağımlılık davranışını da, kendini de göstermektedir. Bu çekirdek bileşenler şu şekilde sıralanmaktadır;

1. Açıklık (Belirginlik),
2. Duygu durum değişimi,
3. Tolerans,
4. Yoksunluk,
5. Çatışma,
6. Relaps olarak ifade edilebilir.

Yine, Block'a göre, internet bağımlılığı dört unsuru içerir (31).

1. Aşırı kullanım
2. Yoksunluk
3. Tolerans
4. Sosyal hayata olumsuz yansımalar. Bu maddeleri şu şekilde açıklayabiliriz.

Aşırı kullanım bağımlı birey için büyük oranda zaman kaybına neden olur. Bundan dolayı da birey temel sorumluluklarını gerçekleştiremez. Bilgisayar ve

internete ulaşamadığında, bağımlı birey internet kullanımının sona ermesi veya azaltılmasından kaynaklı gerginlik ve depresyon durumu yaşar.

Tolerans ve yoksunluk duygusu daha fazla internet kullanımı sağlamak için daha gelişmiş bilgisayar ekipmanı ve yazılımları elde etmeyi hedefler. Böylece elinde bulunan olanaklarla interneti saatlerce kullanabilir. Ancak bu durumun yansımaları olarak ta stres, depresyon duygusu ve diğer negatif duygular ortaya çıkar.

Liu (41) çalışmasında Çin Hükümeti'nin, 2008 yılında kendi internet bağımlılık kriterlerini oluşturduğunu ve uygulama alanlarında bunları kullandığını belirtmiştir. Bu kriterlere göre;

1. Günlük 6 saat ve fazlası internet kullanımı,
2. Günlük 6 saat ve fazlası internet kullanımının 3 ay boyunca devam etmesi,
3. Sosyal, akademik ve iletişim becerilerinin bozulması ve bunların işlevsiz hale gelmesi,
4. Dürtüsellik ve güçlü istek gibi bağımlılık davranışının olması,
5. Yoksunluk, huzursuzluk, kolay sinirlenme, dikkat dağınıklığı ve uyku bozukluğu (31).

Lei ve arkadaşlarına (42) göre internet bağımlılığının bağımlılık olarak tanımlanabilmesi için bazı belirtilerin olması gerekmektedir. Aslında bu bağımlılık türünün belirtileri de genel olarak diğer bağımlılık belirtileri ile benzerlik göstermektedir. Bağımlılık belirtileri şu şekildedir:

1. Davranış dürtü kontrol bozukluğu,
2. Artarak yineleyen kullanım düzeyi / tekrarlamalar,
3. Aşırı düzeyde kullanımla birlikte alışkanlık kazanma.

Amerikan Psikiyatri Derneğinin yayımladığı DSM 5'te internet bağımlılığı tanımı yapılırken dikkat edilmesi gereken uyarı işaretleri şunlardır (43):

1. İnternet ile sürekli olarak meşgul olma, önceki yapılan aktiviteyi düşünme veya sonraki bölümü düşünme,
2. İnterneti memnun olmak, doyum sağlamak, tatmin olmak için yineleyerek artan zaman dilimleri ile kullanmaya devam etme,
3. İnternet kullanımının bırakılması, kesilmesi veya kontrol edilmesine dair tekrarlanan ancak başarısız olunan çabalar,

4. İnterneti kullanmayı bırakmaya çabaladığı zaman huzursuzluk, huysuzluk, depresyon veya sinirlilik hissetme,

5. Çevrimiçi olarak olması gereken düzeyden daha uzun süre kalma,

6. İnternet kullanımından dolayı aile ilişkilerinde uzaklaşma ve bozulmalar, iş kaybetme tehlikesi, eğitim ve kariyer olanaklarını riske atma sorunları ile karşılaşılması,

7. İnternette aşırı zaman geçirdiğini gizlemek için ailesine, terapistine ve/veya etrafındaki diğer bireylere yalan söyleme,

8. İnterneti, problemlerden kaçmak için bir çıkış yolu olarak kullanma veya ümitsizlik suçluluk, kaygı ve depresyon gibi disforik ruh halinden kurtulmak için internet kullanma,

9. İnternet kullanımından dolayı suçluluk hissetme ve kendini savunma duygusunu taşıma,

10. İnternet tabanlı aktiviteleri, coşku ve mutluluk hisleri için kullanma,

11. Yine aynı dokümanda internetin bağımlılığının fiziksel belirtileri şu şekilde belirtilmiştir:

✓ Karpal tünel sendromu yani ellerde ağrı ve bileklerde uyuşukluk,

✓ Göz kuruluğu ve gergin bakışlar,

✓ Sırt ve boyun ağrıları,

✓ Şiddetli baş ağrıları,

✓ Uyku bozuklukları,

✓ Belirgin kilo alımı veya kilo kaybı (43). Young (44), internet bağımlılığı

ölçütlerini benzer şekilde belirtmiş ve bu ölçütlerden beşinin karşılanmasını internet bağımlılığı tanısı konulabilmesi için yeterli görmüştür.

2.3. İnternet Bağımlılık Türleri

İnsanların internete niçin bağımlı oldukları sürekli olarak araştırılmış ve bu davranışı tetikleyen nedenler üzerinde çokça durulmuştur. Yapılan çalışmalarda bireylerin özellikle bir konu veya bir platforma bağımlı olup olmadıkları sorgulanmıştır. Griffiths araştırmasında internet bağımlılarının çevrimiçi olarak farklılaştığına dikkat çekmiştir. Ona göre aşırı oyun oynama, çevrimiçi seks, çevrimiçi olarak vakit geçirme /aylaklık, mesaj veya elektronik posta göndermek çevrimiçi

olarak yapılan aktiviteler arasında sayılabilir (22). Ayrıca, araştırmacı siber seks bağımlılığı, siber ilişki bağımlılığı, ağ baskıları, aşırı bilgi yüklemesi ve bilgisayar bağımlılığı gibi türleri de belirtmiştir.

Online kumar oyunları patolojik gruba dâhildir, bu oyunlar çevrimiçi ve çevrimdışı olarak farklılık gösterirler. Çevrim içi kumar siteleri baştan çıkarıcı ve gerçekçi olarak görülür ve her zaman bir tıkla kişinin karşısına çıkabilir. Kumar oyunu çeşitlerinin patolojik gelişimi hızlıdır. Çünkü çevrimiçi kumar oyunları hızlı erişilebilir durumdadır ve anlık dönütleri gerektirir (45).

Holmes (46)'a göre insanlar çevrimiçi yaptıkları birçok aktivite ile farklı problemler de geliştirirler. Örneğin, bu davranışları ile zorunlu olarak sohbet, pornografi indirmeye, oyun oynamaya başlarlar, böylece insanlar aslında internetin kendisine değil de aktivitelerine bağımlı hale gelirler.

Young internet bağımlılığını temel olarak 5 alt başlığı olduğunu belirtmiştir (38):

1. Cinsel bağımlılık (Sanal seks bağımlılığı),
2. Bilgisayar bağımlılığı,
3. Ağ baskısı,
4. Aşırı bilgi yüklemesi,
5. Sanal ilişki bağımlılığı.

Cinsel bağımlılık: Bağımlılığın bu türü cinsel içerikli ürünlerin ticaretini yapma, indirme, izleme veya sohbet odalarında yetişkin fantezileri oyunlarına katılma şeklinde ortaya çıkmaktadır.

Bilgisayar bağımlılığı: Bilgisayar ve/veya diğer dijital aletlerin sağladığı çevrimiçi oyunlar gibi aktivitelere bağlanma şeklinde olur. Bazı bilgisayarlar önceden programlanmış oyunlarla donatılmıştır. İnsanlar ailevi yükümlülüklerini yerine getirmemelerine ve işlerindeki maddi kayıplarına rağmen internette oyun oynamaya devam ederler.

Ağ baskısı: Bu alt başlık geniş anlamda davranışlarla ilgilidir. Çevrimiçi kumar, alışveriş ve borsa simsarlığını kapsar. Birey bu aktivitelerini devam ettirirken önemli finansal kayıplar yaşar ve/veya yaşanan bu durum kişilerin yaşamında ilişki ve iş kaybına neden olur.

Aşırı bilgi yüklemesi: Günümüzde yaygın bir şekilde varlığını devam ettiren internet, çevrimiçi aşırı gezme ve her bilgiyi araştırma gibi yeni bir zorunluluk davranışı yaratmıştır. Böyle yapan insanlar zamanlarını oransız, hesapsız bir şekilde bilgi araştırmaya, biriktirmeye ve bunları sınıflandırmaya ayırırlar. Bu bağımlılık türü de bu şekilde ortaya çıkar.

Sanal ilişki bağımlılığı: Bu bağımlılık türü aşırı bir şekilde sanal ilişkilere dâhil olma veya sanal olarak eşini aldatma olarak karşımıza çıkar (29).

2.4. Yaygın Kullanım

Günümüzde internet, insanlarla iletişim kurup sosyalleşebilmenin yanı sıra, eğitim, akademik faaliyetler, araştırma, bilgi alışverişi gibi çok farklı alanlarda da kullanılabilir hale geldi (47). Evlerde, okullarda, kütüphanelerde, internet kafelerde, internetin ulaşılabilirlik derecesi kolaylaştı ve ucuz bir hale geldi. Birleşmiş Milletler'in (48) yaptığı bir çalışmaya göre de internet artık ev tabanlı bir aktivite olarak yerini almıştır.

İnternet bireyin değerli kaynaklara ulaşmasını sağlayarak birçok yönden yaşam kalitesini arttırırken, günümüzde bu iletişim aracının aşırı derecede ve kontrolsüz kullanımı veya yanlış kullanımı internet bağımlılığına neden olur. İnternet bağımlılığı günümüzde çok yaygın bir bozukluktur. İnternetin dünya çapında yüzlerce sayısız faydaları olmakla birlikte, karanlık yönleri de vardır. İnternetin geniş potansiyel etkilerinin yanında en önemli sorunlarından bir tanesi internetin aşırı ve kontrolsüz kullanılmasıdır (49). Birçok insan bilgi ve iletişim teknolojilerinden ve/veya akıllı teknolojiden faydalanırken, bu teknolojiler siber kumar oynama, yasal olmayan kopyalama, her türlü siber zorbalık, kişisel bilgilerin ihlali, internet bağımlılığı, cinsel içerikli yayınların paylaşımı ve yayılması gibi birçok olumsuz etkilere de neden olmaktadır (50). Bazı araştırmalar oyunların düşmanlık ve gerginliğin gelişmesinde çeşitli ortamların hazırlayıcısı olduğu düşüncesindedir (51).

Geçmiş yıllarda da internet bağımlılığı, bağımlılık alanında zihinsel sağlık araştırmaları yapan insanların ve klinisyenlerin dikkatini çekmiştir. Hatta bu konu o kadar yaygın bir sorun haline gelmiştir ki, Güney Kore gibi bazı Asya ülkelerinde

internet bağımlılığı ve benzer problemler genel halk sağlığının çalışma alanına girmiştir (49).

İnternet bağımlılığı kapsamına giren ve sürekli olarak yeni bir şeyler araştırma güdüsü ile kendine engel olamama psikolojisi, geleneksel bağımlılık öğelerine, yani sigara, alkol, madde bağımlılığı ve kumar bağımlılığına göre daha yaygındır. İnternet bağımlılığı kullanıcıların geniş çapta artmasından kaynaklanan ciddi bir halk sağlığı sorunudur. İnternette kumar ve oyun bağımlılığı ise bu davranışın en yaygın bir biçimde görülmesi olarak belirtilebilir (52). Oyun bağımlılığı da bir tür internet bağımlılığıdır. Kullanma potansiyeli yaşa göre çeşitlense de oyun bağımlılığı en çok gençler arasında yaygındır (53).

Patolojik internet kullanımı veya problemlili internet kullanımı Avrupa ve Amerika'da % 7.9 dan % 25.2'ye yükselmiştir. Orta Asya ve Afrika oranları % 17.3'ten % 23.6'ya yükselmiştir. Çin'de bu oran % 6'dan % 10'a yükselmiştir. Bu bilgiler birkaç yıl önceye aittir. İnternetin günümüzde sunduğu uygulamaların çeşitliliği kullanım oranlarının artmasında önemli bir etkidir. Sosyal paylaşım siteleri günlük yaşamın önemli bir parçası haline geldiği için özellikle ergenlerin internet kullanım oranlarında büyük bir artış vardır (54).

Son 10 yılda, dünyadaki internet kullanıcılarının sayısında önemli oranda bir artış oldu (55). 2018 yılında dünyadaki internet kullanıcıları sayısı yaklaşık 3,9 milyar ve dünya nüfusunun % 51.2'lik bölümünü kapsadığı görüldü (56). İnterneti dünyada yoğun olarak kullanan ülkeler sıralamasına bakıldığında, Türkiye 69 milyon kullanıcısı ile 12. sırada yer almaktadır (57). Yurt içindeki oranlara bakıldığında ise TÜİK'in İstatistiklerle Gençlik 2018 raporuna göre Türkiye'de 12 milyon 971 bin 396 genç bulunmaktadır. Bu rakam, toplam nüfusun yüzde 15.8'ine karşılık gelmektedir (2). TÜİK rakamlarına göre 2009 yılında internet kullanımı gençlerde toplam olarak yüzde 59,4 oranındadır. Bu oranın yüzde 74.1'ini erkekler, yüzde 46'sını kızlar oluşturmaktadır. Son on yılda gençler arasında internet kullanımında ciddi bir artış dikkatimizi çekmektedir. 2019 yılı gençlerde internet kullanım oranı erkeklerde 94.8, kızlarda 86.6 oranı ile toplam yüzde 90.8 oranına yükselmiştir.

2.5. İnternet Bağımlılığının Nedenleri

Bireylerde internetin kontrolsüz kullanımı ve/veya sorunlu bir davranış biçimi olarak internet bağımlılığı davranışına yol açan çeşitli nedenler söz konusudur. İnternet bağımlılığına neden olan etmenler madde kullanımı ve oyun bozukluğu bağımlılığına benzer özellikler göstermektedir (58). Çalışmalar göstermiştir ki, oyun bağımlılığının altında yatan sebepler gibi internet bağımlılığına da, düşük sosyal beceriler, düşük düzeyde duygu durum ayarlama yetisi, düşük empati, yüksek düzeyde dürtüsellik ve depresyon, kaygı, sosyal fobi, azalan okul başarısı, aile ilişkilerindeki negatif etkiler yol açmaktadır (59).

Depresyon yatkınlığı olan bireyler veya depresyon belirtileri gösteren bireylerin internet bağımlısı olma riski taşırlar (54). Depresyon derecesi yüksek olan bireyler internet bağımlılığına daha yatkındır ve bağımlılık davranışı gösterirler (60). Bu bireylerde fark edilir ölçüde yalnızlık, düşük özgüven, enerji kaybı ve motivasyon eksikliği görülür. Bundan dolayı bu bireyler sosyal onay, özgüven kazanımı ve yalnızlığın üstesinden gelme durumlarını internetle olası kılarlar. Bağımlılık davranışı içinde olan bireyler zamanlarının çoğunu, sosyal birliktelikler, buluşmalar, dış ortam aktiviteleri ve aile buluşmaları yerine internette harcarlar. Dolayısıyla depresyon yatkınlığı olan bireyler, yalnızlığı yaşamaya başlarlar. İçine girmiş oldukları psikososyal sorunları onların bağımlılığını artırır (54).

Sosyal fobisi olan insanlarda internet bağımlılığı oldukça fazladır (61). Sosyal fobi bir bireyin başkaları tarafından değerlendirilme korkusudur. Aşağılanma, gururun kırılması ve yaptığı davranışlara gösterilen gülme tepkisi ile karşılaşmak sosyal fobiyi artırır. Bu negatif psikolojik durum, bireyleri sosyal ortamlara girme konusunda baskı altına alır. Bu durumda bulunan bireyler kişilerarası ilişkiler kurmakta zorlanırlar ve genellikle psikososyal yaşamları da olumsuz yönde etkilenir. Sosyal fobi en çok ergenlik döneminde ortaya çıkar. Ergenlik döneminde ortaya çıkan bu durum kişilerin sosyal yaşamlarını olumsuz olarak etkiler. Bunu yaşayan ergenler interneti kendilerini rahat hissedebilecekleri bir teşvik edici ortam olarak kullanırlar. Sonuç olarak bu durum ergenlerde sosyal izolasyona neden olur (61).

DSM 5'e (43,62) göre internet bağımlılığına neden olan internette oyun oynama bozukluğunun en önemli nedeni stres olarak belirtilmiştir. Çünkü stres, gerçek hayatın

problemleri ve acılarının üstesinden gelmek için pasif bir baş etme yolu sağlar. Bireyin psikososyal özellikleri, bireyde stres ve internette oyun oynama bozukluğu arasındaki ilişkinin ortaya çıkmasına neden olan potansiyel etmenlerden birisidir. Olumsuz etkileri olan olaylara karşı dayanma gücünü benliklerinde doğuştan barındırmayan bireyler, problemin üstesinden gelme çözümünü bağımlılık davranışını ortaya koyarak problemden ani bir kaçış sergileyerek gösterebilirler. Dolayısı ile sorunlar karşısında tahammülsüz olan bireylerle internet bağımlılığı arasında önemli bir doğrusal ilişki vardır (29).

Bazı araştırmacılar kişilik özelliklerinin bağımlılıkta rol oynadığı görüşüne varmışlardır. Yüksek oranda dışadönük olan ancak düşük düzeyde dürüstlük ve sorumluluk özelliği taşıyan bireyler, zamanlarının büyük bir kısmını internette sosyal paylaşım ağlarında geçirirler (63).

Yapılan bazı çalışmalarda bireyin biyolojik özelliklerinin, internet bağımlılığına neden olduğunu ortaya koymaktadır (64). İnsanların fiziksel veya zihinsel olarak aktif oldukları sabah veya akşam saatlerine biyolojik saat ya da kronotip denilir. Bireyler kişilik özelliklerine göre sabah veya akşam zaman dilimlerinde daha aktif olmayı tercih edebilirler. Kronotip olarak akşam saatlerinde aktif olan bireylerde alkol sigara kullanımı yaygındır. Ayrıca bu bireylerde madde kullanma oranı da fazladır. Sirkadyen tercihleri akşam olan bireyler bağımlılığa yatkındır (65,66). Kronotipi akşam olan bireyler saatlerce ekran başında zaman geçirebilir, bilgisayar kullanır, televizyon izler ve/veya oyun konsolları ile meşgul olurlar. Dolayısı ile biyolojik saati akşam aktif olanlarda bağımlılık davranışı daha fazla olarak gözlemlenir (67).

Bağımlılık davranışları, genetik yatkınlıktan da kaynaklanabilmektedir. Genetik faktörlerin de etkili olduğu varsayımına göre, internet bağımlılığına biyolojik yatkınlığı olan bireylerin, yeterli derecede dopamin reseptörleri olmaz veya vücutlarında yetersiz düzeylerde dopamin ve serotonin salınmasından dolayı, normal bir insan düzeyinde yaşamlarından zevk alamazlar. Bilindiği gibi bağımlıların beyinlerinde zevk aktivasyonunu sağlayan bir ödül merkezi vardır (68). Bu merkez aktive edildiği zaman dopamin salınımı yükselir. Aynen uyuşturucu ve diğer nörokimyasallar gibi dopamin salınımını artırır. Zaman içinde etkilenen bireyler bu davranışlarına karşı tolerans geliştirilir veya ödül merkezinden gelecek bir motivasyona daha da ihtiyaç duyarlar. Bireyler bu durumu kaybetmemek için mevcut

durumlarına devam ederler. İnternet kullanımı beynin ödül merkezinde dopamin salgılanmasına öncülük eder ve bu durum tüm bağımlı gruplarda aynıdır (6). Bundan dolayı da daha fazla haz almak için, dopamin salgısını artırıcı uyarılar arayışına girerler. Bu nedenle internet kullanımı onların bu ihtiyaçlarını karşılamaları için etkili bir araç haline gelir. Ancak bu davranışları sonucunda ödülleri etkin bir şekilde alsalar bile, bu bireylerin bağımlılık geliştirme riski yükselir (6).

Bağımlılıkta internet ve video oyunlarının ödül verici, motive edici yönü vardır. Dijital teknoloji kullanıcıları çeşitli bilgisayar uygulamaları ile çoklu ödül katmanlarını deneyimlerler. Bu deneyimler kullanılan uygulamalar, genel internet akışı, pornografi, sohbet odaları, mesaj panoları, sosyal ağ siteleri, video oyunları, elektronik posta, bulut uygulamaları, oyunlar gibi çok çeşitli olabilir. Bu ödüller ruh halini güçlendirdiği, mutlu ettiği zaman bu aktiviteler vazgeçilemez hale gelir. Örneğin; pornografide cinsel uyarıcılar, video oyunlarında çeşitli sosyal ödüller, bir kahramanla özdeşleşme, üç boyutlu grafikler birey üzerinde motive edici rol oynar. Arkadaşlık siteleri, romantik fanteziler, çevrimiçi kumar oyunları ve ait olma hissini veren özel sohbet odaları ve mesaj panoları bağımlılığı güçlendirici rol oynar (6). Örneğin, 21 yaşında internet bağımlılığı bozukluğu olan bir erkek birey, teknolojinin yaşamına zevk verdiğini ve hiçbir aktivitenin teknoloji kadar onu rahatlatmadığını ve motive etmediğini söyler. Ne zaman depresyona girse teknolojiyi kendini geri çekme ve izole etme aracı olarak kullandığını belirtir (54).

Sosyal medya ve oyun siteleri ile etkileşim bu ağları daha çok kullanma eğilimini de beraberinde getirir (69). İnternet bağımlılığının altında yatan ana neden, bağımlıların grup olarak oyun sitelerini, sosyal ağları vb. kullanmalarıdır. Böylece sosyal ağlarda ve oyun sitelerinde geçirdikleri zaman kendilerine göre ortak paylaşım arkadaşlığı olduğu için ergenler bunu gerçek zaman olarak kabul ederler (70). Obsesif kompulsif bozukluk ile aşırı internet kullanımı arasında nedensel bir ilişki vardır. Aşırı derecede internet kullanımı gösteren bireyler, kullanımlarını kontrol etmede zorlanırlar, tekrarlayan davranışlarla da interneti daha sık kullanma ve sürekli internetteki durumlarını kontrol etme davranışı gösterirler. Bu tür kişilerde aynı zamanda kişiler arası ilişkilerde duyarlılık artarken, interneti kullanmadıkları zamanlarda ise endişeli olurlar (71,72).

Yapılan araştırmalarda bireyin alışkanlıkları, demografik geçmişi, aile ortamı, sosyo-ekonomik durumları da internet bağımlılık davranışının oluşumunda etkilidir (73). Cinsiyet internet bağımlılığı oluşumunun önemli bir faktörüdür (74). Cinsiyet faktörü de aynı zamanda ergenlerin internet kullanımı ve bağımlılık geliştirmelerinde belirleyici bir etkidir (75).

Erkekler kadınlara nispeten daha fazla derecede internet bağımlılığı sorununa maruz kalabilirler (76). Bireyin yaşam tarzı, aile yapısı ve aile ilişkileri de internet bağımlılığının nedenlerindedir. Örneğın metropoliten bir yaşam tarzı, zayıf ebeveyn ilişkileri, zayıf ebeveyn-çocuk ilişkileri, negatif akran ilişkileri internet bağımlılığına neden olur (74). Tek ebeveynli ailelerin çocukları, çift ebeveynli ailelere göre bağımlılık davranışına daha çok açıktırlar (76). Aile içi iletişim ve bütünlük internet bağımlılığı ile yakından ilgilidir, aile içi iletişimi zayıf olan bireylerde internet bağımlılığı yaygındır (77).

Sanal ortam ve sanal kimlikten dolayı gerçekçi olmayan ilişkiler de bağımlılık davranışı gelişmesinin nedenlerindedir (73). İnternette anonimlik vardır. Birey kendini özgür ve serbest hissettiği için izin almaya gerek duymaz. İnternetin zaman değerlendirme ve anonim olarak faaliyetlerine katılma özelliğinden dolayı kullanıcıları olumsuz davranışlar sergileyebilirler (78). Kimlik belirsizliği ve başkalarını önemsememe, kullanıcıların sapkın davranışlar ve şiddet davranışı göstermelerini cazip hale getirir (52). Bu kullanıcılar sadece internette eğlence aktivitelerine dâhil olmakla kalmaz, gerçek hayatta elde edemeyecekleri kişilerarası ilişkilerinde de yakınlık kazanırlar. Görülmektedir ki gerçek yaşamlarında sosyal olarak izole olmuş, sosyal becerileri zayıf olan kişilerde, internet bağımlılığı ve internette zaman geçirme oranı artar (69). Sosyal ortamlardaki yakınlık hissi internetin kullanılmasına devam edilmesinde motive edici bir etkidir. Bu mutluluk verici tecrübeler, psikososyal işlevsellik bozuklukları ve temel günlük işlevlerini yerine getirirken yaşanan aksaklıklardan dolayı internet aşırı kullanılır. Böylece internet bağımlılığı davranışı yaşanmaya başlar (79).

DSM 5'e göre hem madde kullanımını hem de madde içermeyen ancak bağımlılık haline gelen tekrarlanan davranışlar, davranışsal bağımlılığın özünü oluşturur. Mutluluk verici davranışlar, sürekli hale gelir ve alışkanlık yapar (43). Aslında bireyler için internet kullanım nedeni her zaman, baş etme ve/veya eksikleri

telafi etme değildir. Kendini iyi hissetme, kendine başka bir kişilik verme, farklı bir sosyal kimlik oluşturma gibi nedenlerle de internet kullanımı artar (71, 72).

2.5.1. Ergenlerde İnternet Bağımlılığının Nedenleri

Genel olarak bakıldığında da internet bağımlılık davranışına en yatkın yaş grubu ergenler olarak görülmektedir (80). Yapılan çalışmalar internet kullanımının fazla ve/veya bağımlı bir davranış düzeyinde olmasının birçok nedeni ortaya koymaktadırlar. Örneğin, yaş faktörü ergenlerde diğer insan gruplarına göre daha önemli bir faktör oluşmaktadır. Ergen bireylerin yaş durumları göz önüne alındığında ise yaş olarak küçük ergenlerin yetişkinlere göre daha fazla bağımlılık riski gösterdikleri bulunmuştur (81). Ergenler arasında internet kullanımının ilk 5 aktivitesini sosyal ağlar, okul ödevleri, eğlence, oyunlar ve alışveriş oluşturur (54). Ergenler ve okuldaki öğrenciler en geniş internet kullanıcı kitlesidir. Bu grup aşırı internet kullanımına en yatkın gruptur. İnterneti oyun oynama, bilgi edinme, sosyal ağlarda sohbet, elektronik posta gönderme, araştırma, yazılım yükleme ve medya dosyası indirme, film izlemeyi ve müzik dinleme gibi nedenlerle kullanırlar (47).

Genel olarak video izleme ve internet oyunları ergenler arasında en popüler çevrimiçi aktivitedir. Oyunları eğlence, heyecan, cesaret arayışı ve problemlere karşı duygusal olarak baş etme stratejisi olarak kullanırlar (82). Eğlence ve zevk, duygusal denge, heyecan, engellerin üstesinden gelme, gerçek hayattan kaçma, ergenlerin çevrimiçi oyunlardaki duydukları temel ihtiyaçlardandır. Çevrimiçi oyunlar sayesinde, kullanıcılar memnun olmadıkları gerçek yaşamlarının aksine, kendilerini tatmin ettikleri sanal oyun ortamlarında kendilerini iyi hissederler. Bu şekilde günlük yaşamın zorluklarından kaçabilir ve kendine güvenli bir alan oluşturabilir (83).

İnternette sosyal etkileşim, eğlence, bilgi alışverişi, çevrimiçi alışveriş gibi pek çok aktivite yapılsa bile, çevrimiçi sohbetler, oyunlar, internet bağımlılığına neden olan en önemli faaliyetlerdendir. Dahası eğlence amaçlı internet kullanımı, sosyal kullanım amaçlı kullanıma nispeten daha fazla psikolojik problemler ile sonuçlanabilir (84).

Son yıllarda ergenler arasında sosyal ağ siteleri yaygındır. Bireysel ve herkese açık oluşturulan profillerde akranları ile iletişim kurarlar, bilgi ve resim paylaşırlar

(82). Ergenler çevrelerindeki zorluklarla yüzleşirken (44), yeteneklerini artırmak için sanal dünyaya ihtiyaç duyduklarını düşünürler. Sanal ortamda başka insanlarla iletişim, bir oyunda kazanma heyecanı, internette bulunan bilgi ve fotoğrafların keşfi, oyunda saldırılar ile adrenalin salınımı ve yaşanan heyecan, bir düşmanı alt etme hissi, sadece fareye tıklayarak bir başka ifade ile tek bir düğmeye dokunarak her şeyi elde edebileceği hissi ergenlerde internet bağımlılığını artırır. Küçük bir fiziksel güç ile olağanüstü başarı kazanma hissi bağımlılığı artırıcıdır. Kimliğin gizlenebilmesi, sınırsız izin, sohbet odaları, bloglar ve yüklenen çeşitli roller ergenlerin internete olan bağımlılığını artırıcı unsurlardandır (52).

İlerlemiş teknoloji ile birlikte internet erişimi, mobil aletlerde ve kablosuz broadband servislerle artık daha kolay erişim sağlanabilir ve hızlı ulaşılabilir bir hale geldi. Yapılan çalışmalarda kaygı, stres, dürtülerine hakim olamama ve sosyal fobi (85), benlik algısı, yalnızlık ve depresyon gibi psikolojik iyilik halini etkileyen faktörlerin internet kullanımını artırıcı etmenlerden olduğu görülmüştür (86). Örneğin benlik algısı düşük olan bireylerde çevrimiçi oyun bağımlılığı yüksektir. Negatif psikolojik iyilik halini gösteren yalnızlık ve depresyon bireyleri internet bağımlılığına iter. Yalnız olan ergenler onları daha da yalnızlaştıracak internet bağımlılığını geliştirirler. Depresyon hali ergenlerde internet bağımlılığının en önemli nedenlerindedir (87). Yapılan araştırmalar gösteriyor ki, fiziksel ve hormonal geçişlerden dolayı da ergenlerde akran ilişkileri zayıflar. Yine bu değişkenlikten dolayı ergenler yalnız kalmayı tercih ederler. Ortaya çıkan sosyal izolasyon da bağımlılık davranışını artırır (88). Yalnızlık bireyin tek başına olma durumu olduğu için, birey kendini dünyadan izole ettiği zaman ortaya çıkar. Bu duyguyu yaşayan insanlar, kendilerini toplumdan dışlanmış olarak görürler ve herhangi bir etkileşimin içinde kendilerine yer bulamazlar.

İnternet bağımlılığı özellikle sosyal desteğe ihtiyacı olan ergenler arasında yaygındır. Bireyler bu dönemde aile ve arkadaşları ile olan sosyal ilişkilerinde bozukluktan korkarlar, gelecek korkusu yaşar ve sosyal dışlanma gibi hem psikolojik ve hem de sosyal korkular yaşarlar. Ergenler bu dönemde karşılaştıkları problemlerden kaçabilecekleri farklı bir ortam arayışına girerler. Bu nedenle, iletişim kurabildikleri, kabul gördükleri ve mutlu oldukları bir atmosfere ihtiyaç duyarlar. İnternette akranları ile çevrim içi iletişim halinde iken, aradıkları desteği bulduklarını düşünürler. Böylece

bu çareye daha bağımlı olur ve internette daha fazla vakit geçirmeye başlarlar (89). Ergenlerle yapılan bir çalışmada kişilerarası ilişkileri sağlıklı olan ergenlerde internet bağımlılığı oranının yüksek olduğu görülmüştür (90).

İnternet kullanımı aynı zamanda ergenler arasında sıkıntılı duygulardan kurtulmak için ya da kendi kendine ilaç olarak kullanılan, bir tedavi yöntemi olarak kullanılabilir ve/veya bu anlama gelebilmektedir. Weidmann yapmış olduğu bir araştırma sonucunda sosyal olarak endişeli bireylerin daha rahat hissetmek ve kendini ifade etmek için internette diğer bireylerle interaktif olarak iletişim kurduklarını ortaya koymuştur (91).

Ergenler sevdikleri ve güvenilir ilişkiler kurabildikleri ve ihtiyaçları karşılanabilen bir aile ortamında, kendilerini rahat ve huzurlu hissederler. Arkadaşları, öğretmenleri ve çevresi tarafından desteklenmeyen çocuklar, kötü ilişkiler sergilerler ve yüksek derecede bağımlılık olarak tanımlanan davranışlar gösterirler. Dolayısıyla bu bireyler yalnız kalmayı tercih ederek daha da yalnızlaşırlar (92,93). Kim, LaRose ve Peng'e göre, yalnızlık öğrencilerde problematik internet kullanımının sadece sebebi değil aynı zamanda sonucudur (94). Yalnızlık internet bağımlılığının ana belirleyicilerindendir. Çünkü internet stresli durumlardan kaçmak için bir sığınak ve istenmeyen duygulardan kurtulma ve rahatlama yeridir (95). Örneğin, Türkiye'de üniversite öğrencileri ile yapılan bir çalışmada yalnızlık algısının yaşam doyumu ve benlik algısı ile ilgili olduğu ve internet bağımlılığını artırdığı görülmüştür (89).

Günümüz yeni model medyanın ulaşılabilirliği ve taşınabilirliği ile birlikte, internet bağımlılığı gençler arasında aşırı kullanımla beraber günlük hayatlarını kesintiye uğratabilecek kadar, önemli potansiyel bir sorun olarak ortaya çıkmaktadır (55). Ergenler kendini yatıştırma, toplumsal aidiyet, psikososyal problemlerin neden olduğu ruhsal bozukluklardan kurtulmak için interneti aşırı derecede kullanırlar (96).

Aile stresi, aile üyeleri arasındaki iletişim problemi, ergen bireylerin içinde oldukları sosyo-ekonomik durumun yetersiz oluşu, yetersiz yaşam koşullarında olan ve okurken çalışmak zorunda olmak ergenlerde de bağımlılık riskini artırır (97). Ayrıca ergenlerin problemlili aile ilişkileri, okul yaşamındaki problemlili ilişkileri, yetersiz okul faaliyetleri, yetersiz sosyal yaşam faaliyeti, ergenlerin yetersiz kontrolü ve izlem eksikliği internet bağımlılığına neden olmaktadır (98). Okul yaşamında

öğretmenler ve akranları ergenlerin psikolojik durumlarını etkileyebilir. Sonuç olarak da internet kullanımını olumsuz yönde etkilenir (54). Evde ve okulda mutsuz ortamlar internet bağımlılığının hem sebebi hem de sonucudur. Göz ardı edilemeyen bir halk sağlığı sorunu olan internet bağımlılığı ailenin gelir düzeyi, yaş, ailenin eğitim seviyesi, interneti ilk kullanım yaşı, akademik başarı kaygı ve depresyon gibi önemli unsurlardan da etkilenir.

Çalışma ve başarıma stresi, öz kontrol ve okul yaşamına adaptasyonda güçlük okul kaynaklı faktörlerin internet bağımlılığına neden olduğundan söz edilebilir (99). Düşük akademik başarıya sahip ergenler interneti daha yoğun bir şekilde kullanırlar. Benzer bir çalışmada Türkiye'de ders durumu başarısız olan öğrencilerin % 31'inin günde en az 1 defa internete bağlandığı görülmüştür. Ayrıca meslek liselerinde okuyan öğrencilerin ve akademik başarısı düşük olan öğrencilerin internet kullanım sürelerinin ise bu oranı aştığı görülmüştür (100).

Anne veya babası ölmüş olan ergenler yalnız kalma eğiliminde olur ve buna bağlı olarak ta zayıf akran ilişkileri geliştirirler. Bu durumdaki bireylerde bağımlılık davranışının yine yüksek olduğu gözlemlenmiştir (101).

Sosyal kimlik arayışı ergenlerin internet bağımlılığı davranışını geliştirmelerinde önemli bir yere sahiptir. Sosyal yeteneklerden yoksun olan ergenler iletişim becerilerinde başarısız olmakta ya da yetersiz ilişkiler geliştirmektedir (92,93). Bu yüzden, günlük yaşamsal faaliyetlerinde sosyal izolasyon, dışlanma ve reddedilme korkusu yaşamamak için interneti yoğun olarak kullanmaktadır (102).

Young ve arkadaşlarına göre, kimliğinin bilinmemesi yönüyle içine kapanık insanlar, sanal ortamda kendilerini güvende hissederler. Sanal ortam onlar için bir tür güvenli sosyal platform haline gelir (103). Dış görünüşünden dolayı mutsuz olan ergenler kişisel iletişimden kaçınır ve yüz yüze iletişimi tercih etmezler. Bundan dolayı da iletişim ihtiyaçlarını internet kullanım oranlarını artırarak karşıladıkları görülmektedir. Dolayısıyla da çevrimiçi olarak sanal arkadaşlarla iletişim kurmayı tercih etmektedirler. Böylesi bireyler gerçek insanlarla az vakit geçirmeyi seçmektedirler.

Ergenlerin sosyal çevrelerinde olumsuz dönüt almaları ve/veya internet ortamında olumlu olarak onaylanmaları onların bağımlılık eğilimlerini artırır. Günümüzde sosyal ağlar ergenler arasında ana iletişim yolu haline gelmiştir. Sosyal çevreleri ile problem yaşayan ergenler hem psikolojik hem de davranışsal olarak etkilenirler (88). Sosyal ağları kullanan ergenler akranlarından pozitif dönütler aldıkları zaman, özgüvenleri artar ve kendilerini iyi hissederler. Pozitif dönüt, özgüvenin gelişmesi için ergen üzerinde güdüleyici rol oynar (58). Batı ülkelerinde Facebook, Twitter ve Instagram yaygın kullanılan sosyal ağlardır. Çin’de ise, Kakao Talk ve We Chat popüler olarak kullanılır (54). Sosyal ağların bu denli yoğun kullanımı birçok zihinsel sağlık problemini de beraberinde getirmiştir ve ergenlerde psikososyal sorunların ortaya çıkmasına neden olmuştur. Örneğin, son yıllarda yapılan bir araştırma problemlili Facebook kullanımının potansiyel bir zihinsel hastalık olduğunu ortaya koymaktadır (104).

Günümüzde sokak oyunlarının yerini büyük ölçüde internet almış ve böylece internet bağımlılığı başlamıştır (27). İnternet erişimi evlerde, okullarda ve halka açık alanlar, internet kafeler gibi çok çeşitli yerlerde mevcut ve kolay olması risk grubunda olan savunmasız ergenleri olumsuz yönde etkiler. İnternet bağımlılık bozukluğu diye de adlandırılan internet bağımlılığı, dünya çapında yaygın olsa da aslında en çok bilgisayar ve teknoloji erişimi kolay olan yerlerde daha yaygındır (22). Bu nedenle, internet erişiminin ulaşılabilir, ucuz ve kolay olması internetin ergenler arasında yaygın olmasının nedenleri arasındadır (47). Akıllı telefonlar, dizüstü bilgisayarlar ya da masaüstü bilgisayarlar ergenlerin internet kullanımında önemli ölçüde etkin dijital araçlardır. Bu araçlara kolay ulaşma ergen bireylerde internet bağımlılık prevalansının artarak yükselmesine neden olur.

İnternetin ergenler arasında amaçsız ve bilinçsiz kullanılmasına yol açan internet okuryazarlığının olmaması da bağımlılık yapıcı nedenler arasında sayılabilir. Hong Kong’da yapılan bir araştırmada internet bağımlılık oranının düşük gelir seviyeli ergenlerde ve internetin kullanım amacını bilmeyen, internet okuryazarlığı olmayan ergenler arasında artış gösterdiği gözlenmiştir. Boş vakit değerlendirme, oyunlar ve sosyal ağlar için internet kullanmanın temel internet aktiviteleri olan elektronik posta, web sayfası arama gibi aktivitelere oranla daha fazla bağımlılık yapıcı olduğu gözlemlenmiştir (105).

Cinsiyet faktörü de aynı zamanda ergenlerin internet kullanımı ve bağımlılık geliştirmelerinde belirleyici bir etkidir (75). Kızlar ve erkekler interneti kullanırken farklı özellikler gösterirler. İnterneti kızların yoğun kullanmasının nedeni, duygusal ve sosyal desteğe erkeklerden daha fazla ihtiyaç duymalarından kaynaklanmaktadır. Erkekler ise kızlara oranla daha fazla yalnız zaman geçirmeyi tercih ettiklerinden interneti yoğun bir şekilde kullanırlar (106, 107, 108).

Birçok araştırmacı ve klinisyen çeşitli mental bozuklukların internet bağımlılığını da beraberinde getirdiğini vurgulamaktadır. Hatta bağımlılık mı yoksa bozukluk mu önce gelişir diye birçok tartışma vardır (109). Tüm bağımlılar kendine özgü ortak özellikler gösterirler. Farklılıkların aksine ortaklıkları paylaşırlar. Ruh hali değişikliği, tolerans, yoksunluk belirtisi, çatışma ve relaps gibi özellikler bağımlılık ortak etiyojisini oluşturur (110). İnternetin ümitsizlik, suçluluk, endişe, kaygı, depresyon gibi disforik ruh haletini rahatlatmak veya sorunlardan uzaklaşmak için kullanılması ayrıca bir bağımlılık nedenidir (50).

Ancak, proaktif bireyler interneti daha kontrollü kullanırlar. Proaktif bireyler, başka insanların motivasyon veya yönlendirmesine ihtiyaç duymadan sorumluluk alma yetisine sahiptirler. Hung, Chen ve Lin'e göre, proaktif özellikte kişiler var olan ortamlara rahat adapte olurlar ve yaratıcı faaliyetleri yerine getirebilir ve risk alabilirler (111). Proaktif bireyler interneti genel olarak ürünler, hizmetler ve yenilikler hakkında bilgi sahibi olmak için kullanabilirler.

2.6. İnternet Bağımlılığının Sonuçları

Birçok çalışma (5, 112, 113, 114, 115), internet bağımlılığı ile sosyal ilişkiler arasında negatif bir ilişki olduğunu ortaya koyar, interneti aşırı derecede kullanan bireylerin yalnızlaştığını ve sosyal izolasyonun arttığını belirtir. İnternet bağımlılığına bağılı olarak akran ilişkileri zayıflar, yalnızlık tercih edilir. Ayrıca, interneti eğlence aracı olarak kullanan gençlerde, bağımlılık oranı arttığı ve akran ilişkilerinin zayıfladığı görülmektedir. İnternet aracılığı ile sohbet eden gençlerde yalnızlık oranının yüksek olduğu görülmüştür. Ayrıca internet bağımlılığının şiddet üzerinde de etkileri vardır (89).

İnternetin anormal derecede kullanımı ile birlikte patolojik sorunlar ortaya çıkar. İnternet bağımlılığı depresif belirtileri beraberinde getirir (54). Yapılan çalışmalarda endişe, kaygı, duygu durum bozukluğu, tolerans geliştirme, yoksunluk, stres ve çeşitli işlevsel bozukluklar ortaya çıktığı görülmüştür (61, 116). Son 20 yıldır internet bağımlılığı veya problemlili internet kullanımı üzerine yapılan çalışmalar göstermektedir ki, internet kullanımı ve kullanım şekilleri ve düzeylerinin patolojik özellikler göstermesinin özellikle çocuklar ve ergenler üzerinde olası etkileri artmaktadır (117). Birçok araştırma internet kullanımı ile kişilik tehditleri arasında da ilişki bulmuştur. İçine kapanıklık, kontrol kaybı, düşük benlik algısı özgüven eksikliğinin internet bağımlılığı ile ilgili olduğu sonucuna varılmıştır (96). Bunlara ek olarak, aile ile tartışma, düşmanlık ve agresiflik de internet bağımlılığı ile ilgilidir. Chang FC'e göre 1100 kişi arasında yaptığı araştırmasında internet bağımlılık prevalansı %10.6 oranında görülmüştür. Bu çalışmada yüksek skorları alanlar erkekler, bekarlar, öğrenciler ve yüksek derecede nevroitiklerden oluşmaktadır (118). İnternet kullanımına bağlı olarak yaşam kalitesinde bozulmalar ve psikiyatrik hastalıkların varlığında artış gözlemlenmiştir. Son zamanlarda intihar etme düşüncesini taşıyanlar ve intihar teşebbüsünde bulunanlarda internet bağımlılık skorları yüksektir (118).

Bağımlı bireyler sosyal izolasyon içinde olduklarından fiziksel bozukluklarının yanı sıra, akademik, ekonomik, ilişkisel ve meslek problemleri de yaşarlar (55). İnternet bağımlılığı birey için ciddi problemlere yol açar. Evlilik, akademik ve iş ile ilgili problemler ortaya çıkar. Bağımlılar genel olarak çevrimiçi kullanım saatlerinde aşırıya giderler. Haftalık 40 saatten 80 saate kadar çıkabilirler. Bazen 20 saat boyunca hiç kalkmadan internet başında oturabilirler. Uyku düzeni bozulur. Gece saat 2-3 hatta bazen 4 e kadar uyanık kalındığı için, sabahları okul ve iş için uyanma engellenir. Çok sıra dışı durumlarda internette kalış seansını uzatmak için bağımlı bireyler, uyanıklık sağlayan kafein ilaçları bile kullanırlar. Bu şekildeki uyku bozuklukları, aşırı yorgunluk, yetersiz akademik ve iş performansı, düşük bağışıklık sistemi ile birlikte hastalıklara açık hale gelinir. Bilgisayarın önünde uzun saatler oturulması, bağımlı bireyin uygun şartlarda egzersiz yapmadığı ve bazen de karpal tünel sendromu ile sonuçlanan durumları ortaya çıkarır (44). Bu şekilde aşırı internet kullanımı bireyin sosyal hayatını olumsuz yönde etkiler. Aile ve arkadaş ilişkilerini/birlikteliklerini azaltır veya uğraşı kaybına neden olur. Bilgisayara veya internete ulaşılamadığında

kaygı veya depresyon hislerinin yaşanmasına neden olur. Birey internete ulaşamadığı zamanının çoğunu interneti yeniden nasıl kullanırım endişesi ve düşüncesi ile geçirir. İnternet kullanım miktarını gizlemek için yalanlar söyler (50). Tayvan'da yapılan bir araştırmaya göre, internet kullanımına bağlı olarak artan depresif semptomlar, internet kullanımından beklentiler, internet kullanım saatindeki artışlar, artan dürtüsellik davranışı, akademik başarıdaki yetersizlikler, güvensiz bağlanma internet bağımlılığının sonuçlarıdır (111).

İnternet bağımlılığı bireyleri olumsuz olarak etkilediği için, mental bozukluklar ve duygusal sorunlar ortaya çıkar (119). İnternet bağımlılığının özellikle ergenlerin mental durumlarında bozulmalara yol açar (7). İnternet aile, okul ve sosyal çevrenin neden olduğu olumsuzlukların ortaya çıkardığı strese karşı bir kaçış yolu sağlar (29). Sosyal medya siteleri yalnızlık, düşük benlik algısı, depresif duygulardan kurtulmak için yoğun bir şekilde kullanılır ve bağımlılık eğilimini ileri derecede artar (60).

Bununla beraber, farklı sosyal, psikolojik, fiziksel, akademik performans ve ders çalışmada güçlük yaşama ortaya çıkar. İnternet bağımlılığı aşırı kullanım ya da zayıf kontrol neticesinde, bireyin sosyal ve iş hayatı kesintiye uğrar (24). Bu bağımlılık davranışı bireyleri etkisi altına alarak zihinsel sağlıklarına zarar verebilir. Bu durum bireylerin kişilik gelişimine engel olmakla kalmaz, aynı zamanda casusluk, ihbar, sabotaj, hırsızlık ve kurumsal ağları kişisel olarak kötüye kullanma gibi çeşitli suçlara da götürebilir (120).

İnternet bağımlılığının insan sağlığı üzerindeki negatif etkileri oldukça fazladır. Örneğin, öğünleri atlama, gece geç saatlere kadar uyanık kalma gibi sorunlar yoğun ölçüde internet kullanımı ile ortaya çıkar (84). Bu bağımlılık davranışı fiziksel sağlık bozuklukları, uyku bozukluğu, obezite gibi sorunlara neden olmaktadır (121). İnternet bağımlılığı ile mental hastalıklar arasında ilişki vardır. İnternet bağımlıları uykusuzluk ve depresyon rahatsızlıklarını yaşarlar (86).

İnternet bağımlılığı sonucunda yeme bozukluğu hızlanır. Anormal yeme alışkanlıkları kadınlarda erkeklere oranla daha fazla görülür (122). Bu davranışı sergileyen bireylerde mental sağlık sorunları, depresif semptomlar genel kaygı sosyal kaygı dikkat bozukluğu hiperaktivite ortaya çıkar (77).

Araştırmalar, internet kullanımının ergenlerin psikososyal gelişimlerini negatif olarak etkilediğini ve depresyon, yalnızlık, dūřuk benlik algısı, anksiyete gibi zihinsel bozukluklara neden olduğu sonucunu ortaya koymuştur (5,112,113,114,115,123). İnternet bağımlılığı bireyi gerçek yaşam ilişkilerinden uzaklaştırır (85,87).

Oyun oynama, arkadaş ilişkilerinin gelişimi için çok önemlidir. Ergenlerin yaklaşık %52 si sanal oyunlara arkadaşları ile girmeyi tercih etmektedir. Hem evrimii hem de evrimdiři oyunlar, özellikle erkek çocuklarda arkadaşlığın kurulması ve devamlılığı için önemlidir (124). Ancak bu durumun olumsuz etkileri de söz konusudur. İngiltere'de yapılan bir araştırmada 11-15 yař arası öğrencilerde 2009-2010 yılında yüksek oranda oyun oynayan erkek çocuklarının zorbalık yaparak arkadaşlarını mağdur etmeleri ve suça karışmaları dikkat çekicidir, aynı zamanda bu erkek çocuklar kendilerini ihmal ederek çoğunlukla a kalmakta ve bu Őekilde tüm günlerini geirmekteler. Bağımlılık düzeyinde olan ya da yüksek oranda internet kullanan kızlarda ise dūřuk yaşam doyumunu olduğu grlmūřtur.

İnternet bağımlılığının sonuçları dikkat bozukluğu, kötü akademik performans, depresyon, kendine zarar verme, dūřmanlık ve şiddet duyguları ortaya çıkması ile olabilir. Burada, İnternet bağımlılığı zorunlu ve dürtüsel spektrum bozukluğu olarak tanımlanır. Aşırı bilgisayar veya internet kullanma, yoksunluk, tolerans hislerini kapsar (41).

Ergen bireyler arasında internet kullanımı günlük hayatta sosyal ağlar üzerinde artan bir Şekilde yaygınlaşırken sosyal hizmet uzmanları, internet bağımlılığına bağlı olarak siber akran zorbalıkları gibi farklı yeni sorunlarla karşı karşıya kalmaktadır (125).

Yapılan araştırmalarda siber zorbalığın son zamanlarda ortaya yoğun olarak çıktığı grlmūřtur. Siber zorbalık teknolojinin zorbalık davranışı içerikli olması ve bu amaçla kullanılmasıdır (126). Zorbalık fiziksel, psikolojik, sözel ve ilişkisel davranışlar olarak direkt veya dolaylı olarak ortaya çıkar. Bazen oyuncular evrimii oyunlarda küfür ve hakaret içeren cümleler duymamak için kulaklıklarını çıkarırlar ve ani bir Őekilde bilgisayarlarını kapatarak oyundan çıkarlar. Gergin oyuncular genelde kurbanlarına yabancı olan kişilerden oluşur (127). Oyun platformunda yaşanan bu durumlarda, kimlik belirsizliği gerginliğe karşı koymayı da engeller. Çünkü zorbalığa

maruz kalan kişi kiminle baş etmek zorunda olduğunu bilemez. Sözel olarak mesajlara maruz kalabilir; çok kötü oynadığı, niçin bu kadar berbat olduğu ve oyunu silmesi gerektiği gibi baskılara hedef olur ve sözel şiddetin baskısında kalırlar. Zorbalığa maruz kalan ergenler kendilerini işe yaramaz olarak hissederler. Bu duygulardan kurtulmak için, kendilerinin de zorbalık yaparak başka çevrimiçi oyun içindeki oyuncularını alt edeceklerine inanırlar (126).

Ergenlik internet bağımlılığı ve sosyal fobiler yönünden çok riskli bir süreçtir. Aşırı internet kullanımı ergenlerde aile ve arkadaş ilişkilerinde bozulmalara neden olur ve dolayısıyla sosyal yaşamları olumsuz yönde etkilenir. Çünkü ergen kendini sanal ortamda iken yüz yüze iletişime nispeten daha rahat hisseder (128).

İnternet kullanımının sağlık, akademik, başarı, zaman yönetimi ve kişiler arası ilişkilerde negatif etkileri vardır (129). Ergen birey zayıf okul başarısı, aile, sosyal işlevsellik, özsaygı ve yaşam doyumu, zihin sağlığı, depresyon gibi sorunlarını kendi başına tedavi etmek ister (85). Onun için interneti aşırı bir düzeyde kullanmaya başlar. Bağımlılığı olan öğrenciler, zamanlarının çoğunu ders çalışmak yerine çevrimiçi olarak geçirirler. Bundan dolayı zayıf akademik performansla sahip olurlar. Yapılan birçok araştırma bu durumun doğruluğunu desteklemiştir (96). Aşırı internet kullanıcıları zaman düzenlemesi ve yönetimi yapamazlar. Aile, okul ve iş arkadaşları arasında zamanlarını paylaştıramazlar. Sürekli olarak çevrimiçinde kendilerini aldatırlar. İnternet kullanılarak da morallerinin değişmesini sağlarlar. Ancak, gerçek dünyada gerçek bireylerle zaman paylaşımı yapamadıkları için sosyal ilişkileri bozulur ve/veya tamamen kopma noktasına gelir (96).

İnterneti aşırı derecede kullananlar, günlük maksimum 3-4 saatlerini internete ayırırlar. Bu bireyler akademik çalışmalarına konsantre olamadıkları için sorumluluklarını yerine getiremezler (55). Çalışmalara bakıldığında akademik başarısı düşük ergenlerin en yüksek oranlı internet kullanıcıları olduğu görülmektedir (130).

İnternet oyun bağımlılığı ergenlerde kas ağrıları, uyku bozuklukları, yeme bozuklukları gibi fiziksel sağlık problemleri ortaya çıkar (51). Bazı internet kullanıcıları ise uzun saatler boyunca çevrimiçinde bir konuyu araştırarak veya bir blog içinde geçirirler (50). İnternet bağımlılığı bireyin günlük işlerini engeller nitelik taşır. Aşırı kullanım sonucu zaman kaybı, açlık ve uyku gibi temel ihtiyaçlarını ihmal

edilmesi, yoksunluk sistemleri, öfke, yorgunluk, sosyal izolasyonları içeren negatif davranışlar oluşur. İnternetin aşırı kullanılması veya kullanım kontrol önlemlerinin zayıf olması neticesinde sorunlara neden olan davranış bozuklukları gibi sıkıntılı durumlar ortaya çıkar (39).

Yapılan farklı araştırmalarda, internet bağımlılığının beraberinde getirdiği fiziksel, mental ve davranışsal sorunlar şu şekilde sıralanabilir:

1. Fiziksel sorunlar

- ✓ Uyku bozukluğu
- ✓ Obezite
- ✓ Baş ağrısı
- ✓ Yüz ve boyun kas ağrısı,
- ✓ Omurga ağrısı,
- ✓ Göz ağrısı,
- ✓ Göz yaşarması,
- ✓ Bulanık görme,
- ✓ Elleri hareket ettirmede duyulan ağrılar,
- ✓ Boyun sertleşmesi,
- ✓ Omuzlarda ağrı,
- ✓ Bel ağrısı,
- ✓ Bacaklarda karıncalanma,
- ✓ Sinir başı sendromu ellerin hareketine zarar verir (Uzun süre bilgisayar başında durulduğu için)
- ✓ İleri seviyede ise çok acılı durumlarla birlikte engele yol açar.
- ✓ Aynı duruş pozisyonu ile monitörün karşısında uzun süre durma, sırt ağrısı ve yorgunluğa neden olur.
- ✓ Omuz ve boyun eklem yerleri zarar görür.
- ✓ Kas elastikiyeti zayıflaması ve zamanla elastikiyet kaybı.
- ✓ Omurga şeklindeki değişmeler.
- ✓ Çok çalışma ile birlikte klavye kaynaklı dirsek, bilek, ön kol ve parmak ağrıları başlar (131).

Ayrıca PC monitörü elektrostatik alan kaynağıdır. Düşük elektromanyetik radyasyon, X ışını, ultraviyole, kızıl ötesi radyasyon yayar. Ayrıca bilgisayara uzun süre maruz kalan insanlarda, hormonal durum, beyin bio-akımında özel değişimler ve metabolizma deviasyonu ortaya çıkar. Diğer negatif etkilerle birleştiğinde, düşük frekanslı manyetik alana maruz kalındığında kanser ve lösemi gibi hastalıkların ortaya çıkışı hızlanır. Bazı durumlarda monitörün elektrostatik alanı tarafından toplanan tozlar, dermatit, astım semptomlarının kötüleşmesi ve mukoza zarlarının irritasyonuna neden olur.

Bilgisayar kullanıcılarının %90'ı gözlerde yanma hissi veya ağrıdan şikâyet ederler. Ayrıca göz kapaklarının altında kumlanma hissi, bulanık görme gün boyu devam eder. Bilgisayar göz sendromu bu durumu açıklayan yeni bir kavramdır.

Elektromanyetik alana yoğun bir şekilde maruz kalan insanlarda bağışıklık sistemi, endokrin ve merkezi sinir sistemi zarar görür. Bundan dolayı bilgisayar başında uzun süre vakit geçirenlerde psikolojik sorunlar, fonksiyonel bozukluklar, kardiyovasküler sistem hastalıkları ortaya çıkar (131).

2. Mental sorunlar

- ✓ Depresif semptomlar
- ✓ Genel kaygı
- ✓ Sosyal kaygı
- ✓ Dikkat bozukluğu ve hiperaktivite

Çocuk ve ergenler henüz gelişimlerini tamamlamadıkları bir süreçte olduklarından, bilgisayar ve interneti yoğun bir şekilde kullanmanın olumsuz etkileri ile karşı karşıya kalabilirler. İnternette geçirilen süre çocuk ve ergenlerin iletişim kurması, hayal kurması ve dikkat toplama, odaklanma yönünden önemlidir. Bu nedenle bazen telafisi mümkün olmayan sorunlar ortaya çıkabilir (132).

3. Davranışsal Sorunlar

- ✓ Madde bağımlılığı
- ✓ İntihar öncesi davranışlar
- ✓ Sosyal işlevsellik bozuklukları
- ✓ Kişiler arası anlaşmazlık

✓ İş kaybı (4)

✓ Prevalans

Yapılan çalışmalarda internet bağımlılığı olan ergen bireylerin aile ilişkilerinde zayıflamalar olduğu görülmüştür. Ergenlerin zamanlarının çoğunu internette geçirmeleri, gerçek insanlarla olan bağlarında zayıflamalara ve ilişkilerinde azalmalara neden olmaktadır. Ergenlerin sevdikleri ve aileleriyle, ya da arkadaşları ile dışarı akşam yemeğine çıkmak gibi aktivitelerde isteksizlik gösterdikleri, toplumsal etkinlik ve gezilere katılımda da gönülsüz oldukları görülmektedir (38).

Ergenler internette daha fazla çevrimiçi olabilmek için ailelerine daha az zaman ayırmaktadırlar. Bu nedenle de duygusal ve sosyal yoksunluk yaşamaktadırlar. Ergenlerin; “iyi vakit geçiriyorum, beni yalnız bırakın, problemin yok” gibi cümleler kullanmaları onların internet bağımlılıklarını örtmek için kullandıkları savunma cümleleridir.

Ergenler, sağlıklı bir şekilde gelişimlerini tamamlayabilmek için yeterli düzeyde uykuya ihtiyaç duyarlar. İnternetin normalin dışında ve aşırı düzeyde kullanılması uyku bozukluğuna (insomnia) ve depresyona neden olur (133). Uyku yetersizliği, aşırı yorulmalar, fiziksel egzersizlerde azalma, bağışıklık sisteminin etkinliğinin azalması ile birlikte bireyler hastalıklara açık hale gelirler. İnternette geçirilen 20 saatlik zaman dilimleri uyku döngüsünü bozar ve uyku bozuklukları ile birlikte yorgunluk ve huzursuzluk ortaya çıkar. Sürekli uyanık kalmak, internette daha fazla kalabilmek ve bu sürenin arttırılması için kafein içeren ilaçların kullanımı bu tür rahatsızlıkların artmasına neden olmaktadır. Lin ve Tsai’ye göre, internet bağımlılığı ergenlerde akademik işlevselliğin azalmasına neden olmaktadır (133).

Ergenler, interneti üretkenlik sağlanması yönünde değil de bunun tam aksine bu aracı daha çok sosyal medya, oyunlar ve benzeri boş zaman değerlendirme aktiviteleri için kullanırlar. Ergenlik döneminde internetin aşırı ve kontrolsüz kullanımı, kullanan bireylerin beyin gelişimini olumsuz yönde etkiler ve aynı bireyleri daha zararlı internet alışkanlıkları edinimine duyarlı hale getirebilir (134).

Bu alışkanlığa sahip ergen bireylerin ergenlik süresi içinde beyinlerinde bulunan prefrontal kortekste sinaptik budama (işlevsel azalma) olmakta ve bireylerin

hareketlerini kontrol ve planlama dürtüleri ve ileriye dönük düşünme yeteneklerinde azalma olmaktadır (134).Bu durum, ergenlerin tehlikeli davranışlara yönelmesine neden olacak daha fazla risk almalarına yol açmaktadır. Yaşanan tüm bu durum ergenleri bağımlılığa kadar götürebilmektedir (7).

İnternet bağımlılığı, ergenlerde çoklu zihinsel bozuklukların oluşmasında etkilidir. Anksiyete gibi kaygı bozuklukları ve depresyon gibi mental hastalıkların gelişir, hiperaktivite bozukluğu ortaya çıkar. Bu bakımdan internet bağımlılığının bireylerin psikososyal gelişimine etkileri, klinisyenlerin daha ileri araştırmalarını gerektiren önemli bir alandır. Araştırmacılar internet bağımlılığı ile diğer psikososyal problemler arasında yakın ilintiler belirlemişlerdir. Yoğun ve kontrolsüz olarak internet kullananlar, internet bağımlısı olarak, dürtüsel davranışlar gösterirler. Bu durum ergenlerin günlük yaşamlarını, yaşamsal fonksiyonlarını ve iyilik hallerini olumsuz yönde etkiler. Örneğin majör depresyon bozukluğu (MDB), bipolar ve uyum bozukluğu arasındaki ilintilileri saptamak için çalışmalar yapılmıştır.

MDB teşhisi konulan ergenlerin, diğerlerinden daha fazla internet bağımlılığı geliştirdiklerini göstermektedir. Bu ergenlerin interneti fazla kullanmalarının nedenleri;

1. Kendilerini yatıştırmak ve duygularını düzenlemek,
2. Problemlerle baş etmek, duygularını düzenlemek ve karamsar duygu durumunu değiştirmek,
3. Önemli ölçüde, zamanın çoğunu internette geçiren diğer ergenlerle kurulan ilişkiler olarak söylenebilir (4).

İnternet bağımlılığının neden olduğu sorunlar, ergenlerin kişilik gelişimlerini etkiler. Ergenlik döneminde, bireyler kimlik rol çatışması yaşarlar (135). Bu evrede, ergenler kişiliklerinin farklı yönlerini keşfederler. Taşıdıkları değerlerle örtüşen bir kimlik anlayışına ve arayışına girerler. Dolayısıyla, bu dönemde akran grupları kişilik gelişiminde önemli bir etkiye sahiptir. Kriz anında ki sorunları ve sorumluluklarını erteleme ve kimlik kazanımı ihtiyacı internet bağımlılığını artırır (136).

Ergenler için internet, akranları tarafından onaylanma, destek alma ve aynı zamanda fiziksel ve duygusal doyum sağladıkları bir araç haline gelmektedir. Ergen için gerçek yaşamda onaylanmak ve akranlarından kabul görmek zor olabilir. Bu

nedenlerden dolayı da internet sosyal onaylanma sağlamak ve bağlanma için pekiştirici bir etken olmaktadır. Çünkü ergenler internet ortamında gerginlik yaşamadan ve çekinmeden sosyalleşebilirler (137). Akran faktörleri ve sosyal onaylanma, kabul arayışı ile birlikte ergenlerde sapkın davranışlar ortaya çıkar (138).

2.7. Önlemler ve Müdahale

İnternet bağımlılığı dünyada ve ülkemizde yaygın bir sorun haline geldiği için ele alınması gereken çok önemli bir problemdir. İlgi odağı insan olan sosyal hizmetin müdahale ve önleme alanında yer alması gereken çoğunlukla ergenleri içine alan bir sorundur. Bu yönden siber soruları odağına alan yeni bir sosyal hizmet yaklaşımı geliştirilebilir.

Son derece karmaşık olan ve sürekli olarak insan yaşamına yayılan bu sorun mikro, mezzo ve makro düzeylerde ve sorunun tüm parametrelerini kapsayan müdahale ve önleme yaklaşımları ile ele alınmalıdır. Sosyal hizmet uzmanları internet bağımlılık davranışı gösteren ergenlerle çalışırken ergen bireyi “çevresi içinde birey” anlayışı ile kendisi, ailesi ve akran grubu ile beraber ele alınmalıdır. Ancak bunları yaparken de çağın teknolojik etkinliği ve kullanım yoğunluğunu da göz ardı etmemesi gerekmektedir. Sosyal hizmet çalışanı müracaatçısına karşı iyi bir dinleyici olmalı, sabırlı davranmalı, empati kurmalı, içten ve doğal olmalı, gizlilik ve mahremiyetine karşı son derece saygılı davranmalıdır. Aynı zamanda müracaatçısının iyilik halini artırmak için onu çözümün bir parçası haline getirmeli, değişim sürecini birlikte planlamalıdır.

Arabuluculuk rolü ile müracaatçının durumunu analiz etmeli, sosyal destek sağlayabileceği kaynaklarını harekete geçirmelidir. Eğitimci rolü ile ergen bireyin bağımlılık davranışını değişimini desteklemelidir. Davranışçı terapi modeli ile müracaatçısını olumsuz düşüncelerinden uzaklaştırabilir. Ona yeni düşünme yollarının kapısını açabilir. Bağımlılık ve internet ile ilgili düşüncelerine odaklanabilir. İçinde bulunduğu durum ile ilgili müracaatçısının içinde bulunduğu durumu ile ilgili değişimi hedefleyerek istenilen davranışlar gerçekleştiğinde müracaatçı ödüllendirilebilir. Bağımlı bireyin içinde bulunduğu durumla ilgili kendisi, ailesi, arkadaşları ve okul çevresinde yaşayabileceği sorunlara karşı farkındalık

geliştirmelidir. İnternet bağımlılık düzeylerine göre ergenlerin bağımlılıkla mücadele etmelerinde sosyal destek ağları harekete geçirilmelidir. Farklı çözüm yolları araştırarak, çözümler içinden en iyi olana odaklanarak müracaatçısının yüksek yararını planlanmalıdır. Sosyal hizmet uzmanı klinik uzmanlık ve danışmanlık rolü ile internet bağımlısı müracaatçısının duygularını tanınması, anlaması, davranışlarını değiştirmesi yönünde sosyal işlevselliğini artırabilir.

Mezzo düzeyde okullarda internetin doğru şekilde kullanılması, aşırı kullanımının yol açtığı sorunlar öğrencilere anlatılmalıdır. Okul yöneticilerinin ergenlik dönemindeki öğrencilerinin internet kullanımına bağlı olarak ortaya çıkabilecek sorunlar hakkında bilgi edinmeleri sağlanmalıdır. Madde bağımlılığı ile mücadele eden kurumlara benzer ergenler için bağımlılıktan kurtulma merkezleri kurulabilir. Bu merkezler aynı zamanda ergenlerin gerçek sosyal ortamlarda vakit geçirebilmeleri, toplumsallaşmaları için sosyal, sanatsal, fiziksel, sportif aktiviteleri de düzenlenmelidir. Makro düzeyde eğitimle ilgili çalışan politika yapıcılar sorunu çok yönlü olarak ele almalıdır.

Ayrıca alan yazında geçen ve uygulamada yer alan şu müdahale yaklaşımları da bu alanda görev yapacak sosyal hizmet çalışanlarına yardımcı olacaktır.

2.7.1. Toplumsal Destek

İnternet bağımlılığının olumsuz etkilerine karşılık, uygun önleme ve tedavi etme programlarına ihtiyaç vardır. Burada sosyal hizmet bakış açısının bütüncül yaklaşımı önemli bir katkıda bulunabilir. Bu yönüyle bakıldığında sosyal hizmetin bütüncül yaklaşımlarına toplumsal olarak ihtiyaç kaçınılmazdır. Bireysel çabalardan ziyade, sosyal ve toplumsal destek programları düzenlenmelidir. Bağımlılık davranışının etkilerini azaltmak ve/veya engellemek toplumsal bir bakış açısı geliştirmeyi gerektirir. İnternet bağımlılığı ciddi düzeyde sosyal problemlere yol açtığı için toplumsal eylemi gerektirir. Aynı zamanda internet bağımlılığı yaş, cinsiyet, mesleğe bakılmaksızın tüm yaşlarda ele alınması gereken bir sorun haline de gelmiştir ki bu da toplum düzeyinde tedbirler almayı zorunlu kılmaktadır (50).

a. İnternet bağımlılığını önleyici programlar yapılmalı ve olabildiğince erken yaşlarda bu sorun ilgili sosyal yapı ve kurumlar tarafından ele alınmalıdır.

b. İnternet bağımlılığını önleme ve tedavi etme programı tüm yaş grupları çocuklar için hazırlanmalı ve kullanılmalıdır. Bütün hedef gruplar için önleme, engelleme ve tedavi yöntemi geliştirilmelidir (50).

2.7.2. Kontrollü İnternet Kullanımı

İnternet kullanımını engellemek için bazı sitelere engel koyulabilir, kişisel kontrol yazılımları indirilebilir, bu yazılımlar internete girmeye engel olduğu için bu davranışın kontrolü görece daha fazla sağlanabilir. İnternetin aşırı kullanımını azaltmak için alarm kurulup iki saat kullanımdan sonra alarm çalabilir. Böylece geçen zamanın önemini belirtecek bir farkındalık oluşturulabilir (4).

2.7.3. Bağımlılık Farkındalığı oluşturma

İnterneti aşırı kullanan gençlerde mümkün olduğu kadar hızlı müdahale etmeye ihtiyaç vardır. Bundan dolayı da ergenlere interneti nasıl kullanılmaları gerektiği ile ilgili uygun eğitimler önleyici müdahale olarak hazırlanmalı ve uygulanmalıdır (131).

Ergenler arasında internet bağımlılık farkındalığı oluşturulması ve bunun devam ettirilmesi alanda çalışan ve yönlendirme pozisyonunda olan profesyonellerin sorgulaması gereken bir halk sağlığı sorunudur. Halk sağlığı alanında çalışan profesyonel ekipler ki bu grup içinde sosyal hizmet alanında çalışan bireyler mutlaka bulunmalıdır, öğrencilere internet bağımlılığı konusunda farkındalık oluşturmalıdır. Psikolojik destek, öğrencilerin stresini azaltır ve pozitif baş etme stratejileri güçlendirir. Danışma seansları, gözlem için ruh sağlığı klinikleri ve yüksek riske açık öğrencilerin internet bağımlılığı ile baş etmelerini sağlamak gerekmektedir. Öğrencilerin periyodik olarak izlem altında olmaları, semptomlara müdahale yönünde önemlidir. Buna ek olarak profesyonel aile tabanlı eğitim ve öğrenci eğitimi programları ile ebeveyn ve çocukları yönlendirilmelidir. Böylece uygun olmayan internet kullanımları için müdahaleler ve koruyucu önlemler alınabilir (47).

2.7.4. İnternet Kullanımına Eleştirel Bakabilme

Gençlerin popüler kültür ve video oyunları tarafından çevrimiçi sunulan mesajlara ve görsellere eleştirel bakmalarını destekleme fikri, onlara internette neyi, nasıl paylaşacakları ile ilgili yardım sağlar. Ergen bireyler ticari ve satış tabanlı içeriklerde kişisel bilgilerinin korunması ve bilinçli tüketici olabilmeleri için yönlendirilmelidir (59). LaRose ve arkadaşları (79) bağımlı olarak etiketlenmek yerine, problemleri internet kullanımında kendi kendine yardım davranışı ile alışkanlığın üstesinden gelineceğine inanır.

2.7.5. Pozitif Psikoloji Oluşturma

Pozitif psikoloji açısından bireyin pozitif kişilik özellikleri, iyilik halini sağlayan aile gibi kurumlar olumsuz olayların zararlı etkilerini azaltmada çok önemli rol oynar. Bundan dolayı, bağımlılığa müdahalede pozitif psikolojiye dikkat edilmelidir (119).

Teknolojik bağımlılık ile pozitif psikoloji arasındaki ilişki üzerine yapılan araştırmalarda hayal kırıklığı ve üzüntüye tahammül edip dayanma, sosyal destek alma, zihni arındırma gibi koruyucu faktörler dile getirilmiştir. Lazarus ve Folkman'ın işlemsel teorisine göre bireylerin iç ve dış istekleri sahip oldukları kaynaklarda baş etme düzeylerinden daha büyük ise stres ortaya çıkar (139). Sorunlar çözüm kaynaklarını aşmışsa bu durum strese neden olur. Bundan dolayı baş etme durumunu gerçekleştirebilmek için bireylerin bilişsel ve davranışsal çabalarını değiştirmeleri gerekmektedir. Hayal kırıklıklarına tahammül etme, zihni arındırma ve sosyal destek duygusal kapasiteyi artırır, kaynakları devreye sokar ve duygusal yardım enstrümanlarını artırır. Böylece bireylerin internet oyun bozukluğuna açık hale gelme durumları azaltılabilir ve stresle baş etme gerçekleşir. Hayal kırıklıklarına tahammül, stresli durumlar ve olumsuz duygularla ilgili engellere karşı direnme yeteneğidir. Bu durum sadece davranışsal bağımlılık için değil aynı zamanda depresyon ve problemleri alkol kullanımı gibi sorunlarda da bir tampon görevi görür (139). Katı olmayan kurallar ve çocuklar ile daha ılımlı diyaloglar ergenlerin internet kurbanı olmalarını önler (87).

2.7.6. Sosyal Destek Sağlama

Sosyal destek, stres artıran olaylardan kurtulmak için güçlü bir baş etme kaynağıdır. Oyun oynama bağımlılığının arkasındaki potansiyel güç gerçek yaşamın problemlerinden kaçmak ve negatif duygu durumunu değiştirmektir. Ondan dolayı oyun bağımlılığı, stresi yönetmede pasif bir baş etme stratejisi olarak görülebilir (119).

Sosyal dışlanma ve izolasyon yaşayan ergenlere sosyal ağların kullanımının faydası vardır, ancak zararsız ve aile ve/veya toplum tarafından onaylanan aktivitelerle ergenlerin daha uygun internet kullanımları sağlanabilir (140). Bazılarına göre sosyal ağların kullanımı internet bağımlılığını hafifletir. Çünkü bu davranış, ergenlere her gün gördükleri akranları ile olumlu işler geliştirmekte yardımcı olur. Ergenler üzerinde akranların destekleyici hareketlerinin önemli etkisi vardır. Online olarak kişiler arası etkileşimleri görüşlerine katkı sağlar ve birbirlerini desteklerler. Bunun ergenlerin gelişimsel özelliklerine katkı sağlayacak faydaları vardır (141).

2.7.7. Dijital Okuryazarlık

Ebeveynlerin çocuklarına yardım edecekleri alan, onlara bağımlı çocukluktan bağımsız yetişkinliğe geçmelerinde aracılık etmek, yol göstermektir. Bunun için de ebeveynler, yeni dijital sosyal ortama ayak uydurmaktaki geçişte, çocuklarına yardım etmelidir. Ebeveynler eğitimciler ve klinisyenlerin sanal dünyayı anlayarak ve onları destekleyerek onların kullandığı çevrimiçi aktivitelerin ve ilişkilerin güvenli olmasını sağlayabilirler (59).

Ebeveynlerin çocuklara yardım etme sürecinde teknolojinin çocukların ve ergenlerin yaşamında çok önemli bir yer tuttuğu göz ardı edilmemelidir. Çocuklar yaşadıkları problemin ya farkında olmazlar ya da ailelerine iletmezler. Örneğin yaşadıkları sanal zorbalığı ailelerine bildirmezler ve/veya istismardan söz etmezler. Çünkü ailelerinin bir daha internet girişine izin vermeyeceğinden korkarlar (142). Bunun için ebeveyn ve ergen birey arasında etkin ve karşılıklı anlayışa dayalı bir iletişim olması gerekmektedir.

Aileler çocuklarını eğitmek, yönlendirmek için temel teknolojik becerilere sahip olmalı ve temel dijital bilgilere hakim olmalıdırlar. Böylece çocuklarına akıllı seçim

yapmada ve güvenli bir biçimde çevrimiçi olmakta onlara yardım edebilirler. Bu şekilde etkin bir koruma ve internete girişte denge sağlanabilir. Bu beceri ve bilgi, dijital okuryazarlık, medya okuryazarlığı, dijital yurttaşlık gibi kavramlarla ifade edilebilir. Geleneksel okuryazarlık, okuma-yazma, dinleme, konuşma, matematik becerilerini, kritik düşünme, eleştirel düşünme becerisini kazanmayı gerektirir. Çevrimiçi okuryazarlar da dijital olarak bireylere tam katılımı kolaylıklar sağlar. Dijital okuryazarlık olabilmesi için belirli prensipler vardır. Bunlar:

1. Kullanım

2. Anlama

3. Yaratma olarak sınıflandırılabilir. Bu ifadeleri şu şekilde açıklığa kavuşturabiliriz.

Kullanım, teknik beceriyi ifade eder. Etkileşim içinde olma ve bilgisayar becerilerine sahip olma anlamındadır. Bu yetenekler sözlük işlemcisi, ağ tarayıcısı, elektronik yazışmayı, veri tabanında çevrimiçi araştırabilmeyi, çeşitli aletler arasında senkronizasyonu sağlayan bulut teknolojisini bilme anlamına gelir.

Anlama, yetenekleri bağlam içinde kullanma, kavrama, çevrimiçinde iken vereceği kararlar noktasında dijital olarak değerlendirmelerde bulunmayı içerir. Algı, inançlar ve duygularımızın dünyamızı ve davranışlarımızı etkilemektedir. Bu durum da bizim interneti anlama yetimizi ve bakış açımızı etkiler.

Yaratma, farklı dijital aletleri kullanarak, çeşitli sosyal platformlarda, oyun, foto paylaşımı ve tartışma forumlarını kullanabilme, elektronik posta, mesaj, video veya ses dosyası, resimler yoluyla iletişim kurabilme anlamına gelir (59). Dijital okuryazarlığın 6 basamağı vardır, bunlara kullan, anla ve yarat prensipleri olarak da adlandırılabilir. Eshet'e göre bu altı basamak şu şekildedir (143):

✓ Foto-görsel beceriler: Görsellerde anlatılan mesajı anlama

✓ Taklit benzerini üretme becerileri: Orijinal dijital içerikten anlamlı yeni bir materyal üretme Branşlaşma becerileri: Doğrusal olmayan, üst metinle bağlantı kurma

✓ Bilgi becerileri: Bilginin kalitesini ve geçerliliğini eleştirel olarak değerlendirebilme

✓ Sosyo-duygusal beceriler: Çevrimiçi katılımcı olmanın ve iletişim kurmanın kurallarını anlama

✓ Gerçek zamanlı düşünme becerileri: Video oyunları, online öğreti gibi uyarıcılara aynı anda ilgili olabilme sürecidir (143).

2.7.8. Çocuk Ebeveyn İlişkisi

Ergenliğin ilk evresinde birey, önemli bilişsel sosyal ve biyolojik değişimler geçirir. Bireysel kimlik oluşturmaya, akranları ile sosyalleşmeye başlar. Bu sırada, ebeveynlerinden destek ve rehberlik almak ergenler hala için çok önemlidir. Bunun için ergenlerle ebeveyn çocuk grup programı yapılabilir. Bu program psiko-eğitimi (eğitim psikolojisini) vurgular, ergen bireyleri yönlendirir ve grup üyelerinin gerçek yaşam öykülerinden oluşan deneyimleri paylaşmaya ve aktif öğrenmeye vurgu yapar. Bu programa katılan gençlerden beklentiler:

1. Bilgisayar tabanlı teknik becerilerini geliştirerek gizlilik ayarlarını kullanma, engel koyma, kişisel bilgileri korumak için oyun ve sosyal medya sitelerindeki uygunsuz içerikleri bildirme, zorbalığı ve istenmeyen içerikleri bildirme

2. Kişilerarası iletişimde üzüntü ve dürtüsel hareket etmeye karşı koyma için eleştirel düşünebilme yetisini kazanma

3. Çevrimiçi olarak oyunlarda ve internetin aşırı kullanımında limit süre koymayı teşvik etme

4. Siber zorbalık, cinsel içerikli her türlü pornografinin görüntülenmesi ve paylaşılmasının yasal boyutuna farkındalık artırılmalıdır.

İnternet bağımlılığına yol açabilecek durumları engelleme ve/veya bu bağımlılık ile mücadele etmek için ebeveynlerin önemi göz ardı edilemeyecek bir konudur. Bunun için ebeveynlerden bir takım beklentiler olmaktadır. Bu programa katılan ebeveynlerden beklentiler de şu şekilde sıralanabilir:

1. Ebeveynlerin çocukları tarafından çok sıkça kullanılan çevrimiçi platformları filtrelemesi

2. Çocukların gelişim evresine uygun ve duygusal ihtiyaçlarını karşılayacak arabulucu teknikleri belirleme

3. Zaman kullanımı, ebeveyn ve çocuklar tarafından karşılıklı olarak onaylanmış internet kullanım kuralları belirleme, evde teknoloji kullanımı, ailen olarak onaylanmış siteler ve oyunlar hakkında yeni bilgiler edinme ve güncel değişiklikleri takip etme

4. Aile üyeleri arasında dijital birey ve medya okuryazarı olmayı teşvik etmek için yapılan tartışmalar.

Burada hedeflenen amaç, ergenlere iyi bir medya okuryazarı ve interneti güvenli olarak kullanabilen bir ebeveyn olarak yaklaşmak, ergenlerin dijital yaşamlarının aktif bir üyesi olarak ergenlere saygı göstermek, ebeveyn fikirlerini ergenlere dayatmalarına engellemektir (144).

Haftalık olarak 1-1,5 saat aralığında yapılabilecek grup toplantılarında ebeveyn ve çocuk birlikte katılabilirler. Bu grup çalışmasında geleneksel grup çalışmalarında olduğu gibi, bilgi alışverişi yapılır ve sorunlar başta olmak üzere konu ile ilgili her şey etraflıca tartışılır. Gençlerden kendileri için önemli gördükleri web siteleri ve dijital uygulamaları paylaşmaları istenir. Gruptaki bireylerin web uygulamalarda dikkat etmeleri gereken riskli davranışlar ve internetin güvenli kullanımı unsurları birlikte tespit edilir. Geleneksel internet güvenliği kurslarının aksine bu programlar ebeveyn-çocuk ilişkisinde, duygusal, kişilerarası iletişimi artırırken, ilişki sorunları tartışarak çözmeye ve engelleri kaldırmaya da yardımcı olur. Örneğin; Ergenliğin zorbalığa karşı ne tür bir cevap vereceklerinin desteklenmesi ve zorbalığa götürecek içeriklerden uzak durulması gibi konuların bu toplantılarda konuşulması önemlidir.

Bu grup toplantılarında ergenlerin duyu düzenleme becerileri ve gençlerin desteklenmesi ile toplantıya katılanların haftalık toplantılarda nasıl bir duruş içinde olacakları belirlenir. Ebeveynler grup toplantılarında internet kullanım alt ve üst sınırlarını konuşabilir ve belirlenen bu sınırların uygulanmasını ortak karara bağlayabilirler. Çocuklarına kendi duygularını kontrol etme görevi verebilirler.

Bu program çocuklara internet kullanımında otonomi ve bağımsızlık/ özgürlük kazandırır. Ebeveyn çocuk programı jenerasyonlar arası bağları güçlendirir. Ayrıca bu program çocuğun güçlü yönleri üzerinde durduğu için programın merkezinde çocuk yer alır. Medya okuryazarlığı ile her iki jenerasyon arasında bilgi alışverişi yapılır. Bu çalışmada bulunan eğitim psikolojisi içeriği haftalık çerçevenin belirlenmesinde

önemlidir. Ayrıca bu program ebeveyn-çocuk problem ve stratejilerinin güvenli bir ortamda tartışılmasına imkân sağlar (59).

2.7.9. Motivasyonel Güçlendirme Terapisi (MGT)

İnternet bağımlılığı ile mücadele için 6 basamaklı Motivasyonel Güçlendirme Terapisi (motivational enhancement therapy) uygulanabilir. Motivasyonel Güçlendirme Terapisi (MGT) madde kullanım bozukluğu ve davranışsal bağımlılıklarda kullanılan, interneti aşırı kullanan ve öz kontrolü yapamayan bireylere uygulanan bir tedavi metodudur (145). Müracaatçının bağımlılık davranış basamaklarının farkında olması, kurtulmak için karar vermesi veya karar öncesi evrede de müracaatçının motivasyonu yükseltmek için bu terapi yaklaşımı çok önemlidir. MGT aynı zamanda Bilişsel davranışçı Terapi (BDT) gibi başka tedavi modelleri ile de birleştirilebilir. BDT “bireyin kendi kendine yapabilirliği anlamına gelen öz yeterliliğini güçlendirir, baş etme ve karar verme yeteneklerine de katkı sağlar (146). MGT (MET) problemlili internet kullanımında ümit verici bir müdahale stratejisi olabilir. Tedavinin kalıcılığını artırır ve müracaatçının problem ile baş etme çabasında güçlendirici rol oynar. Bu yaklaşım internet kullanımına düzen getirir ve öz yeterliliği artırır (4). Yapılan terapide bağımlılık şeklinden daha çok bağımlı kişilik üzerinde durmalıdır. Bağımlı bireye en az 6 aylık süregelen bireysel veya grup psikoterapi tedavisi uygulanmalıdır. Düşük benlik algısı, hayal kırıklıklarına karşı zayıf tolerans, yetersiz dürtü kontrolü yapılacak olan psikoterapinin odak noktalarını oluşturur. Terapinin hedefleri arasında yükselmiş benlik algısı, öz farkındalık, daha güçlü dürtü kontrolü, daha yüksek oturmuş kişisel ilişkiler ve sosyal adaptasyon, baş etme stratejilerinin analizi ve geliştirilmesi, bireyde etkili olabilecek stratejilerin kullanılması, birey için yeni hedeflerin belirlenmesi, bireyin kendi zihinsel ve fiziksel sağlık stratejilerini belirlemesine yardımcı olmak vardır.

2.7.10. Bilişsel Davranışçı Terapi

Bilişsel davranışçı yaklaşımına internet bağımlısı olan bireylerle çalışırken başvurulabilir. Bilişsel davranışçı terapi tekniklerinin uyarlanarak internet bağımlılığı tedavisinde kullanılabilir. Hall ve Parsons bu terapi tekniklerinin yalnızca madde

bağımlılığı tedavisinde değil de kimyasal madde içermeyen bağımlılık grubuna giren internet bağımlılığı için de uygulanabileceğini belirtmişlerdir (147).

Ebeveyn kontrolü, bireyin kendini kontrol devamlılığının sağlanması yaklaşımının teknikleri arasında yer alır. İnternet bağımlılığında ailenin çok önemli rolü vardır. Bağımlılık davranışı öncelikle aile ortamında değişiklik gerektirir ve hoşgörülü iyiliksever aile ortamı sağlanmalıdır.

İnternet bağımlısı bireylerin ailelerine hangi etkili davranış stratejileri öğreteceği belirlenmelidir. Ayrıca İnternet bağımlısı bireylerin günlük hayatlarında aileleri ile vakit geçirme sorumlulukları vardır ve bu yönde motive edilmelidirler. Bunun içinde BDT'nin hem aile hem de birey üzerinde olumlu davranış değişikliği sağladığı görülmüştür (52).

2.7.11. Motivasyonel Mülakat Metodu

İnternet bağımlılığı için motivasyonel mülakat metodu kullanılabilir. Müracaatçının iç motivasyonunu açığa çıkarmak, bireyin ikircikli halini keşfedip çözmeye çalışmakla olabilir. Bu mülakat yönteminde bağımlı bireylerin davranışlarında değişiklik oluşturmak, bağımlılık davranışlarını bırakmalarını sağlamak için onlara yeni davranışsal yetenekler kazandırmak amacı ile açık uçlu sorular yöneltilebilir. Yansıtıcı etkin dinleme, tasdik etme, müracaatçıya yardım edebilmek için değişim hakkındaki düşüncelerini özetleme gibi adımlar takip edilerek bu mülakat yöntemi etkili bir şekilde kullanılmaktadır (148).

Bu yaklaşım alkol, uyuşturucu bağımlılığında da kullanılmaktadır. Bu yöntemin İnternet bağımlılığı alanında etkinliği ve etkileri konusunda henüz yapılmış bir çalışma olmasa da bu yöntem internet bağımlılığında da kullanılabilir. Aile bireyleri ve akrabalarla toplum güçlendirmesi ve aile eğitimi yönünden müdahaleler yapılabilir. Sorunlarından kurtulmaya çalışan müracaatçı bu şekilde motive edilerek güçlendirilebilir. Burada aile bireylerinin yakın desteği çok daha önemlidir ve öne çıkmaktadır (149).

2.7.12. Gerçeklik Terapisi

Gerçeklik Terapisi ile bireylerin davranışlarında değişim oluşturulur ve bu terapi yöntemi ile bireylerin gerçekte yaşayacak oldukları hayatı güzelleştirmek amaçlanmaktadır. Kim'e göre, gerçeklik terapisi madde bağımlılığı, yeme bağımlılığı, seks bağımlılığı, iş bağımlılığı ve internet bağımlılığı üzerine uygulanan etkin bir çekirdek bir iyileşme aracıdır (150).

2.7.13. Farmakolojik Tedavi

Farmakolojik tedavi, seçici seratonin geri alım inhibitörü internet bağımlılık bozukluğundan önce alınabilir. İnternet kullanım davranışı psikiyatrik bir semptom haline gelmeden önce bu tedavi yönteminde ilaçlar dışarıdan takviye edilebilir. Ayrıca bazı araştırmacılar, dopamin seviyesini düşürmek için fiziksel egzersiz yapılması gerektiğini vurgular. Aynı zamanda spor egzersizleri, bilişsel davranışçı terapi grubunda da uygulanabilir (151). Hadley'e göre bu bağımlılığın tedavisinde essitalopram maddesini içeren ilaçlar kullanılabilir (152). Özellikle obsesif-kompulsif bozukluğu olan bağımlı bireylerde bu yöntem kullanılmıştır. Essitalopram maddesi bazı antidepresan ilaçların etken maddesidir. Bu madde ilk olarak 10 hafta boyunca obsesif-kompulsif bozukluğu olan bireylere uygulanmıştır. Daha sonraki 9 haftalık dönemde ise essitalopram madde içeren ilaç kullanıcılarının gereksiz olan bilgisayar aktivitelerinden kaçındıkları gözlemlenmiştir. Yapılan gözlemlerde olumlu yönde gelişmeler yaşanmaya devam etmiştir (152). Ayrıca, essitalopram yerine plasebo ilaçlar da kullanılabilir. Bu ilaçları alan kullanıcıların bilgisayar kullanma isteklerinin azaldığı görülmüştür (153).

2.7.14. Çok Yönlü Tedavi Yaklaşımı

Çok yönlü tedavi yaklaşımı internet bağımlılığı ile mücadelede etkin bir yöntem olarak kabul edilir. Bu yaklaşımda farmakoloji, psikoterapi, aile danışmanlığı gibi farklı disiplinler birlikte hareket ederler. Çünkü müracaatçının çok yönlü problemleri olduğu için bağımlı hale gelmiştir ve bu yüzden de bu bireyin çok yönlü değerlendirilmeye ihtiyacı vardır (154).

2.7.15. Yeniden Başlama (Restart) Programı

İnternet bağımlılığı iyileşme programı olan yeniden başlama (restart) programı ile teknolojiyen arınma/arındırma (detoksifikasyon) sürecini içerir. Yani bu uygulama sürecinde bireyler 45 ile 90 gün arasında ‘teknoloji ile işim yok’ programına dahil olurlar. Böylece bu geçen süre içinde bireyler kesinlikle teknolojiyen uzak bir yaşam sürdürürler. Bu süreç içinde şu terapiler uygulanabilir;

- Kişiler arası grup terapisi
- Hayvan destekli terapi
- Bilişsel davranışçı terapisi
- Beyin güçlendirici müdahaleler
- Farkındalık temelli stres azaltma terapisi
- Bağımlılık ile birlikte ortaya çıkan mental bozuklukların bireysel tedavisi ile ilgili terapiler
- Psiko eğitim grupları yapılan grup terapileri (Hayat vizyonu, bağımlılık eğitimi, iletişim ve kendine güven eğitimi, kendine güven eğitimi, sosyal beceriler ve yaşam becerileri, yaşamda denge gibi konular) geliştirilmelidir (155).

Ayrıca, Caplan’ın çalışmasında Young’dan aktardığına göre yapılacak bazı uygulamalarla kişiler yanlış internet kullanımından kurtulabilirler (156). Bunlar,

1. Karşıt davranış geliştirme,
2. İnternet kullanım zamanı azaltan dış kısıtlayıcılar kullanma. Bunlar internet oturumunun sonlanması gerektiğini gösteren zaman sayaçları gibi araçlar olabilir
3. Zaman kısıtlamaları getirme
4. İnterneti kullanımında öncelikli konuların ve amaçların belirlenmesi
5. Hatırlatma kartları (bilgisayarla yapıştirılarak kullanılmalıdır)
6. Bilgisayardan uzak tutan aktivitelerin (terapist yardımı ile) bir envanter haline getirilmesi.
7. Destek grupları içinde olunmalıdır. Bu gruplar karşılıklı destek ve cesaretlendirmelere yardımcı olabilirler.
8. Parasal problemlerle mücadele eden bazı bağımlılara paralarını yönetme yönünde danışmanlık yapılması.
9. Çiftler bağımlılıkla ilgili evlilik danışmanlığı alabilirler.

10. Bağımlılıktan dolayı aile birliği bozulduğunda, çiftler aile terapisinden yardım alabilirler.

11. Çin’de açılan yarı yol evleri gibi terapi mekanlarında ergenlerin 10-14 gün boyunca kalarak tedavi gruplarına dahil olması şeklinde yapılan uygulamalardandır. Ayrıca ilaç tedavisi, sportif faaliyetler yapılması da uygulanabilir teknikler arasında sayılmaktadır (156).



3. MATERYAL VE YÖNTEM

Bu bölümde araştırma modeli, çalışma grubu, araştırmanın etiği, veri toplama araçları, verilerin toplanması ve verilerin analizi ile ilgili açıklamalar yer almaktadır.

3.1. Araştırmanın Modeli

Bu araştırma nicel araştırma yöntemlerinden betimsel yöntemli ilişkisel tarama modelinde tasarlanmıştır. Tarama modeli geçmişte ve halen var olan bir durumu var olduğu şekilde betimlemeyi amaçlayan bir araştırma yaklaşımıdır (157). 13-15 yaş ergenlerde internet bağımlılık değişkeni, betimlenmeye çalışılmış, ergenlerin sosyodemografik özellikleri ve internet kullanım amaçlarının internet bağımlılığı arasındaki ilişki araştırılmıştır.

3.2. Çalışma Grubu

Bu araştırmanın çalışma evrenini, Ankara'nın Keçiören ilçesinde bulunan bir özel okul oluşturmaktadır. Araştırma için veriler, bu çalışma evreninden elde edilmiştir. Evrenin örneklemini, 13-15 yaş aralığında bulunan 7-8 ve 9. sınıf öğrencileri oluşturmaktadır. Araştırmaya 252 öğrenci katılmıştır. Örnekleme; Seçkisiz olmayan örnekleme yöntemlerinden amaçsal örnekleme şeklinde yapılmıştır. Amaçlı örnekleme “Belirli bir durumun belirli bir mekânda daha çok olduğu düşünüldüğünde yapılır. Amaçlı örnekleme yönteminde, örnekleme dâhil edilecek birimleri, araştırmacı önceki bilgi, deneyim ve gözlemlerinden hareketle amaca uygun olarak kendi yargısı ile belirler.” (157).

Örnekleme grubunun % 50.8 oranını erkek öğrenciler (128), % 49.2 oranında kız öğrenciler (124) oluşturmaktadır. Çalışmaya toplam 252 öğrenci katılmıştır. Öğrencilerin yaş aralığına göre dağılımı; 13 yaşındaki ergenlerin % 45.2 oranında (114) 14 yaşındaki ergenlerin % 38.9 oranında (98) olduğu, 15 yaşındaki ergenlerin ise (40) öğrenci ile % 15.9 oranında olarak görülmektedir.

Öğrenciler ortaokul ve lise öğrencileri 7, 8 ve 9. sınıf aralığındadır. 7.sınıflar % 43.3 oranında (109); 8.sınıf öğrenciler % 37.7 (95); 9. Sınıf öğrencileri ise % 19.0 (48) kısımlık alandadır.

Araştırmaya katılan öğrencilerin anne ve babasının durumları incelendiğinde; büyük bir çoğunluğunun anne- babası sağ ve birlikte dirler. Bu durum % 94.4 (238) oranındadır. % 0.8 oranı ile (2) öğrencinin annesi sağ, babasının ise ölü olduğu görülmektedir. % 4.4 lük bir öğrenci kesiminin (11) anne-babasının boşandığı, öğrencilerden % 0.4 nün (1) babasının öz, annesinin ise üvey olduğu görülmektedir.

Araştırmaya katılan öğrencilerin anne ve babalarının eğitim durumları incelenmiştir. Annelerin eğitim durumları incelendiğinde; öğrencilerden % 0.4 nün (1) annesinin okur- yazar olmadığı, % 1.2 sinin (3) annesinin okur-yazar olduğu, % 6.7 sinin (17) annesinin ilkokul mezunu olduğu, % 11.1'nin (28) annesinin ortaokul mezunu olduğu, % 36.1'nin (91) annesinin lise mezunu olduğu, %41.3'nün (104) annesinin üniversite mezunu olduğu görülmektedir. Ancak yüksek lisans ve doktora eğitimleri olan annelerin % 3.2 (8)' lik oranında olduğu görülmektedir.

Babaların eğitim durumları incelendiğinde; öğrencilerin % 0.4'lük dilimle (1) öğrencinin babasının okur- yazar olduğu, % 4.0'nün (10) ilk okul mezunu olduğu, % 8.3 nün (21) babasının ortaokul mezunu olduğu, % 32.5'nin (82) babasının lise mezunu olduğu, % 44'ünün (111) babasının üniversite mezunu olduğu gözlenmektedir. Yine yüksek lisans ve doktora eğitimleri olan babaların % 10.7 oranında (27) olduğu gözlemlenmektedir.

Tablo 3.1. Örneklem grubunun sosyodemografik özellikleri.

Sosyo-demografik Özellikler		N	%
Cinsiyet			
	Erkek	128	50,8
	Kız	124	49,2
Yaş			
	13 Yaş	114	45,2
	14 Yaş	98	38,9
	15 Yaş	40	15,9
Sınıf			
	7. Sınıf	109	43,3
	8. Sınıf	95	37,7
	9. Sınıf	48	19,0
Anne-Baba Durumu			
	Sağ ve birlikteler	238	94,4
	Anne sağ – baba ölü	2	,8
	Anne – baba boşanmış	11	4,4
	Öz baba – üvey anne	1	,4
Annenin Eğitim Durumu			
	Okur- Yazar değil	1	,4
	Okur- Yazar	3	1,2
	İlk Okul mezunu	17	6,7
	Ortaokul mezunu	28	11,1
	Lise mezunu	91	36,1
	Üniversite mezunu	104	41,3
	Yüksek Lisans- Doktora	8	3,2
Babanın Eğitim Durumu			
	Okur- Yazar	1	,4
	İlk Okul mezunu	10	4,0
	Ortaokul mezunu	21	8,3
	Lise mezunu	82	32,5
	Üniversite mezunu	111	44,0
	Yüksek Lisans- Doktora	27	10,7

3.3. Araştırmanın Etiği

Araştırmanın uygulanması için Ankara Yıldırım Beyazıt Üniversitesi Etik Kurulu ile Ankara / Keçiören’de bulunan özel bir eğitim kurumundan izin alınmıştır. (Ek-5)

Katılımcılara kendileri tarafından anketlere verdikleri yanıtların gizli tutulacağı söylenmiştir. Ayrıca katılımcılara gerektiğinde araştırmayı bırakıp çekilebilecekleri açıklaması yapılmıştır. Katılımcıların yaş aralığı 13-15 yaş olduğu için ailelerden, çocuklarının araştırmaya katılmasına izin verdiklerine yönelik “Aile Onam Formu” alınmıştır. (Ek-3)

3.4. Veri Toplama Araçları

Bu araştırmada görüş ve değerlendirmeler için ihtiyaç duyulan veriler, seçkisiz olmayan örnekleme yöntemlerinden amaçsal örnekleme ile belirlenen özel okulda bulunan 7-8 ve 9. Sınıf öğrencilerinden elde edilmiştir. Veri toplama araçları olarak İnternet Bağımlılık Ölçeği ve Kişisel Bilgi Formu kullanılmış olup, anket uygulamaları şeklinde veri toplanmıştır.

3.4.1. İnternet Bağımlılık Ölçeği

Verilerin toplanmasında, Young (38) tarafından geliştirilen ve Bayraktar tarafından Türkçeye çevrilen “İnternet Bağımlılık Ölçeği” kullanılmıştır (158). (Ek-2) Young (38) internet bağımlılığı testini geliştiren önemli bir bilim insanı olarak literatüre katkıda bulunmuş, bu konuda yapılan çalışmalara öncülük etmiştir. Young (38), hazırladığı testi çok özet bir biçimde sekiz sorudan oluşan bir yapıda ortaya koymuştur. Hazırlanan bu test aynı zamanda madde kullanım bozukluklarının teşhis kriterleri ile de ilintilidir. Young (38) daha sonra yaptığı katkılarla psikososyal faktörleri değerlendirmeye yönelik 12 soru ile bu testi geliştirmiştir. Madde kullanım bozukluklarında olduğu gibi internet bağımlılığında da birey aynı psikososyal, psikiyatrik ve fiziksel sonuçları yaşamında deneyimleyebilir.

Young (38) DSM-IV ün “Patolojik Kumar Oynama” ölçütlerinden yararlanarak 20 soruluk bir “İnternet Bağımlılık Ölçeği” oluşturmuştur. Likert tipi bir ölçek olan “İnternet bağımlılık ölçeğinde katılımcıdan “Hiçbir zaman” “Nadiren” “Arada sırada” “Çoğunlukla” “Çok sık” ve “Devamlı” seçeneklerinden birini işaretlemesi beklenmektedir. Ankette kullanılan cevap seçeneklerine 0, 1, 2, 3, 4 ve 5 puan verilmektedir. 80 ve üzeri alan ergenler internet bağımlısı olarak tanımlanacaktır. 50-79 puan arası alanlar “Sınırlı Semptom Gösterenler”, 50 puan ve altında olanlar “Semptom göstermeyenler” olarak tanımlanacaktır. Çeviri testin standardize edilmiş Alpha değeri açısından güvenilirliği .91, Spearman – Brown değeri açısından da .87’dir. Bu sonuçlar testin güvenilir olduğunu düşündürmektedir (144). Bu çalışmada ise ölçeğin güvenilirlik için Cronbach alpha katsayısı .85 olarak hesaplanmıştır.

3.4.2. Kişisel Bilgi Formu

Araştırmaya katılan öğrencilerin demografik özelliklerini belirlemek için araştırmacı tarafından bir “Kişisel Bilgi Formu” geliştirilmiştir. Bilgi formu; yaş, cinsiyet, akademik başarı, anne-baba durumu, anne-babanın eğitim düzeyi gibi sosyodemografik özellikler ile katılımcının internet kullanım amacı ve sıklığını bildiren 10 sorudan oluşmaktadır. (Ek-1)

3.5. Verilerin Toplanması

Verilerin toplanmasında İnternet Bağımlılık Ölçeğini kullanmak üzere ölçeği Türkçeye uyarlayan Doç. Dr. Fatih Bayraktar’dan onay alınmıştır. Öncelikle katılımcılardan veli onam formları toplanmış ve veri toplama araçları sınıflardaki katılımcılara sırasıyla uygulanmıştır. Veri toplama tarihleri 29 Nisan ile 3 Haziran arasında olup, her katılımcı ölçek sorularını sınıf ortamında yaklaşık olarak 15-20 dakikada yanıtlamıştır.

3.6. Verilerin Analizi

Bu çalışmada, geçerli ve güvenilir verilere ulaşılabilmesi için, ölçme araçları veri kaynaklarına uygulandıktan ve veriler elde edildikten sonra, 13-15 yaş ergenlerin bağımlılık düzeyleri ve psikososyal etmenlerin günlük işlevselliğe etkileri frekans

dağılımı ve yüzdeleri İnternet Bağımlılık Ölçeğinden seçilen sorularla değerlendirilmiştir. Elde edilen grafiklerle bağımlılık düzeyi ile ergenlerin sosyodemografik özellikleri ve internet kullanım amaçlarının internet bağımlılığı arasındaki ilişki olup olmadığı araştırılmıştır. Veriler arası ilişkiler ve etkilerin incelenmesi için Ki-Kare Testi, Bağımsız t Testi ve Tek Yönlü Varyans Analizi yapılmıştır. Verilerin çözümlenmesinde IBM SPSS Statistics 20, Microsoft Excel 2013 yazılımları kullanılmıştır. Elde edilen veriler eleştirel bakış açısı ve bilimsel bilgiler çerçevesinde yorumlanmaya çalışılmıştır. Araştırma sonucunda, sosyal hizmet bakış açısıyla toplumun önemli bir kesimini oluşturan gençlerin, ergenlik dönemlerinde gerçek sosyal ortamlarda vakit geçirebilmeleri, sosyal işlevselliklerinin artırılması ve toplumsallaşmalarına yönelik öneriler sunulmuştur.



4. BULGULAR

Bu bölümde araştırmanın amacına uygun olarak İnternet Bağımlılık Ölçeği ve Kişisel Bilgi formundan elde edilen bulgular sunulacaktır. Elde edilen veriler ışığında ortaya çıkan bulgular yorumlanacaktır.

4.1. Ergenlerin Akademik Başarı Durumu ile İlgili Bulguların Betimlenmesi

Araştırmada öğrencilere I. Dönem başarı değerlendirmesi sorulduğunda ergenlerin % 1.6'sı (4) kendini “çok başarısız” olarak değerlendirdiği görülmektedir. % 7.1 i(18) kendilerini “başarısız” olarak tanımlamış, % 45.6'sı (115) kendilerini “orta” olarak değerlendirmiştir. Bu durum grup içinde geniş bir bölümü kapsamaktadır. % 33.3 oranında yer alan (84) öğrencilerin kendilerini “başarılı” olarak tanımladığı, % 12.3 lük dilimi kaplayan (31) öğrenciler ise I. Dönemdeki derslerinde kendilerini “çok başarılı” olarak tanımladıkları görülmektedir (Tablo 4.1).

Tablo 4.1. Ergenlerin I. dönem başarı değerlendirmesine göre dağılımı.

Başarı Durumu	Sayı (N)	Oran %
Çok başarısız	4	1,6
Başarısız	18	7,1
Orta	115	45,6
Başarılı	84	33,3
Çok başarılı	31	12,3
TOPLAM	252	100,0

4.2. Ergenlerin İnternetin Kullanımı ile İlgili Bulguların Betimlenmesi

Araştırmaya katılan öğrencilerin internette haftalık olarak geçirdikleri zaman değerlendirmelerine bakıldığında; katılan ergenlerin % 2.8 si (7) haftalık olarak hiç bilgisayar kullanmadıklarını ifade etmişlerdir. Araştırma örnekleminde geniş bir çoğunluğu kaplayan % 39,8'i(100) düzeyinde olan ergenler haftalık olarak “2-5” saat aralığında internet kullandıklarını paylaşmışlardır. Bu oranı % 15,1 (38) oranda haftalık olarak “15-21 saat” internet kullandıklarını belirten ergenler izlemektedir. Araştırmada ergenlerin %12,4 lük (31) bölümü haftalık “22 saatten” daha fazla internet kullandıkları belirtilmiştir.

Ergenlerin internette geçirdiği zamanla ilgili kendilerini değerlendirmeleri istenmiştir. Buna göre araştırmaya katılan ergenlerden % 8.8 lik (22) oran internette “oldukça az zaman” geçirdiğini belirtmiştir. Ergenlerin % 69.5'nin (173) internette geçirdiği zamanın “kabul edilebilir ölçülerde” olduğunu belirttiği görülmektedir. Araştırmaya katılanların %21.7'sinin (54) “internette oldukça fazla zaman geçirdiği” görülmektedir (Tablo 4.2).

Tablo 4.2. Ergenlerde internet kullanımı ile ilgili bilgiler.

Kullanım Süresi (Saat)	f	%
Hiç	7	2,8
2 - 5 saat	100	39,8
6 - 14 saat	75	29,9
15 - 21 saat	38	15,1
22 saat daha fazla	31	12,4
Toplam	251	100,0

Tablo 4.3. Ergenlerin internette geçirdiği zamanla ilgili değerlendirme.

	Sayı (N)	Oran (%)
İnternette oldukça az zaman geçiriyorum	22	8,8
İnternette geçirdiğim zaman kabul edilebilir ölçülerde	173	69,5
İnternette oldukça fazla zaman geçiriyorum	54	21,7
Toplam	249	100

Ergenlerin internete nereden bağlandıkları sorulmuştur. Araştırmaya katılan 13-15 yaş arası ergenler büyük oranda internete kendi evlerinden bağlanmaktadır. Bu oran %92.5 (233) dir. Katılımcıların %0.4 nün (1) okuldan bağlandığı ve diğer olarak sınıflandırılan yerlerden % 6.4 (16) olduğu görülmektedir.

Tablo 4.4. Ergenlerin internete bağlanma yerleri.

Nereden bağlandığı	f	%
Evden	233	93,2
Okuldan	1	0,4
Diğer	16	6,4
Toplam	250	100

4.3. Ergenlerin İnternet Kullanım Amacı ile İlgili Bulguların Betimlenmesi

Araştırmada “ödev hazırlama” amaçlı internet kullanımına bakıldığında %28.6 oranında 72 kişinin interneti ödev amaçlı kullanmadığı görülmektedir. 31 öğrenci % 12.3 lük oranla internet kullanımını ödev amaçlı olduğunu birinci tercihinde seçmiştir. 19 öğrenci ikinci tercihi olarak % 7.5 oranında ödev yaptığını belirtmiştir. Yine 19 öğrenci üçüncü tercihi olarak % 7.5 oranında ödev yapmayı belirtmiştir. 24 kişi % 9.5 oranı ile 4. Tercih olarak interneti ödev amaçlı kullanmayı seçmiştir. 26 öğrencinin % 10.3 oranında 5. Tercih olarak interneti ödev amaçlı kullandığı görülmektedir. Yine

aynı şekilde, 20 öğrencinin % 7.9 oranında 6. Tercih olarak interneti ödev amaçlı kullandığı görülmektedir. 2 öğrenci %0.4 oranda ödev amaçlı internet kullanımının 7. Tercihinde olduğu gözlemlenmiştir. Bununla birlikte 39 kişi interneti ödev yapma amaçlı kullandığını belirtmiştir. Bu oran %15.5dir, ancak tercih sırasının bildirilmediği gözlemlenmiştir (Tablo 4.5).

Tablo 4.5. Ödev hazırlamak tercihinin göre öğrenci dağılımı.

Tercih	f	%
Tercih Edilmemiş	72	28,6
1. Tercih	31	12,3
2. Tercih	19	7,5
3. Tercih	19	7,5
4. Tercih	24	9,5
5. Tercih	26	10,3
6. Tercih	20	7,9
7. Tercih	2	0,8
Tercih edilmiş ama sıralama belirtmemiş	39	15,5
TOPLAM	252	100

Araştırmada “Film İzlemek ve/veya İndirmek” amaçlı internet kullanımına bakıldığında % 25.0 oranında 63 kişinin interneti Film İzlemek ve/veya İndirmek amaçlı kullanmadığı görülmektedir. 25 öğrenci %9.9luk oranla internet kullanımının Film İzlemek ve/veya İndirmek amaçlı olduğunu birinci tercihinde belirtmiştir. 22 öğrenci ikinci tercihi olarak %7.7 oranında Film İzlemek ve/veya İndirmeyi belirtmiştir. Yine 27 öğrenci üçüncü tercihi olarak % 10.7 oranında Film İzlemek ve/veya İndirmeyi belirtmiştir. 36 kişi % 14.3 oranı ile 4. Tercih olarak interneti Film İzlemek ve/ya İndirme amaçlı kullanmayı seçmiştir. 21 öğrencinin % 8.3 oranında 5. Tercih olarak interneti Film İzlemek ve/veya İndirme amaçlı kullandığı görülmektedir. Yine aynı şekilde, 9 öğrencinin % 3.6 oranında 6. Tercih olarak interneti Film İzlemek ve/veya İndirme amaçlı kullandığı görülmektedir. Bununla

birlikte 49 kişi interneti Film İzlemek ve/veya İndirme amaçlı kullandığını belirtmiştir. Bu oran % 19.4'dür, ancak tercih sırasının bildirilmediği gözlemlenmiştir (Tablo 4.6).

Tablo 4.6. Film izlemek ve/veya indirmek tercihinine göre öğrenci dağılımı.

Tercih	f	%
Tercih Edilmemiş	63	25
1. Tercih	25	9,9
2. Tercih	22	8,7
3. Tercih	27	10,7
4. Tercih	36	14,3
5. Tercih	21	8,3
6. Tercih	9	3,6
Tercih edilmiş ama sıralama belirtmemiş	49	19,4
TOPLAM	252	100

Araştırmada “oyun oynama” amaçlı internet kullanımına bakıldığında % 32.9 oranında 83 kişinin interneti oyun oynama amaçlı kullanmadığı görülmektedir. 38 öğrenci % 15.1 oranla internet kullanımının oyun oynama amaçlı olduğunu birinci tercihinde belirtmiştir. 25 öğrenci ikinci tercihi olarak % 9.9 oranında oyun oynama olarak belirtmiştir. Yine 15 öğrenci üçüncü tercihi olarak % 6.0 oranında oyun oynama olarak belirtmiştir. 13 kişi % 5.2 oranı ile 4. Tercih olarak oyun oynama amaçlı kullanmayı seçmiştir. 11 öğrencinin % 4.4 oranında 5. Tercihi olarak interneti oyun oynama amaçlı kullandığı görülmektedir. Yine aynı şekilde, 21 öğrencinin % 8.3 oranında 6. Tercihi olarak interneti oyun oynama amaçlı kullandığı görülmektedir. 1 öğrenci % 0,4 oranı ile oyun oynama amacı ile internet kullandığını 7.tercihi olarak tanımlamıştır. Bununla birlikte 45 kişi interneti oyun oynama amaçlı kullandığını belirtmiştir. Bu oran % 17.9 dür, ancak tercih sırasının bildirilmediği gözlemlenmiştir (Tablo 4.7).

Tablo 4.7. Oyun oynamak tercihine göre öğrenci dağılımı.

Tercih	f	%
Tercih Edilmemiş	83	32,9
1. Tercih	38	15,1
2. Tercih	25	9,9
3. Tercih	15	6
4. Tercih	13	5,2
5. Tercih	11	4,4
6. Tercih	21	8,3
7. Tercih	1	0,4
Tercih edilmiş ama sıralama belirtmemiş	45	17,9
TOPLAM	252	100

Araştırmada “Sosyal Medya/Ağlar Kullanmak (Sohbet etmek)” amaçlı internet kullanımına bakıldığında % 23 oranında 58 kişinin interneti Sosyal Medya/Ağlar Kullanmak (Sohbet etmek) amaçlı kullanmadığı görülmektedir. 37 öğrenci % 14.7 oranla internet kullanımının Sosyal Medya/Ağlar Kullanmak (Sohbet etmek) amaçlı olduğunu birinci tercihinde belirtmiştir. 30 öğrenci ikinci tercihi olarak %11.9 oranında Sosyal Medya/Ağlar Kullanmak (Sohbet etmek) olarak belirtmiştir. Yine 27 öğrenci üçüncü tercihi olarak % 10.7 oranında Sosyal Medya/Ağlar Kullanmak (Sohbet etmek) olarak belirtmiştir. 18 kişi % 7.1 oranı ile 4. Tercih olarak Sosyal Medya/Ağlar Kullanmak (Sohbet etmek) amaçlı kullanmayı seçmiştir. 13 öğrencinin % 5.2 oranında 5. Tercih olarak interneti Sosyal Medya/Ağlar Kullanmak (Sohbet etmek) amaçlı kullandığı görülmektedir. Yine aynı şekilde, 9 öğrencinin % 3.6 oranında 6. Tercih olarak interneti Sosyal Medya/Ağlar Kullanmak (Sohbet etmek) amaçlı kullandığı görülmektedir. 4 öğrenci % 1.6 oranı ile Sosyal Medya/Ağlar Kullanmak (Sohbet etmek) amacı ile internet kullandığını 7.tercihi olarak belirtmiştir. Bununla birlikte 56 kişi interneti Sosyal Medya/Ağlar Kullanmak (Sohbet etmek) amaçlı kullandığını belirtmiştir. Bu oran % 22.2dir, ancak tercih sırasının bildirilmediği gözlemlenmiştir (Tablo 4.8).

Tablo 4.8. Sosyal medya/ağlar kullanmak (sohbet etmek) tercihine göre öğrenci dağılımı.

Tercih	f	%
Tercih Edilmemiş	58	23
1. Tercih	37	14,7
2. Tercih	30	11,9
3. Tercih	27	10,7
4. Tercih	18	7,1
5. Tercih	13	5,2
6. Tercih	9	3,6
7. Tercih	4	1,6
Tercih edilmiş ama sıralama belirtmemiş	56	22,2
TOPLAM	252	100

Araştırmada “Müzik Dinlemek Ve/veya İndirmek” amaçlı internet kullanımına bakıldığında % 21.4 oranında 54 kişinin interneti “Müzik Dinlemek Ve/veya İndirmek” amaçlı kullanmadığı görülmektedir. 16 öğrenci % 6.3 oranla internet kullanımının “Müzik Dinlemek Ve/veya İndirmek” amaçlı olduğunu birinci tercihinde belirtmiştir. 40 öğrenci ikinci tercihi olarak %15.9 oranında olarak belirtmiştir.

Yine 45 öğrenci üçüncü “Müzik Dinlemek Ve/veya İndirmek” tercihi olarak % 17.9oranında “Müzik Dinlemek Ve/veya İndirmek” olarak belirtmiştir. 14 kişi % 5.6 oranı ile 4. Tercih olarak “Müzik Dinlemek Ve/veya” İndirmek amaçlı kullanmayı seçmiştir. 17 öğrencinin % 6.7 oranında 5. Tercihi olarak interneti “Müzik Dinlemek Ve/veya İndirmek” amaçlı kullandığı görülmektedir. Yine aynı şekilde, 11 öğrencinin % 4.4 oranında 6. Tercihi olarak interneti “Müzik Dinlemek Ve/veya” İndirmek amaçlı kullandığı görülmektedir. 3 öğrenci % 1.2 oranı ile “Müzik Dinlemek Ve/veya İndirmek” amacı ile internet kullandığını 7.tercihi olarak tanımlamıştır. Bununla birlikte 52 kişi interneti “Müzik Dinlemek Ve/veya İndirmek” amaçlı kullandığını belirtmiştir. Bu oran % 20.6’dır, ancak tercih sırasının bildirilmediği gözlemlenmiştir (Tablo 4.9).

Tablo 4.9. Müzik dinlemek ve/veya indirmek tercihinine göre öğrenci dağılımı.

Tercih	f	%
Tercih Edilmemiş	54	21,4
1. Tercih	16	6,3
2. Tercih	40	15,9
3. Tercih	45	17,9
4. Tercih	14	5,6
5. Tercih	17	6,7
6. Tercih	11	4,4
7. Tercih	3	1,2
Tercih edilmiş ama sıralama belirtmemiş	52	20,6
TOPLAM	252	100

Araştırmada “İnternette Sörf/Gezinti Yapmak” amaçlı internet kullanımına bakıldığında % 34.5 oranında 87 kişinin interneti “İnternette Sörf/Gezinti Yapmak” amaçlı kullanmadığı görülmektedir.

11 öğrenci % 4.4 oranla internet kullanımının “İnternette Sörf/Gezinti Yapmak” amaçlı olduğunu birinci tercihte belirtmiştir. 21 öğrenci ikinci tercihi olarak % 8.3 oranında olarak belirtmiştir. Yine 28 öğrenci üçüncü tercihi olarak % 11,1 oranında “İnternette Sörf/Gezinti Yapmak” olarak belirtmiştir. 28 kişi % 11.1 oranı ile 4. Tercih olarak “İnternette Sörf/Gezinti Yapmak” amaçlı kullanmayı seçmiştir. 21 öğrencinin % 8,3 oranında 5. Tercihi olarak interneti “İnternette Sörf/Gezinti Yapmak” amaçlı kullandığı görülmektedir.

Yine aynı şekilde, 16 öğrencinin % 6.3 oranında 6. Tercihi olarak interneti “İnternette Sörf/Gezinti Yapmak” amaçlı kullandığı görülmektedir. 1 öğrenci % 0.4 oranı ile “İnternette Sörf/Gezinti Yapmak” amacı ile internet kullandığını 7.tercihi olarak belirtmiştir. Bununla birlikte 39 kişi interneti “İnternette Sörf/Gezinti Yapmak” amaçlı kullandığını belirtmiştir. Bu oran % 15.5dir, ancak tercih sırasının bildirilmediği gözlemlenmiştir (Tablo 4.10).

Tablo 4.10. İnternette sörf/gezinti yapmak tercihine göre öğrenci dağılımı

Tercih	f	%
Tercih Edilmemiş	87	34,5
1. Tercih	11	4,4
2. Tercih	21	8,3
3. Tercih	28	11,1
4. Tercih	28	11,1
5. Tercih	21	8,3
6. Tercih	16	6,3
7. Tercih	1	0,4
Tercih edilmiş ama sıralama belirtmemiş.	39	15,5
TOPLAM	252	100

İnternet Bağımlılık Ölçeğinden alınan puanlara göre Patolojik İnternet Kullanıcısı olanların sayıları görece yeterli olmadığından (4) erkek ve (3) kız olarak veriler yeniden kodlanmıştır. Bu bakımdan yapmış olduğumuz analizler, *Sınırlı veya Patolojik Semptom Gösterenler ve Semptom Göstermeyenler* olarak iki grup için yapılmıştır. Bu sınıflandırmalardan sonra Sınırlı veya Patolojik Semptom Gösterenlerin % 53.8'si (64) erkek ve % 46.2'ü (55) kız, Semptom Göstermeyenlerin % 48.1'i (64) erkek ve %51.9'u (69) kızdır.

İnternet Bağımlılık Ölçeğinden alınan puanlara göre Sınırlı veya Patolojik Semptom Gösterenler % 47.9'u (57) 7. Sınıf, % 33.6'sı (40) 8. Sınıf ve % 18.5'i (22) 9. Sınıf; Semptom Göstermeyenlerin% 39.1'i (52) 7. Sınıf, % 41.4'i (55) 8. Sınıf ve % 19.5'i (26) 9. Sınıftır (Tablo 4.11).

Tablo 4.11. İnternet bağımlılık ölçeği puanlarının cinsiyet değişkenine göre dağılımı.

		CİNSİYET		TOPLAM
		ERKEK	KIZ	
İnternet Bağımlılık Türü	Sayı	64	55	119
	İnternet Bağımlılık Türü%	53,8%	46,2%	100,0%
	Cinsiyet%	50,0%	44,4%	47,2%
	Toplam %	25,4%	21,8%	47,2%
Sınırlı veya Patolojik Semptom Gösterenler	Sayı	64	69	133
	İnternet Bağımlılık Türü%	48,1%	51,9%	100,0%
	Cinsiyet^%	50,0%	55,6%	52,8%
	Toplam %	25,4%	27,4%	52,8%
Semptom Göstermeyenler	Sayı	128	124	252
	İnternet Bağımlılık Türü%	50,8%	49,2%	100,0%
	Cinsiyet^%	100,0%	100,0%	100,0%
	Toplam %	50,8%	49,2%	100,0%
TOPLAM				

Tablo 4.12. İnternet bağımlılık ölçeği puanlarının sınıf değişkenine göre dağılımı.

		SINIF				
		7. SINIF	8. SINIF	9. SINIF	TOPLAM	
		Sayı	57	40	22	119
İnternet Bağımlılık Türü	Sınırlı veya Patolojik Semptom Gösterenler	İnternet Bağımlılık Türü%	47,9%	33,6%	18,5%	100,0%
		Sınıf %	52,3%	42,1%	45,8%	47,2%
		Toplam %	22,6%	15,9%	8,7%	47,2%
		Sayı	52	55	26	133
İnternet Bağımlılık Türü	Semptom Göstermeyenler	İnternet Bağımlılık Türü%	39,1%	41,4%	19,5%	100,0%
		Sınıf %	47,7%	57,9%	54,2%	52,8%
		Toplam %	20,6%	21,8%	10,3%	52,8%
		Sayı	109	95	48	252
TOPLAM		İnternet Bağımlılık Türü%	43,3%	37,7%	19,0%	100,0%
		Sınıf %	100,0%	100,0%	100,0%	100,0%
		Toplam %	43,3%	37,7%	19,0%	100,0%
		Sayı	109	95	48	252

4.4. İnternet Bağımlılığı Düzeyinin Bazı Sosyodemografik Etmenler Açısından Karşılaştırılması

Tablo 4.13. İnternet bağımlılık ölçeği puanlarının cinsiyet değişkenine göre karşılaştırılması.

		CİNSİYET		TOPLAM	
		ERKEK	KIZ		
İnternet Bağımlılık Türü	Sınırlı veya Patolojik Semptom Gösterenler	Sayı	64	55	119
		Beklenen	60,4	58,6	119,0
		İnternet Bağımlılık Türü%	53,8%	46,2%	100,0%
		Cinsiyet%	50,0%	44,4%	47,2%
		Toplam %	25,4%	21,8%	47,2%
	Semptom Göstermeyenler	Sayı	64	69	133
		Beklenen	67,6	65,4	133,0
		İnternet Bağımlılık Türü%	48,1%	51,9%	100,0%
		Cinsiyet%	50,0%	55,6%	52,8%
		Toplam %	25,4%	27,4%	52,8%
TOPLAM	Sayı	128	124	252	
	Beklenen	128,0	124,0	252,0	
	İnternet Bağımlılık Türü%	50,8%	49,2%	100,0%	
	Cinsiyet%	100,0%	100,0%	100,0%	
	Toplam %	50,8%	49,2%	100,0%	

P= .369

İnternet bağımlılık düzeyinin cinsiyet değişkeni açısından farklılaşıp farklılaşmadığına bakmak için Ki-Kare testi uygulanmış ve internet bağımlılık düzeyini ile cinsiyet değişkeni arasında istatistiksel olarak anlamlı bir ilişki bulunmamıştır (Ki-kare testi P= .369; Fisher's Exact Test P=.22) (Tablo 4.13).

Tablo 4.14. İnternet bağımlılık ölçeği puanlarının sınıf değişkenine göre karşılaştırılması.

		SINIFINIZ			TOPLAM	
		7. SINIF	8. SINIF	9. SINIF		
İnternet Bağımlılık Türü	Sayı	57	40	22	119	
	Beklenen	51,5	44,9	22,7	119,0	
	Sınırlı veya Patolojik Semptom Gösterenler	İnternet Bağımlılık Türü%	47,9%	33,6%	18,5%	100,0%
	Sınıf %	52,3%	42,1%	45,8%	47,2%	
	Toplam %	22,6%	15,9%	8,7%	47,2%	
	Sayı	52	55	26	133	
	Beklenen	57,5	50,1	25,3	133,0	
	Semptom Göstermeyenler	İnternet Bağımlılık Türü%	39,1%	41,4%	19,5%	100,0%
	Sınıf %	47,7%	57,9%	54,2%	52,8%	
	Toplam %	20,6%	21,8%	10,3%	52,8%	
TOPLAM	Sayı	109	95	48	252	
	Beklenen	109,0	95,0	48,0	252,0	
	İnternet Bağımlılık Türü%	43,3%	37,7%	19,0%	100,0%	
	Sınıf %	100,0%	100,0%	100,0%	100,0%	
	Toplam %	43,3%	37,7%	19,0%	100,0%	

P=.340

İnternet bağımlılık düzeyinin sınıf değişkeni açısından farklılaşıp farklılaşmadığına bakmak için Ki-Kare testi uygulanmış ve internet bağımlılık düzeyini ile sınıf değişkeni arasında istatistiksel olarak anlamlı bir ilişki bulunmamıştır (P=.340) (Tablo 4.14).

Tablo 4.15. İnternet bağımlılık ölçeği puanlarının yaş değişkenine göre karşılaştırılması.

		YAŞINIZ			TOPLAM	
		13	14	15		
İnternet Bağımlılık Türü	Sayı	59	40	20	119	
	Beklenen	53,8	46,3	18,9	119,0	
	Sınırlı veya Patolojik Semptom Gösterenler	İnternet Bağımlılık Türü%	49,6%	33,6%	16,8%	100,0%
	Yaş %	51,8%	40,8%	50,0%	47,2%	
	Toplam %	23,4%	15,9%	7,9%	47,2%	
	Sayı	55	58	20	133	
	Beklenen	60,2	51,7	21,1	133,0	
	Semptom Göstermeyenler	İnternet Bağımlılık Türü%	41,4%	43,6%	15,0%	100,0%
	Yaş %	48,2%	59,2%	50,0%	52,8%	
	Toplam %	21,8%	23,0%	7,9%	52,8%	
TOPLAM	Sayı	114	98	40	252	
	Beklenen	114,0	98,0	40,0	252,0	
	İnternet Bağımlılık Türü%	45,2%	38,9%	15,9%	100,0%	
	Yaş %	100,0%	100,0%	100,0%	100,0%	
	Toplam %	45,2%	38,9%	15,9%	100,0%	

P=.262

İnternet bağımlılık düzeyinin yaş değişkeni açısından farklılaşp farklılaşmadığına bakmak için Ki-Kare testi uygulanmış ve internet bağımlılık düzeyini ile yaş değişkeni arasında istatistiksel olarak anlamlı bir ilişki bulunmamıştır (P=.262) (Tablo 4.15).

Tablo 4.16. İnternet bağımlılık ölçeği puanlarının I. dönem ders değerlendirme durumu değişkenine göre karşılaştırılması.

		I. dönem derslerdeki başarınızı nasıl değerlendiriyorsunuz?			TOPLAM	
		Başarısız	Orta	Başarılı		
İnternet Bağımlılık Türü	Sınırlı veya Patolojik Semptom Gösterenler	Sayı	13	51	55	119
		Beklenen	12,8	51,9	54,3	119,0
	İnternet Bağımlılık Türü%	İnternet Bağımlılık	10,9%	42,9%	46,2%	1 0 0 , 0 %
		I. dönem derslerdeki başarınızı nasıl değerlendiriyorsunuz?	48,1%	46,4%	47,8%	47,2%
	Toplam %	%				
		Toplam %	5,2%	20,2%	21,8%	47,2%
	Semptom Göstermeyenler	Sayı	14	59	60	133
		Beklenen	14,3	58,1	60,7	133,0
	İnternet Bağımlılık Türü%	İnternet Bağımlılık	10,5%	44,4%	45,1%	1 0 0 , 0 %
		I. dönem derslerdeki başarınızı nasıl değerlendiriyorsunuz?	51,9%	53,6%	52,2%	52,8%
Toplam %	%					
	Toplam %	5,6%	23,4%	23,8%	52,8%	
TOPLAM	Sayı	27	110	115	252	
	Beklenen	27,0	110,0	115,0	252,0	
	İnternet Bağımlılık Türü%	10,7%	43,7%	45,6%	1 0 0 , 0 %	
	I. dönem derslerdeki başarınızı nasıl değerlendiriyorsunuz?	100,0%	100,0%	100,0%	1 0 0 , 0 %	
	%					
Toplam %	10,7%	43,7%	45,6%	1 0 0 , 0 %		

P=.971

İnternet bağımlılık düzeyinin I. dönem ders değerlendirme durumu değişkeni açısından farklılaşp farklılaşmadığına bakmak için Ki-Kare testi uygulanmış ve internet bağımlılık düzeyini ile I. dönem ders değerlendirme durumu değişkeni arasında istatistiksel olarak anlamlı bir ilişki bulunmamıştır (P=.971) (Tablo 4.16).

Tablo 4.17. İnternet bağımlılık ölçeği puanlarının anne - baba durumu değişkenine göre karşılaştırılması.

		ANNE – BABANIZ		TOPLAM	
		Sağ ve birlikteler	Diğer / Boşanmış / Ebeveynler den biri vefat etmiş		
İnternet Bağımlılık Türü	Sayı	115	4	119	
	Beklenen	112,4	6,6	119,0	
	Sınırlı veya Patolojik Semptom Gösterenler	İnternet Bağımlılık Türü%	96,6%	3,4%	100,0%
	Anne – babanız %	48,3%	28,6%	47,2%	
	Toplam %	45,6%	1,6%	47,2%	
	Sayı	123	10	133	
	Beklenen	125,6	7,4	133,0	
	Semptom Göstermeyenler	İnternet Bağımlılık Türü%	92,5%	7,5%	100,0%
	Anne – babanız %	51,7%	71,4%	52,8%	
	Toplam %	48,8%	4,0%	52,8%	
TOPLAM	Sayı	238	14	252	
	Beklenen	238,0	14,0	252,0	
	İnternet Bağımlılık Türü%	94,4%	5,6%	100,0%	
	Anne – babanız %	100,0%	100,0%	100,0%	
	Toplam %	94,4%	5,6%	100,0%	

P=.150

Tablo 4.18. İnternet bağımlılık ölçeği puanlarının annenin eğitim durumu değişkenine göre karşılaştırılması.

		Annenizin eğitim durumu				TOPLAM
		İlkokul ve altı*	Ortaokul mezunu	Lise mezunu	Üniversite mezunu ve üstü**	
İnternet Bağımlılık Türü	Sayı	13	11	44	51	119
	Beklenen	9,9	13,2	43,0	52,9	119,0
	İnternet Bağımlılık Türü%	10,9%	9,2%	37,0%	42,9%	100,0%
	Sınırlı veya Patolojik Semptom Gösterenler					
	Annenizin eğitim durumu %	61,9%	39,3%	48,4%	45,5%	47,2%
	Toplam %	5,2%	4,4%	17,5%	20,2%	47,2%
	Sayı	8	17	47	61	133
	Beklenen	11,1	14,8	48,0	59,1	133,0
	İnternet Bağımlılık Türü%	6,0%	12,8%	35,3%	45,9%	100,0%
	Semptom Göstermeyenler					
Annenizin eğitim durumu %	38,1%	60,7%	51,6%	54,5%	52,8%	
Toplam %	3,2%	6,7%	18,7%	24,2%	52,8%	
TOPLAM	Sayı	21	28	91	112	252
	Beklenen	21,0	28,0	91,0	112,0	252,0
	İnternet Bağımlılık Türü%	8,3%	11,1%	36,1%	44,4%	100,0%
	Annenizin eğitim durumu %	100,0%	100,0%	100,0%	100,0%	100,0%
	Toplam %	8,3%	11,1%	36,1%	44,4%	100,0%

*İlkokul ve altı: İlkokul mezunu veya okuma yazma biliyor veya okuma yazma bilmiyor.

**Üniversite mezunu ve üstü: Üniversite mezunu veya Y. Lisans/ Doktora mezunu

Ki-Kare testi P=.440.

İnternet bağımlılık düzeyinin annenin eğitim durumu değişkeni açısından farklılaşıp farklılaşmadığına bakmak için Ki-Kare testi uygulanmış ve internet bağımlılık düzeyi ile anne-baba durumu değişkeni arasında istatistiksel olarak anlamlı bir ilişki bulunmamıştır (P= .440) (Tablo 4.18).

Tablo 4.19. İnternet bağımlılık ölçeği puanlarının babanın eğitim durumu değişkenine göre karşılaştırılması.

			Babanızın eğitim durumu				TOPLAM
			İlkokul ve altı	Ortaokul mezunu	Lise mezunu	Üniversite mezunu ve üstü	
İnternet Bağımlılık Türü	Sınırlı veya Patolojik Semptom Gösterenler	Sayı	6	10	35	68	119
		Beklenen	5,2	9,9	38,7	65,2	119,0
		İnternet Bağımlılık Türü%	5,0%	8,4%	29,4%	57,1%	100,0%
		Babanızın eğitim durumu?%	54,5%	47,6%	42,7%	49,3%	47,2%
		Toplam %	2,4%	4,0%	13,9%	27,0%	47,2%
	Semptom Göstermeyenler	Sayı	5	11	47	70	133
		Beklenen	5,8	11,1	43,3	72,8	133,0
		İnternet Bağımlılık Türü%	3,8%	8,3%	35,3%	52,6%	100,0%
		Babanızın eğitim durumu?%	45,5%	52,4%	57,3%	50,7%	52,8%
		Toplam %	2,0%	4,4%	18,7%	27,8%	52,8%
TOPLAM	Sayı	11	21	82	138	252	
	Beklenen	11,0	21,0	82,0	138,0	252,0	
	İnternet Bağımlılık Türü%	4,4%	8,3%	32,5%	54,8%	100,0%	
	Babanızın eğitim durumu?%	100,0%	100,0%	100,0%	100,0%	100,0%	
	Toplam %	4,4%	8,3%	32,5%	54,8%	100,0%	

*İlkokul ve altı: İlkokul mezunu veya okuma yazma biliyor veya okuma yazma bilmiyor.

**Üniversite mezunu ve üstü: Üniversite mezunu veya Y. Lisans/ Doktora mezunu

Ki-Kare testi P=.765

İnternet bağımlılık düzeyinin babanın eğitim durumu değişkeni açısından farklılaşıp farklılaşmadığına bakmak için Ki-Kare testi uygulanmış ve internet bağımlılık düzeyi ile anne-baba durumu değişkeni arasında istatistiksel olarak anlamlı bir ilişki bulunmamıştır (P= .765) (Tablo 4.19).

Tablo 4.20. İnternet bağımlılık ölçeği puanlarının haftalık internet kullanımı değişkenine göre karşılaştırılması.

		Haftada kaç saat internet kullanırsınız?				TOPLAM	
		5 saat ve altı	6 - 14 saat	15 - 21 saat	22 saat daha fazla		
İnternet Bağımlılık Türü	Sayı	51	34	20	14	119	
	Beklenen	51,0	35,4	17,9	14,6	119,0	
	Sınırlı veya Patolojik	İnternet Bağımlılık Türü%	42,9%	28,6%	16,8%	11,8%	100,0%
	Semptom Gösterenler	Haftada kaç saat internet kullanırsınız?%	47,2%	45,3%	52,6%	45,2%	47,2%
		Toplam %	20,2%	13,5%	7,9%	5,6%	47,2%
	Sayı	57	41	18	17	133	
	Beklenen	57,0	39,6	20,1	16,4	133,0	
	Semptom Göstermeyenler	İnternet Bağımlılık Türü%	42,9%	30,8%	13,5%	12,8%	100,0%
		Haftada kaç saat internet kullanırsınız?%	52,8%	54,7%	47,4%	54,8%	52,8%
		Toplam %	22,6%	16,3%	7,1%	6,7%	52,8%
TOPLAM	Sayı	108	75	38	31	252	
	Beklenen	108,0	75,0	38,0	31,0	252,0	
	İnternet Bağımlılık Türü%	42,9%	29,8%	15,1%	12,3%	100,0%	
	Haftada kaç saat internet kullanırsınız?%	100,0%	100,0%	100,0%	100,0%	100,0%	
	Toplam %	42,9%	29,8%	15,1%	12,3%	100,0%	

P=.895

İnternet bağımlılık düzeyinin haftalık internet kullanımı değişkeni açısından farklılaşıp farklılaşmadığına bakmak için Ki-Kare testi uygulanmış ve internet bağımlılık düzeyi ile haftalık internet kullanımı değişkeni arasında istatistiksel olarak anlamlı bir ilişki bulunmamıştır (P= .895) (Tablo 4.20).

Tablo 4.21. İnternet bağımlılık ölçeği puanlarının ödev yapma amacı değişkenine göre karşılaştırılması.

		Ödev Hazırlamak		TOPLAM	
		Tercih Etmemiş	Tercih Etmiş		
İnternet Bağımlılık Türü	Sayı	40	79	119	
	Beklenen	34,0	85,0	119,0	
	Sınırlı veya Patolojik Semptom Gösterenler	İnternet Bağımlılık Türü%	33,6%	66,4%	100,0%
	Ödev Hazırlamak %	55,6%	43,9%	47,2%	
	Toplam %	15,9%	31,3%	47,2%	
	Sayı	32	101	133	
İnternet Bağımlılık Türü	Beklenen	38,0	95,0	133,0	
	Semptom Göstermeyenler	İnternet Bağımlılık Türü%	24,1%	75,9%	100,0%
	Ödev Hazırlamak %	44,4%	56,1%	52,8%	
	Toplam %	12,7%	40,1%	52,8%	
	Sayı	72	180	252	
TOPLAM	Beklenen	72,0	180,0	252,0	
	İnternet Bağımlılık Türü%	28,6%	71,4%	100,0%	
	Ödev Hazırlamak %	100,0%	100,0%	100,0%	
	Toplam %	28,6%	71,4%	100,0%	

P=.094

İnternet bağımlılık düzeyinin ödev yapma amacı değişkeni açısından farklılaşıp farklılaşmadığına bakmak için Ki-Kare testi ve Fisher's Exact testi uygulanmıştır. Her

iki testte de internet bağımlılık düzeyi ile ödev yapma amacı değişkeni arasında istatistiksel olarak sınırlı düzeyde ($P < 0,10$) anlamlı bir ilişki bulunmuştur (Ki-Kare testi $P = .094$; Fisher's Exact test $P = .062$) (Tablo 4.21).

Tablo 4.22. İnternet bağımlılık ölçeği puanlarının film izlemek ve/veya indirmek amacı değişkenine göre karşılaştırılması.

		Film İzlemek ve/veya İndirmek		TOPLAM		
		Tercih Etmemiş	Tercih Etmiş			
İnternet Bağımlılık Türü	Sınırlı veya Patolojik Semptom Gösterenler	Sayı	23	96	119	
		Beklenen	29,8	89,3	119,0	
	İnternet Bağımlılık Türü%	İnternet Bağımlılık	19,3%	80,7%	100,0%	
		Film İzlemek ve/veya İndirmek %	36,5%	50,8%	47,2%	
		Toplam %	9,1%	38,1%	47,2%	
		TOPLAM				
	TOPLAM	Sınırlı veya Patolojik Semptom Göstermeyenler	Sayı	40	93	133
			Beklenen	33,3	99,8	133,0
		İnternet Bağımlılık Türü%	İnternet Bağımlılık	30,1%	69,9%	100,0%
			Film İzlemek ve/veya İndirmek %	63,5%	49,2%	52,8%
Toplam %			15,9%	36,9%	52,8%	
TOPLAM						
TOPLAM	Sınırlı veya Patolojik Semptom Göstermeyenler	Sayı	63	189	252	
		Beklenen	63,0	189,0	252,0	
	İnternet Bağımlılık Türü%	İnternet Bağımlılık	25,0%	75,0%	100,0%	
		Film İzlemek ve/veya İndirmek %	100,0%	100,0%	100,0%	
		Toplam %	25,0%	75,0%	100,0%	
		TOPLAM				

$P = .049$

İnternet bağımlılık düzeyinin film izlemek ve/veya indirmek amacı değişkeni açısından farklılaşp farklılaşmadığına bakmak için Ki-Kare testi ve Fisher's Exact testi uygulanmıştır. Her iki testte de internet bağımlılık düzeyi ile film izlemek ve/veya

indirmek amacı değişkeni arasında istatistiksel olarak ($P < 0,05$) anlamlı bir ilişki bulunmuştur (Ki-Kare testi $P = .049$; Fisher's Exact test $P = .034$).

Tabloda ilgili bölümlerdeki beklenen-gerçekleşen (sayı) değerlerine bakılarak; ergenler arasında film izlemenin internet bağımlılığı davranışını arttırıyor olabileceği sonucuna varılabilir (Tablo 4.4.22).

Tablo 4.23. İnternet bağımlılık ölçeği puanlarının oyun oynamak amacı değişkenine göre karşılaştırılması.

		Oyun oynamak		TOPLAM
		Tercih	Tercih	
		Etmemiş	Etmiş	
Sınırlı veya Patolojik Semptom Gösterenler	Sayı	30	89	119
	Beklenen	39,2	79,8	119,0
	İnternet Bağımlılık Türü%	25,2%	74,8%	100,0%
	Oyun oynamak%	36,1%	52,7%	47,2%
	Toplam %	11,9%	35,3%	47,2%
İnternet Bağımlılık Türü	Sayı	53	80	133
	Beklenen	43,8	89,2	133,0
	İnternet Bağımlılık Türü%	39,8%	60,2%	100,0%
	Semptom Göstermeyenler Oyun oynamak %	63,9%	47,3%	52,8%
	Toplam %	21,0%	31,7%	52,8%
TOPLAM	Sayı	83	169	252
	Beklenen	83,0	169,0	252,0
	İnternet Bağımlılık Türü%	32,9%	67,1%	100,0%
	Oyun oynamak %	100,0%	100,0%	100,0%
	Toplam %	32,9%	67,1%	100,0%

$P = .014$

İnternet bağımlılık düzeyinin oyun oynamak amacı değişkeni açısından farklılaşıp farklılaşmadığına bakmak için Ki-Kare testi ve Fisher's Exact testi uygulanmıştır. Her iki testte de internet bağımlılık düzeyi ile ödev yapma amacı değişkeni arasında istatistiksel olarak ($P < .05$) anlamlı bir ilişki bulunmuştur (Ki-Kare testi $P = .014$; Fisher's Exact test $P = .010$).

Tabloda ilgili bölümlerdeki beklenen-gerçekleşen (sayı) değerlerine bakılarak; ergenler arasında oyun oynamanın internet bağımlılığı davranışını arttırıyor olabileceği sonucuna varılabilir (Tablo 4.23).

İnternet bağımlılık düzeyinin sosyal medya/ağlar kullanmak (sohbet etmek) amacı değişkeni açısından farklılaşıp farklılaşmadığına bakmak için Ki-Kare testi ve Fisher's Exact testi uygulanmıştır. Her iki testte de internet bağımlılık düzeyi ile ödev yapma amacı değişkeni arasında istatistiksel olarak ($P < .05$) anlamlı bir ilişki bulunmuştur (Ki-Kare testi $P = .002$; Fisher's Exact test $P = .001$).

Tabloda ilgili bölümlerdeki beklenen-gerçekleşen (sayı) değerlerinde görülen değerler; ergenler arasında Sosyal medya/ağlar kullanmanın (sohbet etmek)internet bağımlılığı davranışını arttırıyor olabileceğine işaret olarak yorumlanabilir. (Tablo 4.23)

Tablo 4.24. İnternet bağımlılık ölçeği puanlarının sosyal medya/ağlar kullanmak (sohbet etmek) amacı değişkenine göre karşılaştırılması.

		Sosyal Medya/Ağlar Kullanmak (Sohbet etmek)		TOPLAM	
		Tercih Etmemiş	Tercih Etmış		
İnternet Bağımlılık Türü	Sınırlı veya Patolojik Semptom Gösterenler	Sayı	17	102	119
		Beklenen	27,4	91,6	119,0
		İnternet Bağımlılık Türü%	14,3%	85,7%	100,0%
		Sosyal Medya/Ağlar Kullanmak (Sohbet etmek)%	29,3%	52,6%	47,2%
		Toplam %	6,7%	40,5%	47,2%
		Sayı	41	92	133
		Beklenen	30,6	102,4	133,0
		İnternet Bağımlılık Türü%	30,8%	69,2%	100,0%
		Sosyal Medya/Ağlar Kullanmak (Sohbet etmek)%	70,7%	47,4%	52,8%
		Toplam %	16,3%	36,5%	52,8%
TOPLAM	Sayı	58	194	252	
	Beklenen	58,0	194,0	252,0	
	İnternet Bağımlılık Türü%	23,0%	77,0%	100,0%	
	Sosyal Medya/Ağlar Kullanmak (Sohbet etmek)%	100,0%	100,0%	100,0%	
	Toplam %	23,0%	77,0%	100,0%	

P=002

Tablo 4.25. İnternet bağımlılık ölçeği puanlarının müzik dinlemek ve/veya indirmek amacı değişkenine göre karşılaştırılması.

		Müzik Dinlemek Ve/veya İndirmek			
		Tercih Etmemiş	Tercih Etmiş	TOPLAM	
İnternet Bağımlılık Türü	Sınırlı veya Patolojik Semptom Gösterenler	Sayı	23	96	119
		Beklenen	25,5	93,5	119,0
		İnternet Bağımlılık Türü%	19,3%	80,7%	100,0%
		İnternette Müzik Dinlemek Ve/veya İndirmek %	42,6%	48,5%	47,2%
		Toplam %	9,1%	38,1%	47,2%
		Sayı	31	102	133
	Semptom Göstermeyenler	Beklenen	28,5	104,5	133,0
		İnternet Bağımlılık Türü%	23,3%	76,7%	100,0%
		İnternette Müzik Dinlemek Ve/veya İndirmek %	57,4%	51,5%	52,8%
		Toplam %	12,3%	40,5%	52,8%
		Sayı	54	198	252
		Beklenen	54,0	198,0	252,0
	İnternet Bağımlılık Türü%	21,4%	78,6%	100,0%	
	İnternette Müzik Dinlemek Ve/veya İndirmek %	100,0%	100,0%	100,0%	
	Toplam %	21,4%	78,6%	100,0%	

P=.442

İnternet bağımlılık düzeyinin müzik dinlemek ve/veya indirmek amacı değişkeni açısından farklılaşıp farklılaşmadığına bakmak için Ki-Kare testi ve Fisher's Exact testi uygulanmıştır. Her iki testte de internet bağımlılık düzeyi ile müzik dinlemek ve/veya indirmek amacı değişkeni arasında istatistiksel olarak anlamlı bir ilişki bulunmamıştır (P=.442). (Tablo 4.25)

Tablo 4.26. İnternet bağımlılık ölçeği puanlarının internette sörf/gezinti yapmak amacı değişkenine göre karşılaştırılması.

		İnternette Sörf/Gezinti Yapmak		TOPLAM	
		Tercih Etmemiş	Tercih Etmiş		
İnternet Bağımlılık Türü	Sınırlı veya Patolojik Semptom Gösterenler	Sayı	34	85	119
		Beklenen	41,1	77,9	119,0
		İnternet Bağımlılık Türü%	28,6%	71,4%	100,0%
		İnternette Sörf/Gezinti Yapmak %	39,1%	51,5%	47,2%
		Toplam %	13,5%	33,7%	47,2%
		Sayı	53	80	133
		Beklenen	45,9	87,1	133,0
		İnternet Bağımlılık Türü%	39,8%	60,2%	100,0%
		İnternette Sörf/Gezinti Yapmak %	60,9%	48,5%	52,8%
		Toplam %	21,0%	31,7%	52,8%
TOPLAM	Sayı	87	165	252	
	Beklenen	87,0	165,0	252,0	
	İnternet Bağımlılık Türü%	34,5%	65,5%	100,0%	
	İnternette Sörf/Gezinti Yapmak %	100,0%	100,0%	100,0%	
	Toplam %	34,5%	65,5%	100,0%	

P=.060

İnternet bağımlılık düzeyinin internette sörf/gezinti yapmak amacı değişkeni açısından farklılaşıp farklılaşmadığına bakmak için Ki-Kare testi ve Fisher's Exact testi uygulanmıştır. İnternet bağımlılık düzeyi ile internette sörf/gezinti yapmak amacı değişkeni arasında Ki-Kare testine göre istatistiksel olarak sınırlı düzeyde ($P < .10$), Fisher's Exact testine göre ise anlamlı bir ilişki bulunmuştur (Ki-Kare testi $P = .060$; Fisher's Exact testi $P = .40$).

Fisher's Exact test baz alınacak olursa; tabloda ilgili bölümlerdeki beklenen-gerçekleşen (sayı) değerlerinde görülen değerler; ergenler arasında internette sörf/gezinti yapmak amacının internet bağımlılığı davranışını arttırıyor olabileceğine işaret olarak yorumlanabilir. (Tablo 4.26)

Tablo 4.27. İnternet bağımlılık ölçeği puanlarının diğer amacı değişkenine göre karşılaştırılması.

		Diğer		TOPLAM	
		Tercih	Tercih		
		Etmemiş	Etmiş		
İnternet Bağımlılık Türü	Sınırlı ve Patolojik Semptom Gösterenler	Sayı	91	28	119
		Beklenen	93,5	25,5	119,0
		İnternet Bağımlılık Türü%	76,5%	23,5%	100,0%
		Diğer %	46,0%	51,9%	47,2%
		Toplam %	36,1%	11,1%	47,2%
	Göstermeyenler	Sayı	107	26	133
		Beklenen	104,5	28,5	133,0
		İnternet Bağımlılık Türü%	80,5%	19,5%	100,0%
		Diğer %	54,0%	48,1%	52,8%
		Toplam %	42,5%	10,3%	52,8%
TOPLAM	Sayı	198	54	252	
	Beklenen	198,0	54,0	252,0	
	İnternet Bağımlılık Türü%	78,6%	21,4%	100,0%	
	Diğer %	100,0%	100,0%	100,0%	
	Toplam %	78,6%	21,4%	100,0%	

P=.442

İnternet bağımlılık düzeyinin diğer amacı değişkeni açısından farklılaşıp farklılaşmadığına bakmak için Ki-Kare testi uygulanmış ve internet bağımlılık düzeyi ile diğer amacı değişkeni arasında istatistiksel olarak anlamlı bir ilişki bulunmamıştır (P=.442).

Ergenelerde internet kullanım amacının cinsiyet, yaş, internet kullanım süresine göre istatistiksel açıdan anlamlı biçimde farklılaşp farklılaşmadığına bakmak için Ki-Kare Testi uygulanmıştır.

Tablo 4.28. Ödev hazırlama amacının cinsiyet değişkenine göre karşılaştırılması.

			ERKEK	KIZ
Ödev Hazırlamak	Tercih Etmemiş	Sayı	38,0	34,0
		Beklenen Sayı	36,6	35,4
		Kalan	1,4	-1,4
	Tercih Etmiş	Sayı	90,0	90,0
		Beklenen Sayı	91,4	88,6
		Kalan	-1,4	1,4

P= .491

Ödev hazırlama amacının cinsiyet değişkeni açısından farklılaşp farklılaşmadığına bakmak için Ki-Kare testi uygulanmış ve ödev hazırlama amacı ile cinsiyet değişkeni arasında istatistiksel olarak anlamlı bir ilişki bulunmamıştır(P= .491).

Tablo 4.29. Film izlemek ve/veya indirmek amacının cinsiyet değişkenine göre karşılaştırılması.

			ERKEK	KIZ
Film izlemek ve/veya İndirmek	Tercih Etmemiş	Sayı	30,0	33,0
		Beklenen Sayı	32,0	31,0
		Kalan	-2,0	2,0
	Tercih Etmiş	Sayı	98,0	91,0
		Beklenen Sayı	96,0	93,0
		Kalan	2,0	-2,0

P= .331

Film izlemek ve/veya indirmek amacının cinsiyet değişkeni açısından farklılaşp farklılaşmadığına bakmak için Ki-Kare testi uygulanmış ve film izlemek ve/veya indirmek amacı ile cinsiyet değişkeni arasında istatistiksel olarak anlamlı bir ilişki bulunmamıştır (P= .331)

Tablo 4.30. Oyun oynamak amacının cinsiyet değişkenine göre karşılaştırılması.

		ERKEK	KIZ
Oyun oynamak	Tercih Etmemiş	Sayı	36,0
		Beklenen Sayı	42,2
		Kalan	-6,2
	Tercih Etmiş	Sayı	92,0
		Beklenen Sayı	85,8
		Kalan	6,2

P= .065

Oyun oynamak amacının cinsiyet değişkeni açısından farklılaşp farklılaşmadığına bakmak için Ki-Kare testi uygulanmış oyun oynamak amacı ile cinsiyet değişkeni arasında istatistiksel olarak anlamlı bir ilişki olmadığı ilişki bulunmamıştır (P= .065).

Tablo 4.31. Sosyal medya/ağlar kullanmak (sohbet etmek) amacının cinsiyet değişkenine göre karşılaştırılması.

		ERKEK	KIZ
Sosyal Medya/Ağlar Kullanmak (Sohbet etmek)	Tercih Etmemiş	Sayı	25,0
		Beklenen Sayı	29,5
		Kalan	-4,5
	Tercih Etmiş	Sayı	103,0
		Beklenen Sayı	98,5
		Kalan	4,5

P= .118

Sosyal medya/ağlar kullanmak (sohbet etmek) amacının cinsiyet değişkeni açısından farklılaşp farklılaşmadığına bakmak için Ki-Kare testi uygulanmış ve sosyal medya/ağlar kullanmak (sohbet etmek) amacı ile cinsiyet değişkeni arasında istatistiksel olarak anlamlı bir ilişki bulunmamıştır (P= .118).

Tablo 4.32. Müzik dinlemek ve/veya indirmek amacının cinsiyet değişkenine göre karşılaştırılması.

		ERKEK	KIZ
Müzik Dinlemek Ve/veya İndirmek	Sayı	25,0	29,0
	Tercih Etmemiş		
	Beklenen Sayı	27,4	26,6
	Kalan	-2,4	2,4
	Sayı	103,0	95,0
	Tercih Etmiş		
Beklenen Sayı	100,6	97,4	
Kalan	2,4	-2,4	

P= .277

Müzik dinlemek ve/veya indirmek amacının cinsiyet değişkeni açısından farklılaşıp farklılaşmadığına bakmak için Ki-Kare testi uygulanmış ve müzik dinlemek ve/veya indirmek amacı ile cinsiyet değişkeni arasında istatistiksel olarak anlamlı bir ilişki bulunmamıştır (P= .227).

Tablo 4.33. İnternette sörf/gezinti yapmak amacının cinsiyet değişkenine göre karşılaştırılması.

		ERKEK	KIZ
İnternette Sörf/Gezinti Yapmak	Sayı	45,0	42,0
	Tercih Etmemiş		
	Beklenen Sayı	44,2	42,8
	Kalan	0,8	-0,8
	Sayı	83,0	82,0
	Tercih Etmiş		
Beklenen Sayı	83,8	81,2	
Kalan	-0,8	0,8	

P= .467

İnternette sörf/gezinti yapmak amacının cinsiyet değişkeni açısından farklılaşıp farklılaşmadığına bakmak için Ki-Kare testi uygulanmış ve internette sörf/gezinti yapmak amacı ile cinsiyet değişkeni arasında istatistiksel olarak anlamlı bir ilişki bulunmamıştır (P= .467).

Tablo 4.34. Diğer amacının cinsiyet değişkenine göre karşılaştırılması.

		ERKEK	KIZ	
Diğer	Tercih Etmemiş	Sayı	100,0	98,0
		Beklenen Sayı	100,6	97,4
		Kalan	-0,6	0,6
	Tercih Etmiş	Sayı	28,0	26,0
		Beklenen Sayı	27,4	26,6
		Kalan	0,6	-0,6

P= .491

İnternette diğer amacının cinsiyet değişkeni açısından farklılaşıp farklılaşmadığına bakmak için Ki-Kare testi uygulanmış ve diğer amacı ile cinsiyet değişkeni arasında istatistiksel olarak anlamlı bir ilişki bulunmamıştır (P= .491).

Tablo 4.35. Ödev hazırlamak amacının yaş değişkenine göre karşılaştırılması.

		13 Yaş	14 Yaş	15 Yaş	
Ödev Hazırlamak	Tercih Etmemiş	Sayı	31,0	27,0	14,0
		Beklenen Sayı	32,6	28,0	11,4
		Kalan	-1,6	-1,0	2,6
	Tercih Etmiş	Sayı	83,0	71,0	26,0
		Beklenen Sayı	81,4	70,0	28,6
		Kalan	1,6	1,0	-2,6

P=.617

Ödev hazırlamak amacının yaş değişkeni açısından farklılaşıp farklılaşmadığına bakmak için Ki-Kare testi uygulanmış ve ödev hazırlamak amacı ile yaş değişkeni arasında istatistiksel olarak anlamlı bir ilişki bulunmamıştır(P= .617).

Tablo 4.36. Film izlemek ve/veya indirmek amacının yaş değişkenine göre karşılaştırılması.

		13 Yaş	14 Yaş	15 Yaş
Tercih Etmemiş	Sayı	27,0	27,0	9,0
	Beklenen Sayı	28,5	24,5	10,0
	Kalan	-1,5	2,5	-1,0
Tercih Etmiş	Sayı	87,0	71,0	31,0
	Beklenen Sayı	85,5	73,5	30,0
	Kalan	1,5	-2,5	1,0

P=.749

Film İzlemek ve/veya İndirmek amacının yaş değişkeni açısından farklılaşıp farklılaşmadığına bakmak için Ki-Kare testi uygulanmış ve film izlemek ve/veya indirmek amacı ile yaş değişkeni arasında istatistiksel olarak anlamlı bir ilişki bulunmamıştır (P= .749).

Tablo 4.37. Oyun oynamak amacının yaş değişkenine göre karşılaştırılması.

		13 Yaş	14 Yaş	15 Yaş	
Oyun oynamak	Tercih Etmemiş	Sayı	32,0	34,0	17,0
		Beklenen Sayı	37,5	32,3	13,2
		Kalan	-5,5	1,7	3,8
	Tercih Etmiş	Sayı	82,0	64,0	23,0
		Beklenen Sayı	76,5	65,7	26,8
		Kalan	5,5	-1,7	-3,8

P=.221

Oyun oynamak amacının yaş değişkeni açısından farklılaşıp farklılaşmadığına bakmak için Ki-Kare testi uygulanmış ve oyun oynamak amacı ile yaş değişkeni arasında istatistiksel olarak anlamlı bir ilişki bulunmamıştır (P= .221).

Tablo 4.38. Sosyal medya/ağlar kullanmak (sohbet etmek) amacının yaş değişkenine göre karşılaştırılması.

			13 Yaş	14 Yaş	15 Yaş
Sosyal Medya/Ağlar Kullanmak (Sohbet etmek)	Tercih Etmemiş	Sayı	36,0	15,0	7,0
		Beklenen Sayı	26,2	22,6	9,2
		Kalan	9,8	-7,6	-2,2
	Tercih Etmiş	Sayı	78,0	83,0	33,0
		Beklenen Sayı	87,8	75,4	30,8
		Kalan	-9,8	7,6	2,2

(p<.05)

Sosyal medya/ağlar kullanmak (sohbet etmek) amacının yaş değişkeni açısından farklılaşıp farklılaşmadığına bakmak için Ki-Kare testi uygulanmış ve sosyal medya/ağlar kullanmak (sohbet etmek) amacı ile yaş değişkeni arasında istatistiksel olarak anlamlı bir ilişki bulunmuştur (p<.05). Buna göre yaş değişkeninin sosyal medya/ağlar kullanmayı (sohbet etmek) etkilediği söylenebilir.

Tablo 4.39. Müzik dinlemek ve/veya indirmek amacının yaş değişkenine göre karşılaştırılması.

			13 Yaş	14 Yaş	15 Yaş
Müzik Dinlemek Ve/veya İndirmek	Tercih Etmemiş	Sayı	26,0	22,0	6,0
		Beklenen Sayı	24,4	21,0	8,6
		Kalan	1,6	1,0	-2,6
	Tercih Etmiş	Sayı	88,0	76,0	34,0
		Beklenen Sayı	89,6	77,0	31,4
		Kalan	-1,6	-1,0	2,6

P=.557

Müzik dinlemek ve/veya indirmek amacının yaş değişkeni açısından farklılaşıp farklılaşmadığına bakmak için Ki-Kare testi uygulanmış ve müzik dinlemek ve/veya indirmek amacı ile yaş değişkeni arasında istatistiksel olarak anlamlı bir ilişki bulunmamıştır (P = .557).

Tablo 4.40. İnternette sörf/gezinti yapmak amacının yaş değişkenine göre karşılaştırılması.

		13 Yaş	14 Yaş	15 Yaş	
İnternette Sörf/Gezinti Yapmak	Tercih Etmemiş	Sayı	43,0	33,0	11,0
		Beklenen Sayı	39,4	33,8	13,8
		Kalan	3,6	-0,8	-2,8
	Tercih Etmiş	Sayı	71,0	65,0	29,0
		Beklenen Sayı	74,6	64,2	26,2
		Kalan	-3,6	0,8	2,8

P=.492

İnternette sörf/gezinti yapmak amacının yaş değişkeni açısından farklılaşıp farklılaşmadığına bakmak için Ki-Kare testi uygulanmış ve internette sörf/gezinti yapmak amacı ile yaş değişkeni arasında istatistiksel olarak anlamlı bir ilişki bulunmamıştır (P = .492).

Tablo 4.41. Diğer amacının yaş değişkenine göre karşılaştırılması.

		13 Yaş	14 Yaş	15 Yaş	
Diğer	Tercih Etmemiş	Sayı	88,0	75,0	35,0
		Beklenen Sayı	89,6	77,0	31,4
		Kalan	-1,6	-2,0	3,6
	Tercih Etmiş	Sayı	26,0	23,0	5,0
		Beklenen Sayı	24,4	21,0	8,6
		Kalan	1,6	2,0	-3,6

P=.322

Diğer amacının yaş değişkeni açısından farklılaşıp farklılaşmadığına bakmak için Ki-Kare testi uygulanmış ve diğer amacı ile yaş değişkeni arasında istatistiksel olarak anlamlı bir ilişki bulunmamıştır (P = .322).

4.5. İnternet Bağımlılık Ölçeğinde Psikolojik Etmenleri Belirleyen Soruların Yaş Değişkenine Göre Karşılaştırılması

Bu başlık altında İnternet Bağımlılığı Ölçeğinde bulunan psikolojik etmenler ve yaş değişkeni karşılaştırılacaktır. Bu bağlamda internet bağımlılık ölçeğinde bulunan ve psikolojik etmenlerle ilintisi olduğu görülen 6 soru belirlenmiştir ve bu sorularla yaş değişkeni arasında istatistiksel açıdan anlamlı biçimde farklılaşp farklılaşmadığına bakmak için Ki-Kare Testi uygulanmıştır. Belirlenen sorular şunlardır.

1. Ne sıklıkla internette olmadığınızda kendinizi çökmüş, aksi veya sınırlı hissedip, internete girince rahatlarsınız?
2. Ne sıklıkla internetsiz hayatın, sıkıcı, boş ve eğlencesiz olacağını düşünürsünüz?’
3. ‘Biri sizi internetteyken rahatsız ettiğinde ne sıklıkla kırıncı konuşur, bağırır veya kızgın davranışlar gösterirsiniz?’
4. Herhangi biri internette ne yaptığınızı sorduğunda ne sıklıkla kendinizi savunur ve ne yaptığınızı gizlersiniz?’
5. Hayatınız hakkında sizi rahatsız eden düşünceleri dağıtmak için ne sıklıkla internete girersiniz?’
6. Ne sıklıkla internete girmek için sabırsızlanırsınız?’

Tablo 4.42. ‘Ne sıklıkla internette olmadığınızda kendinizi çökmüş, aksi veya sinirli hissedip, internete girince rahatlarsınız?’ sorusunun yaş değişkenine göre karşılaştırılması.

		YAŞINIZ			TOPLAM
		13	14	15	
	Sayı	48	43	12	103
Hiçbir zaman	Beklenen Sayı	47,2	39,7	16,1	103,0
	TOPLAM %	19,3%	17,3%	4,8%	41,4%
Ne sıklıkla internette olmadığınızda kendinizi çökmüş, aksi veya sinirli hissedip, internete girince rahatlarsınız?	Sayı	42	37	21	100
Nadiren/Arada sırada	Beklenen Sayı	45,8	38,6	15,7	100,0
	TOPLAM %	16,9%	14,9%	8,4%	40,2%
	Sayı	24	16	6	46
Çoğunlukla/Çok sık/Devamlı	Beklenen Sayı	21,1	17,7	7,2	46,0
	TOPLAM %	9,6%	6,4%	2,4%	18,5%
TOPLAM	Sayı	114	96	39	249
	Beklenen Sayı	114,0	96,0	39,0	249,0
	TOPLAM %	45,8%	38,6%	15,7%	100,0%

P=.364

‘Ne sıklıkla internette olmadığınızda kendinizi çökmüş, aksi veya sinirli hissedip, internete girince rahatlarsınız?’ Sorusunun yaş değişkeni açısından farklılaşıp farklılaşmadığına bakmak için Ki-Kare testi uygulanmış ve internet bağımlılık düzeyini ile yaş değişkeni arasında istatistiksel olarak anlamlı bir ilişki bulunmamıştır (P = .364).

Tablo 4.43. ‘Ne sıklıkla internetsiz hayatın, sıkıcı, boş ve eğlencesiz olacağını düşünürsünüz?’ sorusunun yaş değişkenine göre karşılaştırılması.

		YAŞINIZ			TOPLAM	
		13	14	15		
Ne sıklıkla internetsiz hayatın, sıkıcı, boş ve eğlencesiz olacağını düşünürsünüz?	Hiçbir zaman	Sayı	23	14	6	43
		Beklenen Sayı	19,6	16,6	6,8	43,0
		TOPLAM %	9,3%	5,6%	2,4%	17,3%
	Nadiren/Arada sırada	Sayı	46	49	18	113
		Beklenen Sayı	51,5	43,7	17,8	113,0
		TOPLAM %	18,5%	19,8%	7,3%	45,6%
	Çoğunlukla/Çok sık/Devamlı	Sayı	44	33	15	92
		Beklenen Sayı	41,9	35,6	14,5	92,0
		TOPLAM %	17,7%	13,3%	6,0%	37,1%
TOPLAM	Sayı	113	96	39	248	
	Beklenen Sayı	113,0	96,0	39,0	248,0	
	TOPLAM %	45,6%	38,7%	15,7%	100,0%	

P=.621

‘Ne sıklıkla internetsiz hayatın, sıkıcı, boş ve eğlencesiz olacağını düşünürsünüz?’ Sorusunun yaş değişkeni açısından farklılaşıp farklılaşmadığına bakmak için Ki-Kare testi uygulanmış ve internet bağımlılık düzeyini ile yaş değişkeni arasında istatistiksel olarak anlamlı bir ilişki bulunmamıştır (P =.621).

Tablo 4.44. ‘Biri sizi internetteyken rahatsız ettiğinde ne sıklıkla kırıcı konuşur, bağırır veya kızgın davranışlar gösterirsiniz?’ sorusunun yaş değişkenine göre karşılaştırılması.

		YAŞINIZ			TOPLAM	
		13	14	15		
Biri sizi internetteyken rahatsız ettiğinde ne sıklıkla kırıcı konuşur, bağırır veya kızgın davranışlar gösterirsiniz?	Hiçbir zaman	Sayı	47	25	13	85
		Beklenen Sayı	38,9	32,8	13,3	85,0
		TOPLAM %	18,9%	10,0%	5,2%	34,1%
	Nadiren/Arada sırada	Sayı	42	53	18	113
		Beklenen Sayı	51,7	43,6	17,7	113,0
		TOPLAM %	16,9%	21,3%	7,2%	45,4%
	Çoğunlukla/Çok sık/Devamlı	Sayı	25	18	8	51
		Beklenen Sayı	23,3	19,7	8,0	51,0
		TOPLAM %	10,0%	7,2%	3,2%	20,5%
TOPLAM	Sayı	114	96	39	249	
	Beklenen Sayı	114,0	96,0	39,0	249,0	
	TOPLAM %	45,8%	38,6%	15,7%	100,0%	

P=.105

‘Biri sizi internetteyken rahatsız ettiğinde ne sıklıkla kırıcı konuşur, bağırır veya kızgın davranışlar gösterirsiniz?’ sorusunun yaş değişkeni açısından farklılaşıp farklılaşmadığına bakmak için Ki-Kare testi uygulanmış ve internet bağımlılık düzeyini ile yaş değişkeni arasında istatistiksel olarak anlamlı bir ilişki bulunmamıştır (P = .105).

Tablo 4.45. ‘Herhangi biri internette ne yaptığınızı sorduğunda ne sıklıkla kendinizi savunur ve ne yaptığınızı gizlersiniz?’ sorusunun yaş değişkenine göre karşılaştırılması.

		YAŞINIZ			TOPLAM
		13	14	15	
Hiçbir zaman	Sayı	56	38	13	107
	Beklenen Sayı	49,0	41,3	16,8	107,0
	TOPLAM %	22,5%	15,3%	5,2%	43,0%
Herhangi biri internette ne yaptığınızı sorduğunda ne sıklıkla kendinizi savunur ve ne yaptığınızı gizlersiniz?	Sayı	40	46	23	109
	Beklenen Sayı	49,9	42,0	17,1	109,0
	TOPLAM %	16,1%	18,5%	9,2%	43,8%
Nadiren/Arada sırada	Sayı	18	12	3	33
	Beklenen Sayı	15,1	12,7	5,2	33,0
	TOPLAM %	7,2%	4,8%	1,2%	13,3%
TOPLAM	Sayı	114	96	39	249
	Beklenen Sayı	114,0	96,0	39,0	249,0
	TOPLAM %	45,8%	38,6%	15,7%	100,0%

P = .091

‘Herhangi biri internette ne yaptığınızı sorduğunda ne sıklıkla kendinizi savunur ve ne yaptığınızı gizlersiniz?’ sorusunun yaş değişkeni açısından farklılaşp farklılaşmadığına bakmak için Ki-Kare testi uygulanmış ve internet bağımlılık düzeyini ile yaş değişkeni arasında istatistiksel olarak sınırı düzeyde anlamlı bir ilişki bulunmuştur (P = .091).

Tablo 4.46. ‘Hayatınız hakkında sizi rahatsız eden düşünceleri dağıtmak için ne sıklıkla internete girersiniz?’ sorusunun yaş değişkenine göre karşılaştırılması.

		YAŞINIZ			TOPLAM
		13	14	15	
Hiçbir zaman	Sayı	21	8	4	33
	Beklenen Sayı	15,0	12,9	5,2	33,0
	TOPLAM %	8,4%	3,2%	1,6%	13,3%
Hayatınız hakkında sizi rahatsız eden düşünceleri dağıtmak için ne sıklıkla internete girersiniz?	Sayı	40	40	17	97
	Nadiren/Arada sırada Beklenen Sayı	44,0	37,8	15,2	97,0
	TOPLAM %	16,1%	16,1%	6,8%	39,0%
Çoğunlukla/Çok sık/Devamlı	Sayı	52	49	18	119
	Beklenen Sayı	54,0	46,4	18,6	119,0
	TOPLAM %	20,9%	19,7%	7,2%	47,8%
TOPLAM	Sayı	113	97	39	249
	Beklenen Sayı	113,0	97,0	39,0	249,0
	TOPLAM %	45,4%	39,0%	15,7%	100,0%

P=.242

‘Hayatınız hakkında sizi rahatsız eden düşünceleri dağıtmak için ne sıklıkla internete girersiniz?’ Sorusunun yaş değişkeni açısından farklılaşıp farklılaşmadığına bakmak için Ki-Kare testi uygulanmış ve internet bağımlılık düzeyini ile yaş değişkeni arasında istatistiksel olarak anlamlı bir ilişki bulunmamıştır (P =.242).

Tablo 4.47. ‘Ne sıklıkla internete girmek için sabırsızlanırsınız?’ sorusunun yaş değişkenine göre karşılaştırılması.

		YAŞINIZ			TOPLAM	
		13	14	15		
Ne sıklıkla internete girmek için sabırsızlanırsınız?	Hiçbir zaman	Sayı	10	12	4	26
		Beklenen Sayı	11,9	10,1	4,1	26,0
		TOPLAM %	4,0%	4,8%	1,6%	10,4%
	Nadiren/Arada sırada	Sayı	59	55	25	139
		Beklenen Sayı	63,4	53,9	21,7	139,0
		TOPLAM %	23,6%	22,0%	10,0%	55,6%
	Çoğunlukla/Çok sık/Devamlı	Sayı	45	30	10	85
		Beklenen Sayı	38,8	33,0	13,3	85,0
		TOPLAM %	18,0%	12,0%	4,0%	34,0%
TOPLAM	Sayı	114	97	39	250	
	Beklenen Sayı	114,0	97,0	39,0	250,0	
	TOPLAM %	45,6%	38,8%	15,6%	100,0%	

P=.469

‘Ne sıklıkla internete girmek için sabırsızlanırsınız?’ Sorusunun yaş değişkeni açısından farklılaşp farklılaşmadığına bakmak için Ki-Kare testi uygulanmış ve internet bağımlılık düzeyini ile yaş değişkeni arasında istatistiksel olarak anlamlı bir ilişki bulunmamıştır (P = .469).

Tablo 4.48. ‘Ne sıklıkla internette kalmak için günlük ev işlerini ihmal edersiniz?’ sorusunun yaş değişkenine göre karşılaştırılması.

		YAŞINIZ			TOPLAM	
		13	14	15		
Ne sıklıkla internette kalmak için günlük ev işlerini ihmal edersiniz?	Hiçbir zaman	Sayı	22	18	7	47
		Beklenen Sayı	21,5	17,9	7,6	47,0
		TOPLAM %	8,8%	7,2%	2,8%	18,9%
	Nadiren/Arada sırada	Sayı	78	65	29	172
		Beklenen Sayı	78,7	65,6	27,6	172,0
		TOPLAM %	31,3%	26,1%	11,6%	69,1%
	Çoğunlukla/Çok sık/Devamlı	Sayı	14	12	4	30
		Beklenen Sayı	13,7	11,4	4,8	30,0
		TOPLAM %	5,6%	4,8%	1,6%	12,0%
TOPLAM	Sayı	114	95	40	249	
	Beklenen Sayı	114,0	95,0	40,0	249,0	
	TOPLAM %	45,8%	38,2%	16,1%	100,0%	

P=.990

‘Ne sıklıkla internette kalmak için günlük ev işlerini ihmal edersiniz?’ Sorusunun yaş değişkeni açısından farklılaşıp farklılaşmadığına bakmak için Ki-Kare testi uygulanmış ve internet bağımlılık düzeyini ile yaş değişkeni arasında istatistiksel olarak anlamlı bir ilişki bulunmamıştır (P =.990).

Tablo 4.49. ‘Ne sıklıkla arkadaşlarınızla birlikte olmak yerine interneti tercih edersiniz?’ sorusunun yaş değişkenine göre karşılaştırılması.

		YAŞINIZ			TOPLAM
		13	14	15	
Hiçbir zaman	Sayı	50	38	18	106
	Beklenen Sayı	48,3	40,7	17,0	106,0
	TOPLAM %	20,0%	15,2%	7,2%	42,4%
Ne sıklıkla arkadaşlarınızla birlikte olmak yerine interneti tercih edersiniz?	Sayı	47	42	19	108
	Beklenen Sayı	49,2	41,5	17,3	108,0
	TOPLAM %	18,8%	16,8%	7,6%	43,2%
Çoğunlukla/Çok sık/Devamlı	Sayı	17	16	3	36
	Beklenen Sayı	16,4	13,8	5,8	36,0
	TOPLAM %	6,8%	6,4%	1,2%	14,4%
TOPLAM	Sayı	114	96	40	250
	Beklenen Sayı	114,0	96,0	40,0	250,0
	TOPLAM %	45,6%	38,4%	16,0%	100,0%

P=.687

‘Ne sıklıkla arkadaşlarınızla birlikte olmak yerine interneti tercih edersiniz?’ Sorusunun yaş değişkeni açısından farklılaşıp farklılaşmadığına bakmak için Ki-Kare testi uygulanmış ve internet bağımlılık düzeyini ile yaş değişkeni arasında istatistiksel olarak anlamlı bir ilişki bulunmuştur bulunmamıştır (P =.687).

Tablo 4.50. ‘Ne sıklıkla okula devaminiz internetten dolayı olumsuz etkilenir?’ sorusunun yaş değişkenine göre karşılaştırılması.

		YAŞINIZ			TOPLAM	
		13	14	15		
Ne sıklıkla okula devaminiz internetten dolayı olumsuz etkilenir?	Hiçbir zaman	Sayı	61	48	27	136
		Beklenen Sayı	61,8	52,6	21,7	136,0
		TOPLAM %	24,3%	19,1%	10,8%	54,2%
	Nadiren/Arada sırada	Sayı	43	38	11	92
		Beklenen Sayı	41,8	35,6	14,7	92,0
		TOPLAM %	17,1%	15,1%	4,4%	36,7%
	Çoğunlukla/Çok sık/Devamlı	Sayı	10	11	2	23
		Beklenen Sayı	10,4	8,9	3,7	23,0
		TOPLAM %	4,0%	4,4%	0,8%	9,2%
TOPLAM	Sayı	114	97	40	251	
	Beklenen Sayı	114,0	97,0	40,0	251,0	
	TOPLAM %	45,4%	38,6%	15,9%	100,0%	

P=.391

‘Ne sıklıkla okula devaminiz internetten dolayı olumsuz etkilenir?’ Sorusunun yaş değişkeni açısından farklılaşıp farklılaşmadığına bakmak için Ki-Kare testi uygulanmış ve internet bağımlılık düzeyini ile yaş değişkeni arasında istatistiksel olarak anlamlı bir ilişki bulunmamıştır (P =.391).

Tablo 4.51. ‘Ne sıklıkla okuldaki ders notlarınız ve ödevleriniz internette kalma sürenizden olumsuz yönde etkilenir?’ sorusunun yaş değişkenine göre karşılaştırılması.

		YAŞINIZ			TOPLAM	
		13	14	15		
Ne sıklıkla okuldaki ders notlarınız ve ödevleriniz internette kalma sürenizden olumsuz yönde etkilenir?	Hiçbir zaman	Sayı	45	34	10	89
		Beklenen Sayı	40,7	34,0	14,3	89,0
		TOPLAM %	18,1%	13,7%	4,0%	35,7%
	Nadiren/Arada sırada	Sayı	63	50	23	136
		Beklenen Sayı	62,3	51,9	21,8	136,0
		TOPLAM %	25,3%	20,1%	9,2%	54,6%
	Çoğunlukla/Çok sık/Devamlı	Sayı	6	11	7	24
		Beklenen Sayı	11,0	9,2	3,9	24,0
		TOPLAM %	2,4%	4,4%	2,8%	9,6%
TOPLAM	Sayı	114	95	40	249	
	Beklenen Sayı	114,0	95,0	40,0	249,0	
	TOPLAM %	45,8%	38,2%	16,1%	100,0%	

P=.132

‘Ne sıklıkla okuldaki ders notlarınız ve ödevleriniz internette kalma sürenizden olumsuz yönde etkilenir?’ Sorusunun yaş değişkeni açısından farklılaşıp farklılaşmadığına bakmak için Ki-Kare testi uygulanmış ve internet bağımlılık düzeyini ile yaş değişkeni arasında istatistiksel olarak anlamlı bir ilişki bulunmamıştır (P = .132).

Tablo 4.52. ‘Gece geç saatlerde internet kullanmaktan ötürü ne sıklıkla uykunuz kaçır?’ sorusunun yaş değişkenine göre karşılaştırılması.

		YAŞINIZ			TOPLAM	
		13	14	15		
		Sayı	45	46	8	99
Hiçbir zaman	Beklenen Sayı	45,5	37,9	15,6	99,0	
	TOPLAM %	18,1%	18,5%	3,2%	39,9%	
	Sayı	46	35	24	105	
Gece geç saatlerde internet kullanmaktan ötürü ne sıklıkla uykunuz kaçır?	Nadiren/Arada sırada	Beklenen Sayı	48,3	40,2	16,5	105,0
	TOPLAM %	18,5%	14,1%	9,7%	42,3%	
	Sayı	23	14	7	44	
Çoğunlukla/Çok sık/Devamlı	Beklenen Sayı	20,2	16,9	6,9	44,0	
	TOPLAM %	9,3%	5,6%	2,8%	17,7%	
	Sayı	114	95	39	248	
TOPLAM	Beklenen Sayı	114,0	95,0	39,0	248,0	
	TOPLAM %	46,0%	38,3%	15,7%	100,0%	

P=.033

‘Gece geç saatlerde internet kullanmaktan ötürü ne sıklıkla uykunuz kaçır?’ Sorusunun yaş değişkeni açısından farklılaşıp farklılaşmadığına bakmak için Ki-Kare testi uygulanmış ve internet bağımlılık düzeyini ile yaş değişkeni arasında istatistiksel olarak sınırlı düzeyde anlamlı bir ilişki bulunmuştur (P=.033).

Tablo 4.53. ‘Ne sıklıkla başkalarıyla dışarı çıkmak yerine internette daha fazla zaman geçirmeyi yeğlersiniz?’ sorusunun yaş değişkenine göre karşılaştırılması.

		YAŞINIZ			TOPLAM
		13	14	15	
Hiçbir zaman	Sayı	58	46	26	130
	Beklenen Sayı	59,5	50,1	20,4	130,0
	TOPLAM %	23,3%	18,5%	10,4%	52,2%
Ne sıklıkla başkalarıyla dışarı çıkmak yerine internette daha fazla zaman geçirmeyi yeğlersiniz?	Sayı	37	33	11	81
	Beklenen Sayı	37,1	31,2	12,7	81,0
	TOPLAM %	14,9%	13,3%	4,4%	32,5%
Çoğunlukla/Çok sık/Devamlı	Sayı	19	17	2	38
	Beklenen Sayı	17,4	14,7	6,0	38,0
	TOPLAM %	7,6%	6,8%	0,8%	15,3%
TOPLAM	Sayı	114	96	39	249
	Beklenen Sayı	114,0	96,0	39,0	249,0
	TOPLAM %	45,8%	38,6%	15,7%	100,0%

P=.248

‘Ne sıklıkla başkalarıyla dışarı çıkmak yerine internette daha fazla zaman geçirmeyi yeğlersiniz?’ Sorusunun yaş değişkeni açısından farklılaşp farklılaşmadığına bakmak için Ki-Kare testi uygulanmış ve internet bağımlılık düzeyini ile yaş değişkeni arasında istatistiksel olarak anlamlı bir ilişki bulunmamıştır (P =.248).

4.6. Ergenlerin İnternet Bağımlılığına İlişkin Puanlarının Cinsiyet Durumuna Göre Karşılaştırmasına İlişkin Betimleyici İstatistikler ve t-testi Sonuçları.

Araştırmanın problemi doğrultusunda ergenlerin internet bağımlılığına ilişkin puanlarının cinsiyete göre anlamlı bir fark gösterip göstermediğini incelemek amacıyla bağımsız örneklem için t-testi yapılmıştır. Araştırmaya katılan ergenlerin internet bağımlılığına ilişkin puanlarının cinsiyete göre ortalamaları, standart sapmaları ve t-testi sonuçları Tablo 4.54’de verilmiştir.

Tablo 4.54. Ergenlerin internet bağımlılığına ilişkin puanlarının cinsiyet durumuna göre karşılaştırmasına ilişkin betimleyici istatistikler ve t-testi sonuçları.

Cinsiyet	N	\bar{x}	ss	t	SD	P
ERKEK	128	2,47	0,56			
İnternet Bağımlılık Türü				-,910	250	,613
KIZ	124	2,53	0,55			

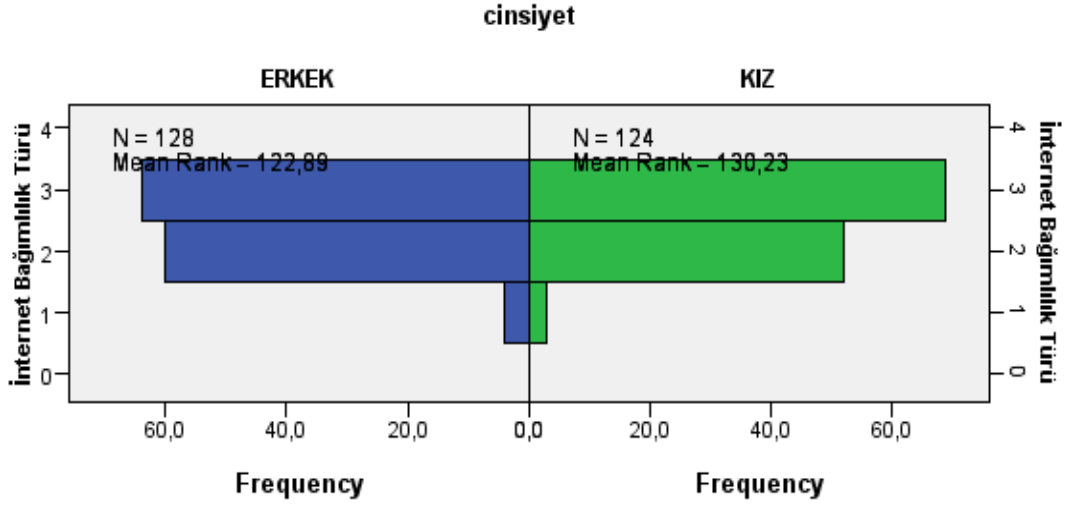
Tablo 4.54’de de görüldüğü gibi erkek ($\bar{x} = 2,47$, $ss = 2,47$) ve kız ($\bar{x} = 2,53$, $ss = 0,55$) öğrencilerin internet bağımlılığı ölçeği puanları ortalamaları karşılaştırıldığında, cinsiyet durumu açısından internet bağımlılığı ölçeği puanları ortalamaları arasında anlamlı bir fark bulunmamıştır, [$t_{(250)} = 0.613$; $p > .05$].

“Ergenlerin İnternet Bağımlılığına İlişkin Puanlarının Cinsiyet Durumuna Göre Farklılık Gösterip Göstermediği” *t* testinin parametrik olmayan alternatiflerinden *Mann-Whitney U testi* ile araştırılmıştır. Test sonucuna ($p = 0,361$) göre kızlar ve

erkekler arasında “İnternet Bağımlılığına İlişkin Puanlar” açısından bir farklılık olmadığı söylenebilir ($p>0,05$).

Tablo 4.55. Mann Withney U Test sonucu.

N	Mann-Withney U	Wilcoxon W	Std. Hata	P-değeri
252	8398	16148	506	0,361



4.7. Ergenlerin İnternet Bağımlılığına İlişkin Puanlarının Haftalık Ders Çalışma Sürelerine Göre İncelenmesine İlişkin Bulgular

Ergenlerin internet bağımlılığına ilişkin puanlarının haftalık ders çalışma sürelerine göre anlamlı bir fark gösterip göstermediğini araştırmak amacıyla tek yönlü varyans analizi gerçekleştirilmiştir. Haftalık ders çalışma sürelerine göre öğrencilerin internet bağımlılığı ölçeğinden aldığı puanların ortalama ve standart sapmaları tabloda verilmiştir.

Tablo 4.56. Ergenlerin internet bağımlılığına ilişkin puanlarının ailenin haftalık ders çalışma sürelerine göre incelenmesine ilişkin betimleyici istatistikler.

	Haftalık Kullanım Süresi	N	\bar{x}	SS
İnternet Bağımlılık Türü	Hiç	7,00	2,14	0,38
	2 - 5 saat	100,00	2,53	0,56
	6 - 14 saat	75,00	2,52	0,55
	15 - 21 saat	38,00	2,42	0,60
	22 saat daha fazla	31,00	2,55	0,51

Tablo 4.57. Ergenlerin internet bağımlılığına ilişkin puanlarının haftalık internet kullanım sürelerine göre incelenmesine ilişkin tek yönlü varyans analizi sonuçları.

	KT	SD	KO	F	P
	Gruplar arası	1,32	4,00	0,33	1,08 0,37
İnternet Bağımlılık Türü	Gruplar içi	75,43	246,00	0,31	
	Toplam	76,75	250,00		

Tek yönlü varyans analizi sonuçlarına göre araştırmaya katılan ergenlerin internet bağımlılığı ölçeği puanlarının ortalamaları karşılaştırıldığında öğrencilerin internet bağımlılığı puanları ortalamaları arasında haftalık internet kullanım süresi durumuna göre anlamlı bir fark bulunmamıştır [$F_{(4, 246)} = 1,077; p > .05$].

Tablo 4.58. Kruskal Wallis Test sonucu.

N	Test İstatistiği	s.d.	P-değeri
251	4,772	4	0,312

“Ergenlerin İnternet Bağımlılığına İlişkin Puanlarının Haftalık İnternet Kullanım Sürelerine Göre İncelenmesini” *tek yönlü ANOVA testinin* parametrik olmayan alternatiflerinden Kruskal Wallis testi ile yapılmıştır. Test sonucuna ($p=0,312$) göre “haftada kaç saat internet kullanırsınız” değişkeninin alt grupları arasında “İnternet Bağımlılığına İlişkin Puanlar” açısından bir farklılık olmadığı söylenebilir ($p>0,05$).

4.8. Ergenlerde İnternet Kullanımı ile İlgili Bulguların Tartışılması

Araştırmaya katılan ergenlerin internet kullanım saatlerine bakıldığında % 29.9 oranında (75) katılımcının haftalık olarak 6-14 saat aralığında internet kullandığı, %15.1 oranında (38) katılımcının 15-21 saat aralığında internet kullandığı ve %12.4 oranında (31) katılımcının 22 ve daha fazla saat internet kullanması (Tablo 4.2). Anderson’ın internet bağımlılığı ile ilgili düşüncelerinden yola çıkarak bağımlılık riski olduğunu ortaya koymaktadır. %12.4 lük oranda katılımcı risk altındadır (5). Anderson’a göre internet kullanım zamanı olarak yetişkinler haftada 20 saat, ergenler ise 27 saat geçirmektedir (5). Bu değerlendirmeye göre 7 günlük zaman dilimi açısından bakıldığında ise bireyler toplam zamanlarının % 12-16 lık kısımlarını internet başında geçirmektedir. Dolayısı ile çalışmamızda 31 katılımcı haftalık 22 saat ve belki daha da fazla internet kullandıklarından bağımlılık risk grubunda olabilirler.

Yine bir başka çalışmada, Mythil ve arkadaşları Singapur’da gençlerin aşırı internet kullanımını, çeşitli değişkenlerle olan ilişki yönünden araştırmışlardır (8). Çalışmaya 2735 ergen katılmış olup, katılımcıların % 25’i her gün internete girmediklerini belirtmiş, % 17.1’i ise her gün 5 saatten fazla internet kullandıklarını

belirtmişlerdir. Günde 5 saatten fazla internet kullanımı çalışmada aşırı kullanım olarak tanımlanmıştır.

Esen tarafından yapılan araştırma sonucunda ergenlerin %16.7'sinin haftada 22 saatten fazla bir süreyi internette geçirdiği, sadece % 6'lık kısmının düzenli olarak internet kullanmadığı görülmüştür (13). Tahiroğlu ve arkadaşlarının yaptığı çalışmada 12-18 yaş grubundaki çocuk ve ergenlerin haftada 12 saatin üzerinde internet kullanımı oranı % 7.6 olarak belirlenmiştir (16).

Griffiths'e(2000) göre, internet bağımlılığı bireylerin uyanık kaldığı zamanının büyük bir kısmını, tüm yaşam işlevselliğini ihmal edecek kadar internette harcamasıdır. Liu (41) çalışmasında bildirdiği üzere, günlük 6 saat ve fazlası internet kullanımı ve bu durumun 3 ay boyunca devam etmesini internet bağımlılığı olarak ele almıştır.

Amerikan Psikiyatri Derneğinin yayımladığı DSM 5'te internet bağımlılığı internet ile sürekli olarak meşgul olma, önceki yapılan aktiviteyi düşünme veya sonraki bölümü düşünme ve çevrimiçi olarak olması gereken düzeyden daha uzun süre kalma olarak kullanım oranının fazlalığını tanımlamıştır (43).

Bağımlılar genel olarak çevrimiçi kullanım saatlerinde aşırıya giderler. Haftalık 40 saatten 80 saate kadar çıkabilirler. Bazen 20 saat boyunca hiç kalkmadan internet başında oturabilirler. Uyku düzeni bozulur. Gece saat 2-3 hatta bazen 4 e kadar uyanık kalındığı için, sabahları okul ve iş için uyanma engellenir. (44).

Araştırmaya katılan ergenlerin % 92.5 (233) internete kendi evlerinden bağlanmaktadır(Tablo 4.3). Bu durum ilerlemiş teknoloji ile birlikte internet erişimi, mobil aletlerde ve kablosuz broadband servislerle artık daha kolay erişim sağlanabilir ve hızlı ulaşılabilir bir hale gelmesi internet bağımlılığını artırıcı bir unsur olabilir (86). Yine Malak ve arkadaşları (47)' na göre internet erişiminin ulaşılabilir, ucuz ve kolay olması internetin ergenler arasında yaygın olmasının nedenleri arasında sayılmıştır

(47). Esen'in çalışmasında bahsettiği ergenlerin % 78.9'u internete evlerinden bağlanırken, % 14.6'sı internete internet kafelerden bağlanmaktadır. Evlerden bağlanma oranının yüksek olması bağımlılığı artırıcı bir unsur olarak ele alınmıştır (13).

5.2.İnternet Bağımlılık Ölçeği Puanlarının Cinsiyet Değişkenine Göre Dağılımının Tartışılması

Araştırmaya katılan erkek öğrencilerin % 53.8'inin (64), kız öğrencilerin ise % 46.2'sinin (55) patolojik internet kullanıcısı veya sınırlı semptom gösterenler grubunda olduğu görülmüştür (Tablo 4.11). Kız öğrencilerle, erkek öğrencilerin internet kullanım oranları ve bağımlılık türleri cinsiyet yönünden değerlendirildiğinde birbirine yakındır. Ancak Ceyhan ve arkadaşları ise, çalışmalarında erkek öğrencilerin kız öğrencilere oranla daha fazla internet kullandıklarını, bu duruma bağlı olarak ta problemlerini internet kullanımının arttığını ifade etmiştir (14). Yine Esen'in çalışmasında, katılan ergenlerin internet bağımlılık oranlarının erkeklerde % 56.5, kızlarda ise % 43.5 olduğu gözlemlenmiştir (13).

Bayraktar ve Gün tarafından yapılan çalışmalarda ergenlerde internet bağımlılığı ile cinsiyet değişkeni arasında anlamlı bir ilişki olmadığı görülmüştür (12). Andreassen ve arkadaşlarına göre, cinsiyet faktörü de aynı zamanda ergenlerin internet kullanımı ve bağımlılık geliştirmelerinde belirleyici bir etkidir (75). Kızlar ve erkekler interneti kullanırken farklı özellikler gösterirler. İnterneti kızların yoğun kullanmasının nedeni, duygusal ve sosyal desteğe erkeklerden daha fazla ihtiyaç duymalarından kaynaklanmaktadır. Erkekler ise kızlara oranla daha fazla yalnız zaman geçirmeyi tercih ettiklerinden interneti yoğun bir şekilde kullanırlar (106,107,108). Bir başka çalışmada, erkekler kadınlara nispeten daha fazla derecede internet bağımlılığı sorununa maruz kalabildikleri görülmektedir (76).

5.3. İnternet Bağımlılık Ölçeği Puanlarının Sınıf Değişkenine Göre Dağılımının Tartışılması

Çalışmamızda araştırmaya katılan ergenlerin internet bağımlılık ölçeği puanlarının sınıf değişkenine göre dağılımına bakıldığında 7.sınıf öğrencilerinden % 47.9 oranında (57) öğrencinin, 8. Sınıflardan % 33.6 oranında (40) öğrencinin, 9.sınıflardan ise % 18.5 (22) öğrencinin patolojik İnternet kullanıcısı veya Sınırlı Semptom Gösterenler olduğu bulunmuştur (Tablo 4.12).

Araştırmada yaş büyüdükçe bağımlılığın azalmasının nedeni 8.sınıf öğrencilerinin sınav grubu olmaları ve zamanlarının çoğunu ders tekrarı ve test çözümüne ayırma zorunluluğu olması şeklinde değerlendirilebilir. Bununla birlikte 9.sınıf katılımcı sayısının az olması da yaş ile bağımlılık arasındaki ilişkinin farklılaşmasında etkili olabilir. Ancak, Orhan ve Akkoyunlu tarafından 4. ve 8. sınıf aralığındaki ilköğretim öğrencilerinin internete erişim kolaylıklarını ve kullanım amaçlarını inceleme amacı ile yaptıkları çalışmaya 10-14 yaş aralığında 676 öğrenci katılmış ve elde edilen verilere göre de yaş büyüdükçe internet kullanım oranlarının arttığı görülmüştür (10).

Ayrıca çalışmamızda internet bağımlılık düzeyinin sınıf değişkeni açısından farklılaşıp farklılaşmadığına bakmak için Ki-Kare testi uygulanmış ve internet bağımlılık düzeyini ile sınıf değişkeni arasında istatistiksel olarak anlamlı bir ilişki bulunmamıştır(Tablo 4.14).

5.6. İnternet Bağımlılık Ölçeği Puanlarının Yaş Değişkenine Göre Karşılaştırılması

İnternet bağımlılık davranışına en yatkın yaş grubu ergenler olarak görülmektedir (80). Ergen bireylerin yaş durumları göz önüne alındığında ise yaş olarak küçük ergenlerin yetişkinlere göre daha fazla bağımlılık riski gösterdikleri bulunmuştur (81). Çalışmamızda araştırmaya katılan ergenlerin internet bağımlılık ölçeği puanlarının yaş değişkenine göre karşılaştırılmasına bakıldığında 13 yaş

grubunda % 49.6 oranında (59) öğrencinin, 14 yaş grubunda % 33.6 oranında (40) öğrencinin, 15 yaş grubunda ise % 16.8 (20) öğrencinin patolojik İnternet kullanıcısı veya Sınırlı Semptom Gösterenler olduğu görülmüştür. Ancak internet bağımlılık düzeyinin yaş değişkeni açısından farklılaşıp farklılaşmadığına bakmak için Ki-Kare testi uygulanmış ve internet bağımlılık düzeyi ile yaş değişkeni arasında istatistiksel olarak anlamlı bir ilişki bulunmamıştır (Tablo 4.15).

5.7. İnternet Bağımlılık Ölçeği Puanlarının I. Dönem Ders Değerlendirme Durumu Değişkenine Göre Karşılaştırılması

Çalışmamızda araştırmaya katılan ergenlerin internet bağımlılık ölçeği puanlarının I. Dönem Ders Değerlendirme Durumu değişkenine göre karşılaştırılmasına bakıldığında öğrencilerden Patolojik İnternet kullanıcısı veya Sınırlı Semptom Gösterenler grubunda olan % 10.9 oranında (13) öğrenci I. Dönem ders durumunu başarılı olarak görmüş, % 42.9 oranında (51) öğrenci I. Dönem ders durumunu orta olarak görmüş, % 46.2 oranında (55) öğrenci I. Dönem ders durumunu başarısız olarak görmüştür. İnternet bağımlılık düzeyinin sınıf değişkeni açısından farklılaşıp farklılaşmadığına bakmak için Ki-Kare testi uygulanmış ve internet bağımlılık düzeyini ile sınıf değişkeni arasında istatistiksel olarak anlamlı bir ilişki bulunmamıştır (P=.971).

Lin ve Tsai'ye göre, internet bağımlılığı ergenlerde akademik işlevselliğin azalmasına neden olmaktadır (133). Kumar ve Mondal'a göre İnterneti aşırı derecede kullananlar, günlük maksimum 3-4 saatlerini internete ayırırlar. Bu bireyler akademik çalışmalarına konsantre olamadıkları için sorumluluklarını yerine getiremezler (55). Çalışmalara bakıldığında akademik başarısı düşük ergenlerin en yüksek oranlı internet kullanıcıları olduğu görülmektedir (130). Floros ve Siomos'a göre, internet kullanımının sağlık, akademik, başarı, zaman yönetimi ve kişiler arası ilişkilerde negatif etkileri vardır (129). Ergen birey zayıf okul başarısı, aile, sosyal işlevsellik, özsaygı ve yaşam doyumu, zihin sağlığı, depresyon gibi sorunlarını internet başında tedavi etmek ister. interneti gerçek yaşam ilişkilerinden uzaklaştıracak kadar aşırı kullanır (85). Böylece internet kullanımı aşırı düzey kazanır. Benzer bir çalışmada Türkiye'de ders durumu başarısız olan öğrencilerin %31'inin günde en az 1 defa İnternete bağlandığı görülmüştür. Ayrıca meslek liselerinde okuyan öğrencilerin ve

akademik başarısı düşük olan öğrencilerin internet kullanım sürelerinin ise bu oranı aştığı görülmüştür (100). Bağımlılığı olan öğrenciler, zamanlarının çoğunu ders çalışmak yerine çevrimiçi olarak geçirdikleri için zayıf akademik performansa sahip olurlar. (96).

5.8. İnternet Bağımlılık Ölçeği Puanlarının Anne - Baba Durumu Değişkenine Göre Karşılaştırılması

Çalışmamızda araştırmaya katılan ergenlerin internet bağımlılık ölçeği puanlarının Anne - Baba Durumu değişkenine göre karşılaştırılmasına bakıldığında öğrencilerden Patolojik İnternet kullanıcısı veya Sınırlı Semptom Gösterenler grubunda olan % 96.6 oranında (115) öğrencinin anne-babası sağ ve birlikte, % 3.4 oranının (4) anne-babanın boşanmış veya ebeveynlerden birinin vefat ettiği görülmüştür (Tablo 4.17). İnternet bağımlılık düzeyinin anne-baba durumu değişkeni açısından farklılaşp farklılaşmadığına bakmak için Ki-Kare testi uygulanmış ve internet bağımlılık düzeyi ile anne-baba durumu değişkeni arasında istatistiksel olarak anlamlı bir ilişki bulunmamıştır($P=.150$) Anne veya babası ölmüş ergenlerde bağımlılık davranışı yüksektir (101). Tek ebeveynli ailelerin çocukları, çift ebeveynli ailelere göre bağımlılık davranışına daha çok açıktırlar (76). Çalışmada Patolojik İnternet kullanıcısı veya Sınırlı Semptom Gösterenler grubunda olan öğrencilerin %96.6 oranının (115) anne-babası sağ ve birlikte olması ve bağımlılık yönünden bu fikri desteklememektedir.

5.9. İnternet Bağımlılık Ölçeği Puanlarının Ödev Yapma Amacı Değişkenine Göre Karşılaştırılması

Çalışmamızda araştırmaya katılan ergenlerin internet bağımlılık ölçeği puanlarının Ödev Yapma Amacı Durumu değişkenine göre karşılaştırılmasına bakıldığında öğrencilerden Patolojik İnternet kullanıcısı veya Sınırlı Semptom Gösterenler grubunda olan % 66.4 oranında (79) öğrencinin interneti ödev yapma amaçlı kullandıkları görülmüştür.(Tablo 4.21) İnternet bağımlılık düzeyinin ödev yapma amacı değişkeni açısından farklılaşp farklılaşmadığına bakmak için Ki-Kare

testi ve Fisher's Exact testi uygulanmıştır. Her iki testte de internet bağımlılık düzeyi ile ödev yapma amacı değişkeni arasında istatistiksel olarak sınırlı düzeyde ($P < 0,10$) anlamlı bir ilişki bulunmuştur. Özcan ve Buzlu, üniversite öğrencilerinin problemleri internet kullanımını incelemek için haftada en az 2 saat internet kullanan 148 öğrenci yaptığı çalışmada, öğrencilerin internette en sık yaptıkları etkinliklerin arasında genel bilgi arama, eğitimle ilgili araştırma yapma ve e-posta kullanımı olduğu görülmüştür (11).

5.10. İnternet Bağımlılık Ölçeği Puanlarının Film İzlemek ve/veya İndirmek Amacı Değişkenine Göre Karşılaştırılması

Çalışmamızda araştırmaya katılan ergenlerin internet bağımlılık ölçeği puanlarının Film İzlemek ve/veya İndirmek Amacı değişkenine göre karşılaştırılmasına bakıldığında öğrencilerden % 80.7 oranının (96) Patolojik İnternet kullanıcısı veya Sınırlı Semptom Gösterenler grubunda olduğu görülmüştür. İnternet bağımlılık düzeyinin film izlemek ve/ya indirmek amacı değişkeni açısından farklılaşıp farklılaşmadığına bakmak için Ki-Kare testi ve Fisher's Exact testi uygulanmıştır. Her iki testte de internet bağımlılık düzeyi ile Film İzlemek ve/veya İndirmek Amacı değişkeni arasında istatistiksel olarak anlamlı bir ilişki bulunmuştur (Tablo 4.22).

Tabloda ilgili bölümlerdeki beklenen-gerçekleşen (sayı) değerlerine bakılarak; ergenler arasında film izlemenin internet bağımlılığı davranışını artırıyor olabileceği sonucuna varılabilir. Xin ve arkadaşlarına göre ergenler arasında internet kullanımının ilk 5 aktivitesini sosyal ağlar, okul ödevleri, eğlence, oyunlar ve alışveriş oluşturur (54). Ergenler ve en geniş internet kullanıcı kitesidir. Bu grup aynı zamanda, aşırı internet kullanımına en yatkın gruptur. İnterneti oyun oynama, bilgi edinme, sosyal ağlarda sohbet, elektronik posta gönderme, araştırma, yazılım yükleme ve medya dosyası indirme, film izleme ve müzik dinleme gibi nedenlerle kullanırlar (47). Video izleme gençler arasındaki en popüler aktiviteler arasında yer alır (82).

5.11. İnternet Bağımlılık Ölçeği Puanlarının Oyun oynamak Amacı Değişkenine Göre Karşılaştırılması

İnternet Bağımlılık Ölçeği Puanlarının Oyun oynamak Amacı değişkenine göre karşılaştırıldığında % 52.7 (89) kişinin Patolojik İnternet kullanıcısı veya Sınırlı Semptom Gösterenler grubunda olduğu görülmüştür. İnternet bağımlılık düzeyinin oyun oynamak amacı değişkeni açısından farklılaşp farklılaşmadığına bakmak için Ki-Kare testi ve Fisher's Exact testi uygulanmış, her iki testte de internet bağımlılık düzeyi ile Oyun oynamak amacı değişkeni arasında istatistiksel olarak anlamlı bir ilişki bulunmuştur (Tablo 4.23). Tabloda ilgili bölümlerdeki beklenen-gerçekleşen (sayı) değerlerine bakılarak; ergenler arasında oyun oynamanın internet bağımlılığı davranışını arttırıyor olabileceği sonucuna varılabilir. Bu durum Tahiroğlu ve arkadaşlarının yaptığı çalışmaya benzer sonuçlar olduğunu göstermektedir. Söz konusu çalışma ergenlerin internet kullanım alışkanlıkları ile problemli internet kullanımlarını araştırmak amacı ile haftalık 12 saatten fazla internet kullanan 3975 öğrenci ile yapılmıştır (16). Araştırma sonucunda internet kullanımının en yoğun olduğu alanın ise oyunlar olduğu görülmüştür. Çünkü ergenler eğlence ve zevk, duygusal denge, heyecan, engellerin üstesinden gelme, gerçek hayattan kaçma gibi ihtiyaçlarla oyun oynarlar. Sanal oyun ortamlarında kendilerini iyi hissederler (83). Ergenler zorluklara karşı (44), yeteneklerini arttırmak için sanal dünyaya ihtiyaç duyarlar. Çevrimiçi oyunlar, internet bağımlılığına neden olan en önemli faaliyetlerdendir (84). Sanal ortamdaki oyunda kazanma heyecanı ve oyunda saldırılar ile adrenalin salınımı ve yaşanan heyecan, ergenlerde internet bağımlılığını artırır (44) Ayrıca oyunlarındaki çeşitli sosyal ödüller, bir kahramanla özdeşleşme, üç boyutlu grafikler birey üzerinde motive edici rol oynar (6). Block'a göre de internette aşırı derecede oyun oynamak bağımlılığı artırır (31).

5.12. İnternet Bağımlılık Ölçeği Puanlarının Sosyal Medya/Ağlar Kullanmak (Sohbet etmek) Amacı Değişkenine Göre Karşılaştırılması

İnternet Bağımlılık Ölçeği Puanlarının Sosyal Medya/Ağlar Kullanmak (Sohbet etmek) Amacı değişkenine göre karşılaştırıldığında % 85.7 (102) kişinin Patolojik İnternet kullanıcısı veya Sınırlı Semptom Gösterenler grubunda olduğu görülmüştür.

İnternet bağımlılık düzeyinin sosyal medya/ağlar kullanmak (sohbet etmek) amacı değişkeni açısından farklılaşıp farklılaşmadığına bakmak için Ki-Kare testi ve Fisher's Exact testi uygulanmış ve her iki testte de internet bağımlılık düzeyi ile Sosyal Medya/Ağlar Kullanmak (Sohbet etmek) amacı değişkeni arasında istatistiksel olarak anlamlı bir ilişki bulunmuştur (Tablo 4.24). Tabloda ilgili bölümlerdeki beklenen-gerçekleşen (sayı) değerlerinde görülen değerler; ergenler arasında Sosyal medya/ağlar kullanmanın (sohbet etmek) internet bağımlılığı davranışını arttırıyor olabileceğine işaret olarak yorumlanabilir. Sosyal ağları kullanan ergenler akranlarından pozitif dönütler aldıkları zaman, özgüvenleri artar ve kendilerini iyi hissederler. Pozitif dönüt, özgüvenin gelişmesi için ergen üzerinde güdüleyici rol oynar (58). Sosyal medya ve oyun siteleri ile etkileşim bu ağları daha çok kullanma eğilimini de beraberinde getirir (69). Bağımlılar oyun sitelerini, sosyal ağları vb. grup olarak kullanırlar. Böylece sosyal ağlarda ve oyun sitelerinde geçirdikleri zamanı, kendilerine göre ortak paylaşım zamanı olarak kabul ederler, böylece internette arkadaşları ile geçirdiği zamanı gerçek paylaşım olarak kabul ederler (70,82). Yine ergenlerin sosyal medya sitelerinin yoğun kullanılmasında, yalnızlık, düşük benlik algısı, depresif duygular bağımlılık eğilimini ileri derecede artırdığını göstermektedir (60). Bu nedenle araştırmaya katılan ergenler disforik duygular yaşayabilir, yalnızlaşabilirler (24).

5.11.İnternet Bağımlılık Ölçeği Puanlarının İnternette Sörf/Gezinti Yapmak Amacı Değişkenine Göre Karşılaştırılması

İnternet Bağımlılık Ölçeği Puanlarının İnternette Sörf/Gezinti Yapmak Amacı değişkenine göre karşılaştırıldığında % 71.4 oranında (85) kişinin Patolojik İnternet kullanıcısı veya Sınırlı Semptom Gösterenler grubunda olduğu görülmüştür. İnternet bağımlılık düzeyinin internette sörf/gezinti yapmak amacı değişkeni açısından farklılaşıp farklılaşmadığına bakmak için Ki-Kare testi ve Fisher's Exact testi uygulanmıştır. İnternet bağımlılık düzeyi ile internette sörf/gezinti yapmak amacı değişkeni arasında Ki-Kare testine göre istatistiksel olarak sınırlı düzeyde, Fisher's Exact testine göre ise anlamlı bir ilişki bulunmuştur.

Fisher's Exact testi baz alınacak olursa; tabloda ilgili bölümlerdeki beklenen-gerçekleşen (sayı) değerlerinde görülen değerler; ergenler arasında internette sörf/gezinti yapmak amacının internet bağımlılığı davranışını artırıyor olabileceğine işaret olarak yorumlanabilir. Goel ve arkadaşlarına göre, ergenler sosyal onaylanma, kendini yatıştırma, psikososyal problemlerin neden olduğu ruhsal bozukluklardan kurtulma, heyecan arayışı, boş vakit değerlendirme gibi nedenlerle internette zaman geçirirler (96). Young (38) a göre böylesi bireyler internette sörf/ gezinti yaparak aşırı bilgi yüklemesi yaparlar. Çevrimiçi aşırı gezerek her bilgiyi araştırırlar. Zamanlarını oransız bir şekilde bilgi araştırmaya, biriktirmeye ve bunları sınıflandırmaya ayırırlar. İnternet bağımlılığı kapsamına giren ve sürekli olarak yeni bir şeyler araştırma güdüsü ile kendine engel olamama psikolojisi ciddi bir halk sağlığı sorunu haline gelmeye başlamıştır (52).

4.9. İnternet Bağımlılık Ölçeğinde Psikolojik Etmenleri Belirleyen Soruların Yaş Değişkenine Göre Karşılaştırılmasının Tartışılması

İnternet Bağımlılık Ölçeğinde bulunan ve psikolojik etmenlerle ilintisi olduğu görülen sorular, yaş değişkenine göre Ki-Kare Testi uygulanarak karşılaştırılmıştır. “Ne sıklıkla internette olmadığımızda kendinizi çökmüş, aksi veya sinirli hissedip, internete girince rahatlarsınız?” sorusu yaş değişkeni ile karşılaştırıldığında anlamlı bir ilişki bulunmamıştır. Ancak yapılan çalışmalarda, internetin anormal derecede kullanımı ile birlikte patolojik sorunlar ortaya çıktığı görülmüştür. İnternet bağımlılığı depresif belirtileri beraberinde getirir (54). Yapılan farklı çalışmalarda endişe, kaygı, duygu durum bozukluğu, tolerans geliştirme, yoksunluk, stres ve çeşitli işlevsel bozuklukları internetin sık kullanımı ile ortaya çıkar (116, 61). İnternet bağımlılığı veya problemleri internet kullanımı üzerine yapılan çalışmalar göstermektedir ki, internet kullanımı ve kullanım şekilleri ve düzeyleri özellikle çocuklar ve ergenler üzerinde olası patolojik özelliklerin etkisini artırmaktadır (117).

“Ne sıklıkla internetsiz hayatın, sıkıcı, boş ve eğlencesiz olacağını düşünüyorsunuz?”, “Biri sizi internetteyken rahatsız ettiğinde ne sıklıkla kırıncı konuşur,

bağırır veya kızgın davranışlar gösterirsiniz?”, soruları yaş değişkeni ile karşılaştırıldığında Ki-Kare Testine göre anlamlı bir ilişki bulunmamıştır.

“Herhangi biri internette ne yaptığınızı sorduğunda ne sıklıkla kendinizi savunur ve ne yaptığınızı gizlersiniz?”, sorusu yaş değişkeni ile karşılaştırıldığında Ki-Kare Testine göre anlamlı bir ilişki bulunmuştur. Young’un İnternet Bağımlılığı için Önerdiği Tanı Ölçütlerine göre de internet bağımlısı bireyler (aile, arkadaşlar, terapist, vb) internette kalma süresi ile ilgili yalan söyler ve internette yaptığı faaliyetleri gizlerler (30).

“Hayatınız hakkında sizi rahatsız eden düşünceleri dağıtmak için ne sıklıkla internete girersiniz?” soruları yaş değişkenine göre karşılaştırılmıştır ve Ki-Kare Testi sonuçlarına göre anlamlı bir ilişki bulunmamıştır. Ergenlerin problemlere karşı duygusal olarak baş etme stratejisi olarak interneti aşırı derecede kullanır ve bağımlılık davranışı geliştirir (82). Jun’e göre ergenler, interneti ümitsizlik, suçluluk, endişe, kaygı, depresyon gibi disforik ruh haletini rahatlatmak veya sorunlardan uzaklaşmak için kullanırlar (50). Ayrıca ergenler için internet, stresli durumlardan kaçmak için bir sığınak ve istenmeyen duygulardan kurtulma ve rahatlama yeridir (95). “Ne sıklıkla internete girmek için sabırsızlanırsınız?” sorusu yaş değişkenine göre karşılaştırıldığında Ki-Kare Testi sonuçlarına göre anlamlı bir ilişki bulunmamıştır.

4.10. İnternet Bağımlılık Ölçeğinde Psikososyal Etmenleri Belirleyen Soruların Yaş Değişkenine Göre Karşılaştırılmasının Tartışılması

Young İnternet Bağımlılığı Ölçeğinde bulunan ve psikososyal etmenlerle ilintisi olduğu görülen 6 soru ile yaş değişkeni arasında istatistiksel açıdan anlamlı biçimde farklılaşıp farklılaşmadığına bakmak için Ki-Kare Testi uygulanmıştır.

“Ne sıklıkla internette kalmak için günlük ev işlerini ihmal edersiniz?”, sorusu ile yaş değişkeni karşılaştırıldığında anlamlı bir fark bulunmamıştır. Ancak yapılan bazı çalışmalar bulguların aksini göstermektedir. Bu çalışmalara göre, internet kullanıcılarının ortalama kullanım sürelerini kontrol edememelerinden dolayı aile, iş,

eğitim, sosyal yaşamı negatif yönde etkilenir (26,27). Bireylerin yaşamlarındaki günlük işlevselliği kesintiye uğrar (4). “Ne sıklıkla arkadaşlarınızla birlikte olmak yerine interneti tercih edersiniz?”, sorusu ile yaş değişkeni karşılaştırıldığında anlamlı bir fark bulunmamıştır. Ancak Young (38)’a göre, ergenlerin zamanlarının çoğunu internette geçirmeleri, gerçek insanlarla olan ilişkilerini zayıflatır. Ergenler sevdikleri ve aileleriyle, ya da arkadaşları ile dışarı çıkmak yerine evde, internetin başında kalmayı tercih ederler (38). İnternet bireyi gerçek yaşam ilişkilerinden uzaklaştırır (85,87). Birçok araştırma, internet bağımlılığının sosyal ilişkileri olumsuz olarak etkilediğini belirtir. İnterneti aşırı derecede kullanan bireyler yalnızlaşır ve sosyal izolasyon artar, akran ilişkileri zayıflar (5,112,113,114,115). “Ne sıklıkla okula devamınız internette dolay olumsuz etkilenir?” ve “Ne sıklıkla okuldaki ders notlarınız ve ödevleriniz internette kalma sürenizden olumsuz yönde etkilenir?” soruları ile yaş değişkeni karşılaştırıldığında anlamlı bir fark bulunmamıştır. Ancak bazı araştırmalarda görülmüştür ki, ergenler internet kullanımından dolay zamanlarını planlayamazlar ve akademik başarıları azalır (129). Ortaya çıkan zayıf akademik başarı ise internet kullanımını daha da artırır (85). “Gece geç saatlerde internet kullanmaktan ötürü ne sıklıkla uykunuz kaar?” sorusu ile yaş değişkeni karşılaştırıldığında sınırlı düzeyde anlamlı bir ilişki bulunmuştur. Yapılan araştırmalar bu konuyu destekler niteliktedir. İnternetin yoğun kullanılması uyku bozukluklarına neden olur(51). Gece geç saatlere kadar uyanık kalındığı için, sabahları okul ve iş için uyanma engellenir. Aşırı yorgunlukla birlikte bağışıklık sistemi zayıflar ve çok çeşitli hastalıklara açık hale gelinir (44).

5. TARTIŞMA

5.1. Ergenlerde İnternet Kullanımı ile İlgili Bulguların Tartışılması

Araştırmaya katılan ergenlerin internet kullanım saatlerine bakıldığında % 29.9 oranında (75) katılımcının haftalık olarak 6-14 saat aralığında internet kullandığı, %15.1 oranında (38) katılımcının 15-21 saat aralığında internet kullandığı ve %12.4 oranında (31) katılımcının 22 ve daha fazla saat internet kullanması (Tablo 4.2). Anderson'ın internet bağımlılığı ile ilgili düşüncelerinden yola çıkarak bağımlılık riski olduğunu ortaya koymaktadır (5). %12.4 lük oranda katılımcı risk altındadır. Anderson'a göre internet kullanım zamanı olarak yetişkinler haftada 20 saat, ergenler ise 27 saat geçirmektedir (5). Bu değerlendirmeye göre 7 günlük zaman dilimi açısından bakıldığında ise bireyler toplam zamanlarının % 12-16'lık kısımlarını internet başında geçirmektedir. Dolayısı ile çalışmamızda 31 katılımcı haftalık 22 saat ve belki daha da fazla internet kullandıklarından bağımlılık risk grubunda olabilirler.

Yine bir başka çalışmada, Mythil ve arkadaşları Singapur'da gençlerin aşırı internet kullanımını, çeşitli değişkenlerle olan ilişki yönünden araştırmışlardır (8). Çalışmaya 2735 ergen katılmış olup, katılımcıların % 25'i her gün internete girmediklerini belirtmiş, % 17.1'i ise her gün 5 saatten fazla internet kullandıklarını belirtmişlerdir. Günde 5 saatten fazla internet kullanımını çalışmada aşırı kullanım olarak tanımlanmıştır.

Esen tarafından yapılan araştırma sonucunda ergenlerin %16.7'sinin haftada 22 saatten fazla bir süreyi internette geçirdiği, sadece % 6'lık kısmının düzenli olarak internet kullanmadığı görülmüştür (13). Tahiroğlu ve arkadaşlarının yaptığı çalışmada 12-18 yaş grubundaki çocuk ve ergenlerin haftada 12 saatin üzerinde internet kullanımını oranı % 7.6 olarak belirlenmiştir (16).

Griffiths'e göre, internet bağımlılığı bireylerin uyanık kaldığı zamanının büyük bir kısmını, tüm yaşam işlevselliğini ihmal edecek kadar internette harcamasıdır (28). Liu (41) çalışmasında bildirdiği üzere, günlük 6 saat ve fazlası internet kullanımı ve bu durumun 3 ay boyunca devam etmesini internet bağımlılığı olarak ele almıştır.

Amerikan Psikiyatri Derneğinin yayımladığı DSM 5'te internet bağımlılığı internet ile sürekli olarak meşgul olma, önceki yapılan aktiviteyi düşünme veya sonraki bölümü düşünme ve çevrimiçi olarak olması gereken düzeyden daha uzun süre kalma olarak kullanım oranının fazlalığını tanımlamıştır (43). Bağımlılar genel olarak çevrimiçi kullanım saatlerinde aşırıya giderler. Haftalık 40 saatten 80 saate kadar çıkabilirler. Bazen 20 saat boyunca hiç kalkmadan internet başında oturabilirler. Uyku düzeni bozulur. Gece saat 2-3 hatta bazen 4 e kadar uyanık kalındığı için, sabahları okul ve iş için uyanma engellenir (44).

Araştırmaya katılan ergenlerin% 92.5 (233) internete kendi evlerinden bağlanmaktadır (Tablo 4.3). Bu durum ilerlemiş teknoloji ile birlikte internet erişimi, mobil aletlerde ve kablosuz broadband servislerle artık daha kolay erişim sağlanabilir ve hızlı ulaşılabilir bir hale gelmesi internet bağımlılığını artırıcı bir unsur olabilir (86). Yine Malak ve arkadaşlarına göre internet erişiminin ulaşılabilir, ucuz ve kolay olması internetin ergenler arasında yaygın olmasının nedenleri arasında sayılmıştır (47).

Esen'in çalışmasında bahsettiği ergenlerin % 78.9'u internete evlerinden bağlanırken, % 14.6'sı internete internet kafelerden bağlanmaktadır. Evlerden bağlanma oranının yüksek olması bağımlılığı artırıcı bir unsur olarak ele alınmıştır (13).

5.2. İnternet Bağımlılık Ölçeği Puanlarının Cinsiyet Değişkenine Göre Dağılımının Tartışılması

Araştırmaya katılan erkek öğrencilerin % 53.8'inin (64), kız öğrencilerin ise % 46.2'sinin (55) patolojik internet kullanıcısı veya sınırlı semptom gösterenler

grubunda olduğu görülmüştür (Tablo 4.13). Kız öğrencilerle, erkek öğrencilerin internet kullanım oranları ve bağımlılık türleri cinsiyet yönünden değerlendirildiğinde birbirine yakındır. Ancak Ceyhan ve arkadaşları ise, çalışmalarında erkek öğrencilerin kız öğrencilere oranla daha fazla internet kullandıklarını, bu duruma bağlı olarak ta problemlili internet kullanımının arttığını ifade etmiştir (14). Yine Esen'in çalışmasında, katılan ergenlerin internet bağımlılık oranlarının erkeklerde % 56.5, kızlarda ise % 43.5 olduğu gözlemlenmiştir (13). Bayraktar ve Gün tarafından yapılan çalışmalarda ergenlerde internet bağımlılığı ile cinsiyet değişkeni arasında anlamlı bir ilişki olmadığı görülmüştür (12). Andriessen ve ark. (75) na göre, cinsiyet faktörü de aynı zamanda ergenlerin internet kullanımı ve bağımlılık geliştirmelerinde belirleyici bir etkidir. Kızlar ve erkekler interneti kullanırken farklı özellikler gösterirler. İnterneti kızların yoğun kullanmasının nedeni, duygusal ve sosyal desteğe erkeklerden daha fazla ihtiyaç duymalarından kaynaklanmaktadır. Erkekler ise kızlara oranla daha fazla yalnız zaman geçirmeyi tercih ettiklerinden interneti yoğun bir şekilde kullanırlar (106, 107, 108) Bir başka çalışmada, erkekler kadınlara nispeten daha fazla derecede internet bağımlılığı sorununa maruz kalabildikleri görülmektedir (76).

5.3. İnternet Bağımlılık Ölçeği Puanlarının Sınıf Değişkenine Göre Dağılımının Tartışılması

Çalışmamızda araştırmaya katılan ergenlerin internet bağımlılık ölçeği puanlarının sınıf değişkenine göre dağılımına bakıldığında 7.sınıf öğrencilerinden % 47.9 oranında(57) öğrencinin, 8. Sınıflardan % 33.6 oranında (40) öğrencinin, 9.sınıflardan ise % 18.5 (22) öğrencinin patolojik İnternet kullanıcısı veya Sınırlı Semptom Gösterenler olduğu bulunmuştur (Tablo 4.12). Araştırmada yaş büyüdükçe bağımlılığın azalmasının nedeni 8.sınıf öğrencilerinin sınav grubu olmaları ve zamanlarının çoğunu ders tekrarı ve test çözümüne ayırma zorunluluğu olması şeklinde değerlendirilebilir. Bununla birlikte 9.sınıf katılımcı sayısının az olması da yaş ile bağımlılık arasındaki ilişkinin farklılaşmasında etkili olabilir. Ancak, Orhan ve Akkoyunlu tarafından 4. ve 8. sınıf aralığındaki ilköğretim öğrencilerinin internete erişim kolaylıklarını ve kullanım amaçlarını inceleme amacı ile yaptıkları çalışmaya

10-14 yaş aralığında 676 öğrenci katılmış ve elde edilen verilere göre de yaş büyüdükçe internet kullanım oranlarının arttığı görülmüştür (10).

Ayrıca çalışmamızda internet bağımlılık düzeyinin sınıf değişkeni açısından farklılaşıp farklılaşmadığına bakmak için Ki-Kare testi uygulanmış ve internet bağımlılık düzeyini ile sınıf değişkeni arasında istatistiksel olarak anlamlı bir ilişki bulunmamıştır (Tablo 4.12).

5.4. İnternet Bağımlılık Ölçeği Puanlarının Yaş Değişkenine Göre Karşılaştırılması

İnternet bağımlılık davranışına en yatkın yaş grubu ergenler olarak görülmektedir (80).Ergen bireylerin yaş durumları göz önüne alındığında ise yaş olarak küçük ergenlerin yetişkinlere göre daha fazla bağımlılık riski gösterdikleri bulunmuştur (81). Çalışmamızda araştırmaya katılan ergenlerin internet bağımlılık ölçeği puanlarının yaş değişkenine göre karşılaştırılmasına bakıldığında 13 yaş grubunda % 49.6 oranında (59) öğrencinin, 14 yaş grubunda % 33.6 oranında (40) öğrencinin, 15 yaş grubunda ise % 16.8 (20) öğrencinin patolojik İnternet kullanıcısı veya Sınırlı Semptom Gösterenler olduğu görülmüştür. Ancak internet bağımlılık düzeyinin yaş değişkeni açısından farklılaşıp farklılaşmadığına bakmak için Ki-Kare testi uygulanmış ve internet bağımlılık düzeyi ile yaş değişkeni arasında istatistiksel olarak anlamlı bir ilişki bulunmamıştır (Tablo 4.15).

5.5. İnternet Bağımlılık Ölçeği Puanlarının I. Dönem Ders Değerlendirme Durumu Değişkenine Göre Karşılaştırılması

Çalışmamızda araştırmaya katılan ergenlerin internet bağımlılık ölçeği puanlarının I. Dönem Ders Değerlendirme Durumu değişkenine göre karşılaştırılmasına bakıldığında öğrencilerden Patolojik İnternet kullanıcısı veya Sınırlı Semptom Gösterenler grubunda olan % 10.9 oranında (13) öğrenci I. Dönem

ders durumunu başarılı, % 42.9 oranında (51) öğrenci I. Dönem ders durumunu orta , % 46.2 oranında (55) öğrenci I. Dönem ders durumunu başarısız olarak görmüştür. İnternet bağımlılık düzeyinin sınıf değişkeni açısından farklılaşıp farklılaşmadığına bakmak için Ki-Kare testi uygulanmış ve internet bağımlılık düzeyini ile sınıf değişkeni arasında istatistiksel olarak anlamlı bir ilişki bulunmamıştır (P=.971).

Lin ve Tsai'ye göre, internet bağımlılığı ergenlerde akademik işlevselliğin azalmasına neden olmaktadır (133). Kumar ve Mondal'a (55) göre interneti aşırı derecede kullananlar, günlük maksimum 3-4 saatlerini internete ayırırlar. Bu bireyler akademik çalışmalarına konsantre olamadıkları için sorumluluklarını yerine getiremezler. Çalışmalara bakıldığında akademik başarısı düşük ergenlerin en yüksek oranlı internet kullanıcıları olduğu görülmektedir (130). Floros ve Siomos (2015) e göre, internet kullanımının sağlık, akademik, başarı, zaman yönetimi ve kişiler arası ilişkilerde negatif etkileri vardır. Ergen birey zayıf okul başarısı, aile, sosyal işlevsellik, özsaygı ve yaşam doyumu, zihin sağlığı, depresyon gibi sorunlarını internet başında tedavi etmek ister. İnterneti gerçek yaşam ilişkilerinden uzaklaştıracak kadar aşırı kullanır (85). Böylece internet kullanımı aşırı düzey kazanır. Benzer bir çalışmada Türkiye'de ders durumu başarısız olan öğrencilerin %31'inin günde en az 1 defa İnternete bağlandığı görülmüştür. Ayrıca meslek liselerinde okuyan öğrencilerin ve akademik başarısı düşük olan öğrencilerin internet kullanım sürelerinin ise bu oranı aştığı görülmüştür (100). Bağımlılığı olan öğrenciler, zamanlarının çoğunu ders çalışmak yerine çevrimiçi olarak geçirdikleri için zayıf akademik performansa sahip olurlar (96).

5.6. İnternet Bağımlılık Ölçeği Puanlarının Anne - Baba Durumu Değişkenine Göre Karşılaştırılması

Çalışmamızda araştırmaya katılan ergenlerin internet bağımlılık ölçeği puanlarının Anne - Baba Durumu değişkenine göre karşılaştırılmasına bakıldığında öğrencilerden Patolojik İnternet kullanıcısı veya Sınırlı Semptom Gösterenler grubunda olan % 96.6 oranında (115) öğrencinin anne-babası sağ ve birlikte, % 3.4 oranının (4) anne-babanın boşanmış veya ebeveynlerden birinin vefat ettiği

görülmüştür (Tablo 4.17). İnternet bağımlılık düzeyinin anne-baba durumu değişkeni açısından farklılaşıp farklılaşmadığına bakmak için Ki-Kare testi uygulanmış ve internet bağımlılık düzeyi ile anne-baba durumu değişkeni arasında istatistiksel olarak anlamlı bir ilişki bulunmamıştır ($P=.150$).

Anne veya babası ölmüş ergenlerde bağımlılık davranışı yüksektir (101). Tek ebeveynli ailelerin çocukları, çift ebeveynli ailelere göre bağımlılık davranışına daha çok açıktırlar (76). Çalışmada Patolojik İnternet kullanıcısı veya Sınırlı Semptom Gösterenler grubunda olan öğrencilerin %96.6 oranının (115) anne-babası sağ ve birlikte olması ve bağımlılık yönünden bu fikri desteklememektedir.

5.7. İnternet Bağımlılık Ölçeği Puanlarının Ödev Yapma Amacı Değişkenine Göre Karşılaştırılması

Çalışmamızda araştırmaya katılan ergenlerin internet bağımlılık ölçeği puanlarının Ödev Yapma Amacı Durumu değişkenine göre karşılaştırılmasına bakıldığında öğrencilerden Patolojik İnternet kullanıcısı veya Sınırlı Semptom Gösterenler grubunda olan % 66.4 oranında (79) öğrencinin interneti ödev yapma amaçlı kullandıkları görülmüştür (Tablo 4.21) İnternet bağımlılık düzeyinin ödev yapma amacı değişkeni açısından farklılaşıp farklılaşmadığına bakmak için Ki-Kare testi ve Fisher's Exact testi uygulanmıştır. Her iki testte de internet bağımlılık düzeyi ile ödev yapma amacı değişkeni arasında istatistiksel olarak sınırlı düzeyde ($P<0,10$) anlamlı bir ilişki bulunmuştur. Özcan ve Buzlu, üniversite öğrencilerinin problemleri internet kullanımını incelemek için haftada en az 2 saat internet kullanan 148 öğrenci yaptığı çalışmada, öğrencilerin internette en sık yaptıkları etkinliklerin arasında genel bilgi arama, eğitimle ilgili araştırma yapma ve e-posta kullanımı olduğu görülmüştür (11).

5.8. İnternet Bağımlılık Ölçeği Puanlarının Film İzlemek ve/veya İndirmek Amacı Değişkenine Göre Karşılaştırılması

Çalışmamızda araştırmaya katılan ergenlerin internet bağımlılık ölçeği puanlarının Film İzlemek ve/veya İndirmek Amacı değişkenine göre karşılaştırılmasına bakıldığında öğrencilerden %80.7 oranının (96) Patolojik İnternet kullanıcısı veya Sınırlı Semptom Gösterenler grubunda olduğu görülmüştür. İnternet bağımlılık düzeyinin film izlemek ve/ya indirmek amacı değişkeni açısından farklılaşıp farklılaşmadığına bakmak için Ki-Kare testi ve Fisher's Exact testi uygulanmıştır. Her iki testte de internet bağımlılık düzeyi ile Film İzlemek ve/veya İndirmek Amacı değişkeni arasında istatistiksel olarak anlamlı bir ilişki bulunmuştur (Tablo 4.22). Tabloda ilgili bölümlerdeki beklenen-gerçekleşen (sayı) değerlerine bakılarak; ergenler arasında film izlemenin internet bağımlılığı davranışını artırıyor olabileceği sonucuna varılabilir. Xin ve arkadaşlarına gösteren ergenler arasında internet kullanımının ilk 5 aktivitesini sosyal ağlar, okul ödevleri, eğlence, oyunlar ve alışveriş oluşturur (54). Ergenler ve en geniş internet kullanıcı kitlesidir. Bu grup aynı zamanda, aşırı internet kullanımına en yatkın gruptur. İnterneti oyun oynama, bilgi edinme, sosyal ağlarda sohbet, elektronik posta gönderme, araştırma, yazılım yükleme ve medya dosyası indirme, film izleme ve müzik dinleme gibi nedenlerle kullanırlar (47). Video izleme gençler arasındaki en popüler aktiviteler arasında yer alır (82).

5.9. İnternet Bağımlılık Ölçeği Puanlarının Oyun oynamak Amacı Değişkenine Göre Karşılaştırılması

İnternet Bağımlılık Ölçeği Puanlarının Oyun oynamak Amacı değişkenine göre karşılaştırıldığında % 52.7 (89) kişinin Patolojik İnternet kullanıcısı veya Sınırlı Semptom Gösterenler grubunda olduğu görülmüştür. İnternet bağımlılık düzeyinin oyun oynamak amacı değişkeni açısından farklılaşıp farklılaşmadığına bakmak için Ki-Kare testi ve Fisher's Exact testi uygulanmış, her iki testte de internet bağımlılık düzeyi ile Oyun oynamak amacı değişkeni arasında istatistiksel olarak anlamlı bir ilişki bulunmuştur (Tablo 4.23). Tabloda ilgili bölümlerdeki beklenen-gerçekleşen (sayı) değerlerine bakılarak; ergenler arasında oyun oynamanın internet bağımlılığı

davranışını arttırıyor olabileceği sonucuna varılabilir. Bu durum Tahiroğlu ve arkadaşlarının yaptığı çalışmaya benzer sonuçlar olduğunu göstermektedir. Söz konusu çalışma ergenlerin internet kullanım alışkanlıkları ile problemlili internet kullanımlarını araştırmak amacı ile haftalık 12 saatten fazla internet kullanan 3975 öğrenci ile yapılmıştır (16). Araştırma sonucunda interneti kullanımının en yoğun olduğu alanın ise oyunlar olduğu görülmüştür. Çünkü ergenler eğlence ve zevk, duygusal denge, heyecan, engellerin üstesinden gelme, gerçek hayattan kaçma gibi ihtiyaçlarla oyun oynarlar. Sanal oyun ortamlarında kendilerini iyi hissederler (83). Ergenler zorluklara karşı (44), yeteneklerini arttırmak için sanal dünyaya ihtiyaç duyarlar. Çevrimiçi oyunlar, internet bağımlılığına neden olan en önemli faaliyetlerdendir (84). Sanal ortamdaki oyunda kazanma heyecanı ve oyunda saldırılar ile adrenalin salınımı ve yaşanan heyecan, ergenlerde internet bağımlılığını artırır (44). Ayrıca oyunlardaki çeşitli sosyal ödüller, bir kahramanla özdeşleşme, üç boyutlu grafikler birey üzerinde motive edici rol oynar (6). Block'a göre de internette aşırı derecede oyun oynamak bağımlılığı artırır (31).

5.10. İnternet Bağımlılık Ölçeği Puanlarının Sosyal Medya/Ağlar Kullanmak (Sohbet etmek) Amacı Değişkenine Göre Karşılaştırılması

İnternet Bağımlılık Ölçeği Puanlarının Sosyal Medya/Ağlar Kullanmak (Sohbet etmek) Amacı değişkenine göre karşılaştırıldığında % 85.7 (102) kişinin Patolojik İnternet kullanıcısı veya Sınırlı Semptom Gösterenler grubunda olduğu görülmüştür. İnternet bağımlılık düzeyinin sosyal medya/ağlar kullanmak (sohbet etmek) amacı değişkeni açısından farklılaşıp farklılaşmadığına bakmak için Ki-Kare testi ve Fisher's Exact testi uygulanmış ve her iki testte de internet bağımlılık düzeyi ile Sosyal Medya/Ağlar Kullanmak (Sohbet etmek) amacı değişkeni arasında istatistiksel olarak anlamlı bir ilişki bulunmuştur (Tablo 4.24). Tabloda ilgili bölümlerdeki beklenen-gerçekleşen (sayı) değerlerinde görülen değerler; ergenler arasında Sosyal medya/ağlar kullanmanın (sohbet etmek) internet bağımlılığı davranışını arttırıyor olabileceğine işaret olarak yorumlanabilir.

Sosyal ağları kullanan ergenler akranlarından pozitif dönütler aldıkları zaman, özgüvenleri artar ve kendilerini iyi hissederler. Pozitif dönüt, özgüvenin gelişmesi için ergen üzerinde güdüleyici rol oynar (58). Sosyal medya ve oyun siteleri ile etkileşim bu ağları daha çok kullanma eğilimini de beraberinde getirir (69). Bağımlılar oyun sitelerini, sosyal ağları vb. grup olarak kullanırlar. Böylece sosyal ağlarda ve oyun sitelerinde geçirdikleri zamanı, kendilerine göre ortak paylaşım zamanı olarak kabul ederler, böylece internette arkadaşları ile geçirdiği zamanı gerçek paylaşım olarak kabul ederler (70,82). Yine ergenlerin sosyal medya sitelerinin yoğun kullanılmasında, yalnızlık, düşük benlik algısı, depresif duygular bağımlılık eğilimini ileri derecede artırdığını göstermektedir (60). Bu nedenle araştırmaya katılan ergenler disforik duygular yaşayabilir, yalnızlaşabilirler (24).

5.11. İnternet Bağımlılık Ölçeği Puanlarının İnternette Sörf/Gezinti Yapmak Amacı Değişkenine Göre Karşılaştırılması

İnternet Bağımlılık Ölçeği Puanlarının İnternette Sörf/Gezinti Yapmak Amacı değişkenine göre karşılaştırıldığında % 71.4 oranında (85) kişinin Patolojik İnternet kullanıcısı veya Sınırlı Semptom Gösterenler grubunda olduğu görülmüştür. İnternet bağımlılık düzeyinin internette sörf/gezinti yapmak amacı değişkeni açısından farklılaşıp farklılaşmadığına bakmak için Ki-Kare testi ve Fisher's Exact testi uygulanmıştır. İnternet bağımlılık düzeyi ile internette sörf/gezinti yapmak amacı değişkeni arasında Ki-Kare testine göre istatistiksel olarak sınırlı düzeyde, Fisher's Exact testine göre ise anlamlı bir ilişki bulunmuştur.

Fisher's Exact testi baz alınacak olursa; tabloda ilgili bölümlerdeki beklenen-gerçekleşen (sayı) değerlerinde görülen değerler; ergenler arasında internette sörf/gezinti yapmak amacının internet bağımlılığı davranışını artırıyor olabileceğine işaret olarak yorumlanabilir. Goel ve arkadaşları (96)'na göre, ergenler sosyal onaylanma, kendini yatıştırma, psikososyal problemlerin neden olduğu ruhsal bozukluklardan kurtulma, heyecan arayışı, boş vakit değerlendirme gibi nedenlerle internette zaman geçirirler. Young (38) a göre böylesi bireyler internette sörf/ gezinti yaparak aşırı bilgi yüklemesi yaparlar. Çevrimiçi aşırı gezerek her bilgiyi araştırırlar.

Zamanlarını oransız bir şekilde bilgi araştırmaya, biriktirmeye ve bunları sınıflandırmaya ayırırlar. İnternet bağımlılığı kapsamına giren ve sürekli olarak yeni bir şeyler araştırma güdüsü ile kendine engel olamama psikolojisi ciddi bir halk sağılığı sorunu haline gelmeye başlamıştır (52).

5.12. İnternet Bağımlılık Ölçeğinde Psikolojik Etmenleri Belirleyen Soruların Yaş Değişkenine Göre Karşılaştırılmasının Tartışılması

İnternet Bağımlılık Ölçeğinde bulunan ve psikolojik etmenlerle ilintisi olduğu görülen sorular, yaş değişkenine göre Ki-Kare Testi uygulanarak karşılaştırılmıştır. “Ne sıklıkla internette olmadığımızda kendinizi çökmüş, aksi veya sinirli hissedip, internete girince rahatlarsınız?” sorusu yaş değişkeni ile karşılaştırıldığında anlamlı bir ilişki bulunmamıştır. Ancak yapılan çalışmalarda, internetin anormal derecede kullanımı ile birlikte patolojik sorunlar ortaya çıktığı görülmüştür. İnternet bağımlılığı depresif belirtileri beraberinde getirir (54). Yapılan farklı çalışmalarda endişe, kaygı, duygu durum bozukluğu, tolerans geliştirme, yoksunluk, stres ve çeşitli işlevsel bozuklukları internetin sık kullanımı ile ortaya çıkar (116,61). İnternet bağımlılığı veya problemlili internet kullanımı üzerine yapılan çalışmalar göstermektedir ki, internet kullanımı ve kullanım şekilleri ve düzeyleri özellikle çocuklar ve ergenler üzerinde olası patolojik özelliklerin etkisini artırmaktadır (117).

“Ne sıklıkla internetsiz hayatın, sıkıcı, boş ve eğlencesiz olacağını düşünürsünüz?”, “Biri sizi internetteyken rahatsız ettiğinde ne sıklıkla kırıncı konuşur, bağırır veya kızgın davranışlar gösterirsiniz?”, soruları yaş değişkeni ile karşılaştırıldığında Ki-Kare Testine göre anlamlı bir ilişki bulunmamıştır.

“Herhangi biri internette ne yaptığımızı sorduğunda ne sıklıkla kendinizi savunur ve ne yaptığımızı gizlersiniz?”, sorusu yaş değişkeni ile karşılaştırıldığında Ki-Kare Testine göre anlamlı bir ilişki bulunmuştur. Young’ın İnternet Bağımlılığı için Önerdiği Tanı Ölçütlerine göre de internet bağımlısı bireyler (aile, arkadaşlar, terapist,

vb.) internette kalma süresi ile ilgili yalan söyler ve internette yaptığı faaliyetleri gizlerler (30).

“Hayatınız hakkında sizi rahatsız eden düşünceleri dağıtmak için ne sıklıkla internete girersiniz?” soruları yaş değişkenine göre karşılaştırılmıştır ve Ki-Kare Testi sonuçlarına göre anlamlı bir ilişki bulunmamıştır. Ergenlerin problemlere karşı duygusal olarak baş etme stratejisi olarak interneti aşırı derecede kullanır ve bağımlılık davranışı geliştirir (82). Jun (50)’e göre ergenler, interneti ümitsizlik, suçluluk, endişe, kaygı, depresyon gibi disforik ruh haletini rahatlatmak veya sorunlardan uzaklaşmak için kullanırlar. Ayrıca ergenler için internet, stresli durumlardan kaçmak için bir sığınak ve istenmeyen duygulardan kurtulma ve rahatlama yeridir (95). “Ne sıklıkla internete girmek için sabırsızlanırsınız?” sorusu yaş değişkenine göre karşılaştırıldığında Ki-Kare Testi sonuçlarına göre anlamlı bir ilişki bulunmamıştır.

5.13. İnternet Bağımlılık Ölçeğinde Psikososyal Etmenleri Belirleyen Soruların Yaş Değişkenine Göre Karşılaştırılmasının Tartışılması

Young İnternet Bağımlılığı Ölçeğinde bulunan ve psikososyal etmenlerle ilintisi olduğu görülen 6 soru ile yaş değişkeni arasında istatistiksel açıdan anlamlı biçimde farklılaşıp farklılaşmadığına bakmak için Ki-Kare Testi uygulanmıştır.

“Ne sıklıkla internette kalmak için günlük ev işlerini ihmal edersiniz?”, sorusu ile yaş değişkeni karşılaştırıldığında anlamlı bir fark bulunmamıştır. Ancak yapılan bazı çalışmalar bulguların aksini göstermektedir. Bu çalışmalara göre, internet kullanıcılarının ortalama kullanım sürelerini kontrol edememelerinden dolayı aile, iş, eğitim, sosyal yaşamı negatif yönde etkilenir (26, 27). Bireylerin yaşamlarındaki günlük işlevselliği kesintiye uğrar (4). “Ne sıklıkla arkadaşlarınızla birlikte olmak yerine interneti tercih edersiniz?” ,sorusu ile yaş değişkeni karşılaştırıldığında anlamlı bir fark bulunmamıştır. Ancak Young (38)’a göre, ergenlerin zamanlarının çoğunu internette geçirmeleri, gerçek insanlarla olan ilişkilerini zayıflatır. Ergenler sevdikleri ve aileleriyle, ya da arkadaşları ile dışarı çıkmak yerine evde, internetin başında

kalmayı tercih ederler (38). İnternet bireyi gerçek yaşam ilişkilerinden uzaklaştırır (85, 87). Birçok araştırma, internet bağımlılığının sosyal ilişkileri olumsuz olarak etkilediğini belirtir. İnterneti aşırı derecede kullanan bireyler yalnızlaşır ve sosyal izolasyon artar, akran ilişkileri zayıflar (5,112,113,114,115).“Ne sıklıkla okula devamınız internette dolayı olumsuz etkilenir?” ve “Ne sıklıkla okuldaki ders notlarınız ve ödevleriniz internette kalma sürenizden olumsuz yönde etkilenir?” soruları ile yaş değişkeni karşılaştırıldığında anlamlı bir fark bulunmamıştır. Ancak bazı araştırmalarda görülmüştür ki, ergenler internet kullanımından dolayı zamanlarını planlayamazlar ve akademik başarıları azalır (129). Ortaya çıkan zayıf akademik başarı ise internet kullanımını daha da artırır (85). “Gece geç saatlerde internet kullanmaktan ötürü ne sıklıkla uykunuz kaçır?” sorusu ile yaş değişkeni karşılaştırıldığında sınırlı düzeyde anlamlı bir ilişki bulunmuştur. Yapılan araştırmalar bu konuyu destekler niteliktedir. İnternetin yoğun kullanılması uyku bozukluklarına neden olur(51). Gece geç saatlere kadar uyanık kaldığı için, sabahları okul ve iş için uyanma engellenir. Aşırı yorgunlukla birlikte bağışıklık sistemi zayıflar ve çok çeşitli hastalıklara açık hale gelinir (44).

Çeşitli değişkenlere açısından yapılan çalışmalar, eğitim durumu, akademik başarı, aile durumu, kişinin kendi ve sosyal çevresi ile olan etkileşiminin görece internet bağımlılık davranışının gelişmesine neden olduğunu belirtse de yaptığımız çalışmamızdaki istatistiksel veriler bu ilişkileri destekler yönde ortaya çıkmamıştır. Çalışmamızın görece refah düzeyi yüksek özel okul öğrencileri arasında yapılması, çalışmaya katılan bireylerin sosyo-demografik özelliklerinin görece daha iyi şartlarda olması, sonuçlar arasında anlamlı bir farklılık oluşmamış olmasına neden olabilir.

6. SONUÇ VE ÖNERİLER

Ergenlerin sosyo-demografik özellikleri ve internet kullanım amaçlarının internet bağımlılığı üzerindeki etkileri araştırılmıştır. Araştırmada elde edilen bulgular incelendiğinde şu sonuçlara ulaşılmıştır;

-Ergenlerde internet bağımlılığı ile yaş, sınıf, anne-baba durumu değişkenleri arasında anlamlı bir ilişkinin bulunmadığı görülmüştür.

- İnternet bağımlılık düzeyi ile ödev yapma amacı değişkeni arasında sınırlı düzeyde anlamlı bir ilişki vardır.

- İnternet Bağımlılık Ölçeği puanlarının gösterdiği internet bağımlılık düzeyi ile oyun oynama amacı, film izlemek ve/veya indirmek amacı, sosyal medya ve ağlar amacı, Sosyal Medya/Ağları Kullanmak amacı değişkeni arasında anlamlı bir ilişki vardır.

-Ergenlerde internet bağımlılığı ile İnternette Sörf/Gezinti Yapmak amacı değişkeni arasında sınırlı düzeyde bir ilişki vardır.

- İnternet Bağımlılık Ölçeğinde bulunan “Herhangi biri internette ne yaptığınızı sorduğunda kendinizi savunur ve ne yaptığınızı gizlersiniz? Sorusu ile yaş değişkeni karşılaştırıldığında anlamlı bir ilişki bulunmuştur.

- “Gece geç saatlerde internet kullanmaktan ötürü ne sıklıkla uykunuz kaçır?” soru ile yaş değişkeni arasında sınırlı düzeyde anlamlı bir ilişki bulunmuştur.

Ergenlerde internetin aşırı veya kontrolsüz kullanımı ile ortaya çıkan internet bağımlılığı ortaya çıkar. İnternet bağımlılığı dünyada olduğu gibi ülkemizde de yaygın

bir hale gelmektedir. Ergenlerde internet bağımlılığı ile ilgili yaptığımız araştırmanın sonuçlarına göre şu önerilerde sunulabilir;

1. Sosyal hizmet uzmanları ergenlerde internet bağımlılığını ve siber sorunları çeşitli parametreler yönünden birey ve ailesi birlikte olmak üzere ele almalıdır.

2. İnternetin doğru amaçlarla kullanılabilmesi ve aşırı kullanımın yol açtığı sorunlar okullarda öğrencilere anlatılmalıdır.

3. Okul yönetimleri internet bağımlılığı ve neden olduğu sorunlar hakkında bilgi edinmelidir. Öğrencilere bağımlılık farkındalığı oluşturacak program ve seminerler düzenlenmelidir.

4. Ergenlere internet okuryazarlığı anlatılmalı ve öğretici programlar hazırlanmalıdır. Popüler kültürün neden olduğu oyunlar, sosyal medya ve çeşitli uygulamalara eleştirel bakış açısı kazandırarak, internette sörf amaçlı her uygulamayı tıklama, her dosyayı açma konusunda bilinçlendirilme sağlanmalıdır.

5. Anne-babaların kontrollü internet kullanımı konusunda çocuklarına yardımcı olabilmeleri için uygun yöntemler anlatılmalıdır.

6. Araştırmada sınır düzeyde bile olsa internet kullanımını teşvik edici ödevler, henüz üretkenlik seviyesinde yetersiz olan ergenlere sınırlı ölçüde verilmelidir. Ergenlerin dijital ekran haricinde akranları ile zaman paylaşacakları pekiştiriciler sağlanmalıdır.

7. Sosyal hizmet bakış açısıyla toplumun önemli bir kesimini oluşturan gençlerin, ergenlik dönemlerinde gerçek sosyal ortamlarda vakit geçirebilmeleri, toplumsallaşmaları için farklı sosyal, sanatsal, fiziksel, sportif aktiviteler yapılmalıdır.

Araştırma konu olan ergenlerde internet bağımlılığı Sosyal Hizmet alanında yapılabilecek çalışmalar için bir alan yazın oluşturması yönünden önlem ve müdahale yönlerinden geliştirilebilir.

7. KAYNAKLAR

1. Bisen, SS, Deshpande, Y. The impact of the internet in twenty-first century addictions: An overview. In Psychological, Social, and Cultural Aspects of Internet Addiction, 2018, 1-19
2. TÜİK. Hanelerde Bilişim Teknolojileri Kullanımı Araştırması. <https://www.turkiye.gov.tr/turkiye-istatistik-kurumu-baskanligi-tuik>. 23.04. 2019.
3. Gorritz, FB. The Effects of Internet Addiction and Concurrent Psychosocial Problems on the Daily Functioning and Wellness of Teenagers. Doctoral thesis, Brenau: Brenau University, 2018.
4. O'Brien, J, Anthony, W, Snyder, S, Howard, M. Problem internet overuse behaviors in college students: Readiness-to-Change and Receptivity to Treatment, 2016, 13(4): 373-385
5. Anderson, E. Teenagers spend 27 hours a week online: How internet use has ballooned in the last decade. The Telegraph, 2015, 11.
6. Cash, H, Rae, C, Steel, A, Winkler, A. Internet addiction: A brief summary of research and practice. Current Psychiatry Reviews, 2012, 8(4): 292-298.
7. Kawabe, K, Horiuchi, F, Ochi, Marina, OY, Ueno, S. Internet addiction: Prevalence and relation with mental states in adolescents. Psychiatry and Clinical Neurosciences, 2016, 70(9): 405-412.
8. Mythily, S, Qiu, S, Winslow, M. Prevalence and correlates of excessive internet use among youth in Singapore. Annals Academy of Medicine Singapore, 2008, 37(1).

9. Young, KS, De Abreu, CN. Internet addiction: A Handbook and Guide to Evaluation and Treatment, 2010, 173-190.
10. Orhan, F, Akkoyunlu, B. İlköğretim öğrencilerinin internet kullanımları üzerine bir çalışma, *Hacettepe Üniversitesi Eğitim Fakültesi Dergisi*, 2004, 26(26).
11. Özcan, NK, Buzlu, S. Problemlerli internet kullanımını belirlemede yardımcı bir araç: "İnternette bilişsel durum ölçeği" nin üniversite öğrencilerinde geçerlik ve güvenilirliği. *Journal of Dependence*, 2005, 6:19-26.
12. Bayraktar, F, Gün, Z. Incidence and correlates of internet usage among adolescents in North Cyprus. *CyberPsychology & Behavior*, 2006, 10(2): 191-197.
13. Esen, E. Ergenlerde internet bağımlılığını yordayan psiko-sosyal değişkenlerin incelenmesi, Eğitim Bilimleri Enstitüsü, Eğitim Bilimleri Anabilim Dalı Rehberlik ve Psikolojik Danışmanlık Programı, Yüksek Lisans tezi, İzmir: Dokuz Eylül Üniversitesi, 2010.
14. Ceyhan, E, Ceyhan, AA, Gürçan, A. Problemlerli internet kullanımı ölçeğinin geçerlik ve güvenilirlik çalışmaları. *Kuram ve Uygulamada Eğitim Bilimleri Dergisi*, 2007, 7(1): 387-416.
15. Turnalar Kurtaran, G, İnternet bağımlılığını yordayan değişkenlerin incelenmesi, Sosyal Bilimler Enstitüsü, Yüksek Lisans tezi. Mersin: Mersin Üniversitesi, 2008.
16. Tahiroglu, AY, Çelik, G, Uzel, M, Özcan, N, Avcı, A. Internet use among Turkish adolescents. *CyberPsychology & Behavior*, 2008, 11(5): 537-543.
17. Günüş, S, ve Kayri, M. Türkiye'de internet bağımlılık profili ve internet bağımlılık ölçeğinin geliştirilmesi: Geçerlik-güvenirlik çalışması, *Hacettepe Üniversitesi Eğitim Fakültesi Dergisi*, 2010, 39(39): 220-232.

18. Zastrow, C, Kirst-Ashman, KK. Understanding the human behavior and the social environment. Çeviri: Türközü SE, Alpaslan B. İnsan davranışı ve sosyal çevre I-II , Ankara, Nika Yayınevi, 1. Baskı. 2015: 397.
19. Selcik, O, Güzel, B. Sosyal hizmet mesleğinin çalışma alanı ve sosyal hizmet uygulamasının türkiye ölçeğinde değerlendirilmesi, *Journal of International Social Research*, 2016, 9(46).
20. WHO, World Health Organization. Management of Substance Abuse Unit, Global status report on alcohol and health, 2014.
21. Karakaş, SA, ve Ersöğütçü, F. Madde Bağımlılığı ve Hemşirelik, *Sağlık Bilimleri ve Meslekleri Dergisi*, 2016, 3(2): 133-139.
22. Griffiths, MD. Internet addiction: Internet fuels other addictions. *Student British Medical Journal*, 1999, 7(1): 428-429.
23. Griffiths, MD. The biopsychosocial and “complex” systems approach as a unified framework for addiction. *Behavioral and Brain Sciences*, 2008, 31(4): 446-447.
24. Shapira, NA, Lessig, MC, Goldsmith, TD, Szabo, ST, Lazoritz, M, Gold, MS, Stein, DJ. Problematic internet use: proposed classification and diagnostic criteria. *Depression and Anxiety*, 2003, 17(4): 207-216.
25. Arısoy, Ö. İnternet bağımlılığı ve tedavisi. *Psikiyatride Güncel Yaklaşımlar*, 2009, 1(1): 55-67.
26. Pfaff, DW, Volkow, ND. Neuroscience in the 21st century: from basic to clinical . 1st ed. New York, Springer Press, 2016: 27-45.
27. Shek, DTL, Tang, MY, ve Lo, CY. Internet addiction in Chinese adolescents in Hong Kong: assessment, profiles, and psychosocial correlates. *The Scientific World Journal*, 2008, 8: 776-787.

28. Griffiths, M. Does Internet and computer" addiction" exist? Some case study evidence. *CyberPsychology and Behavior*, 2000, 3(2): 211-218.
29. Young, KS. Internet addiction: The emergence of a new clinical disorder. *Cyberpsychology & Behavior*, 1998,1(3): 237-244.
30. Young, K. The evolution of Internet addiction disorder. *Internet Addiction* , 2017, 3-18.
31. Block, JJ. Issues for DSM-V: Internet addiction: Am Psychiatric Assoc, 2008.
32. Beard, KW, Wolf, EM. Modification in the proposed diagnostic criteria for Internet addiction. *Cyberpsychology & Behavior*, 2001, 4(3): 377-383.
33. Lee, HG. Social and psychological variables predicting violence game addiction of adolescents in the internet. *The Korean Journal of Developmental Psychology*, 2002, 14(4): 55-79.
34. Casale, S, Caplan, SE, Fioravanti, G. Positive metacognitions about internet use: The mediating role in the relationship between emotional dysregulation and problematic use. *Addictive behaviors*, 2016, 59:84-88.
35. Lin, F, Zhou, Y, Du, Y, Qin, L, Zhao, Z, Xu, J, Lei, H. Abnormal white matter integrity in adolescents with internet addiction disorder: a tract-based spatial statistics study. *PLoS one*, 2012, 7(1): e30253.
36. Scherer, K. College life online of College life and Development. *Healthy and unhealthy Internet use Journal*, 1997, 1(997): 38.
37. Tao, R, Huang, X, Wang, J, Zhang, H, Zhang, LM. Proposed diagnostic criteria for internet addiction. *Addiction*, 2010, 105(3): 556-564.

38. Young, KS. Internet addiction: symptoms, evaluation and treatment. *Innovations in Clinical Practice: A Source Book*, 1999, 17: 19-31.
39. Shaw, M, Black, DW. Internet addiction. *CNS Drugs*, 2008, 22(5): 353-365.
40. Goldberg, Ivan. *Internet addiction disorder*, 1996.
41. Liu, C, Liao, M, Smith, DC. An empirical review of internet addiction outcome studies in China. *Research on Social Work Practice*, 2012, 22(3): 282-292.
42. Lei, L, Yang, Y. The development and validation of adolescent pathological internet use scale. *Acta Psychologica Sinica*, 2007, 39(4): 688-696.
43. American Psychiatric Association. *Diagnostic and statistical manual of mental disorders (DSM-5®)*. American Psychiatric Pub, 2013.
<https://www.psychiatry.org/psychiatrists/practice/dsm>. 26.04.2019
44. Young, KS. Internet addiction: A new clinical phenomenon and its consequences. *American Behavioral Scientist*, 2004, 48(4): 402-415.
45. King, SA, Barak, AY. Compulsive internet gambling: A new form of an old clinical pathology. *CyberPsychology & Behavior*, 1999, 2(5): 441-456.
46. Holmes, L. Pathological internet use. About the human Internet.
<http://mentalhealth.miningco.com/healthmentalhealth/library/weekly/aa092997.htm>. 23 Nisan 2019
47. Malak, MZ, Khalifeh, AH, Shuhaiber, AH. Prevalence of internet addiction and associated risk factors in Jordanian school students. *Computers in Human Behavior*, 2017, 70: 556-563.

48. United Nations. Global Internet Report. 2019, <https://future.internetsociety.org/2019/wpcontent/uploads/sites/2/2019/04/InternetSociety-GlobalInternetReport-ConsolidationintheInternetEconomy.pdf>. 2 Nisan 2019
49. Starcevic, V. Is Internet addiction a useful concept? *Australian & New Zealand Journal of Psychiatry*, 2013, 47(1): 16-19.
50. Jun, W. An analysis work on correlation of internet addiction and school age groups. *Cluster Computing*, 2017, 20(1): 879-882.
51. Brooks, FM, Chester, KL, Smeeton, NC, Spencer, NH. Video gaming in adolescence: factors associated with leisure time use. *Journal of Youth Studies*, 2016, 19(1): 36-54.
52. Tikhonov, MN, Bogoslovskii, MM. Internet addiction factors. *Automatic Documentation and Mathematical Linguistics*, 2015, 49(3): 96-102.
53. Young, K. Understanding online gaming addiction and treatment issues for adolescents. *The American Journal of Family Therapy*, 2009, 37(5): 355-372.
54. Xin, M, Xing, J, Pengfei, W, Houru, L, Mengcheng, W, ve Hong, Z. Online activities, prevalence of internet addiction and risk factors related to family and school among adolescents in China. *Addictive Behaviors Reports*, 2018, 7: 14-18.
55. Kumar, M, Mondal, A. A study on Internet addiction and its relation to psychopathology and self-esteem among college students. *Industrial Psychiatry Journal*, 2018, 27(1): 61.
56. ITU. Statistics. <https://www.itu.int/en/ITU-D/Statistics/Pages/stat/default.aspx>. 16 Mayıs 2019

57. Internet World Stats. <https://www.internetworldstats.com/top20.htm>. 16 Mayıs 2019
58. Israelashvili, M, Kim, T, Bukobza, G. Adolescents' over-use of the cyber world–Internet addiction or identity exploration? *Journal of Adolescence*, 2012, 35(2):417-424.
59. Good, B, Fang, L. Promoting smart and safe Internet use among children with neurodevelopmental disorders and their parents. *Clinical Social Work Journal*, 43(2):179-188.
60. Armstrong, L, Phillips, JG, Saling, L. Potential determinants of heavier internet usage. *International Journal of Human-Computer Studies*, 2000, 53(4): 537-550.
61. Cao, H, Sun, Y, Wan, Y, Hao, J, ve Tao, F. Problematic internet use in Chinese adolescents and its relation to psychosomatic symptoms and life satisfaction. *BMC Public Health*, 2011,11(1): 802.
62. DSM-IV, American Psychiatric Association. Task Force on. DSM-IV options book: Work in progress .American Psychiatric Press,1991,1-7.
63. Pelling, EL, ve White, K. The theory of planned behavior applied to young people's use of social networking web sites. *CyberPsychology & Behavior*, 2009, 12(6): 755-759.
64. Adan, A. Chronotype and personality factors in the daily consumption of alcohol and psycho stimulants. *Addiction*, 1994, 89(4): 455-462.
65. Giannotti, F, Cortesi, F, Sebastiani, T, ve Ottaviano, S. Circadian preference, sleep and daytime behaviour in adolescence. *Journal of Sleep Research*, 2002, 11(3): 191-199.

66. Nakade, M, Takeuchi, H, Taniwaki, N, Noji, T, ve Harada, T. An integrated effect of protein intake at breakfast and morning exposure to sunlight on the circadian typology in Japanese infants aged 2–6 years. *Journal of Physiological Anthropology*, 2009, 28(5): 239-245.
67. Shochat, T, Flint-Bretler, O, Tzischinsky, O. Sleep patterns, electronic media exposure and daytime sleep-related behaviours among Israeli adolescents. *Acta Paediatrica*, 2010, 99(9): 1396-1400.
68. Linden, DJ. *The compass of pleasure: How our brains make fatty foods, orgasm, exercise, marijuana, generosity, vodka, learning, and gambling feel so good*, 2nd ed. The USA, Pearson Press, 2012: 69.
69. Caplan, Scott E. Theory and measurement of generalized problematic Internet use: A two-step approach. *Computers in Human Behavior*, 2014, 26(5): 1089-1097.
70. Caplan, SE. Relations among loneliness, social anxiety, and problematic internet use. *CyberPsychology & Behavior*, 2006, 10(2): 234-242.
71. Lee, BW, Stapinski, LA. Seeking safety on the internet: Relationship between social anxiety and problematic internet use. *Journal of Anxiety Disorders*, 2012, 26(1): 197-205.
72. Yen, JY, Ko, CH, Yen, CF, Wu, HY, Yang, MJ. The comorbid psychiatric symptoms of Internet addiction: Attention deficit and hyperactivity disorder (ADHD), depression, social phobia, and hostility. *Journal of Adolescent Health*, 2007, 41(1): 93-98.
73. Hur, MH. Demographic, habitual, and socioeconomic determinants of Internet addiction disorder: An empirical study of Korean teenagers. *Cyberpsychology & Behavior*, 2006, 9(5): 514-525.

74. Tsai, HF, Cheng, SH, Yeh, TL, Shih, CC, Chen, KC, Yang, YC, ve Yang, YK. The risk factors of Internet addiction . *Psychiatry Research*, 2009, 167(3): 294-299.
75. Andreassen, CS, Billieux, J, Griffiths, MD, Kuss, DJ, Demetrovics, Z, Mazzoni, E, ve Pallesen, S. The relationship between addictive use of social media and video games and symptoms of psychiatric disorders: A large-scale cross-sectional study. *Psychology of Addictive Behaviors*, 2016, 30(2): 252.
76. Choi, MS, Choi, TS, ve An, JY. The relationship among social physical and psychological home environment variables on adolescentsinternet game addiction disposition. *The Korean Journal of Family Welfare*, 2007, 12(2): 5-27.
77. Dong, G, Lu, Q, Zhou, H, Zhao, X. Precursor or sequela: pathological disorders in people with internet addiction disorder. *PloS one*, 2011, 6(2): e14703.
78. Davis, RA. A cognitive-behavioral model of pathological Internet use. *Computers in Human Behavior*, 2001, 17(2): 187-195.
79. LaRose, R, Lin, CA, Eastin, MS. Unregulated Internet usage: Addiction, habit, or deficient self-regulation? *Media Psychology*, 2003, 5(3): 225-253.
80. Gorini, A, Mosso, JL, Mosso, D, Pineda, E, Ruíz, NL, Ramírez, M, Morales, JL, Riva, G. Emotional response to virtual reality exposure across different cultures: the role of the attribution process. *Cyberpsychology & Behavior*, 2009, 12(6): 699-705.
81. Tonioni, F, D'Alessandris, L, Lai, C, Martinelli, D, Corvino, S, Vasale, M, Fanella, F, Aceto, P, Bria, P. Internet addiction: hours spent online, behaviors and psychological symptoms. *General Hospital Psychiatry*, 2012, 34(1):80-87.

82. Wang, CW, Ho, R, Chan, C, Tse, S. Exploring personality characteristics of Chinese adolescents with internet-related addictive behaviors: Trait differences for gaming addiction and social networking addiction. *Addictive Behaviors*, 2015, 42: 32-35.
83. Yurevich, AV, Ushakov, DV. Moral state of modern Russian society. *Sociological Studies*, 2009, 10:70-79.
84. Kim, JH, Lau, CH, Cheuk, KK, Kan, P, Hui, H, Griffiths, SM. Brief report: Predictors of heavy Internet use and associations with health-promoting and health risk behaviors among Hong Kong university students. *Journal of Adolescence*, 2010, 33(1): 215-220.
85. Lai, CM, Mak, KK, Watanabe, H, Jeong, J, Kim, D, Bahar, N, Ramos, M, Chen, SH, Cheng, C. The mediating role of Internet addiction in depression, social anxiety, and psychosocial well-being among adolescents in six Asian countries: a structural equation modelling approach. *Public Health*, 2015, 129(9): 1224-1236.
86. Cheung, LM, Wong, WS. The effects of insomnia and internet addiction on depression in Hong Kong Chinese adolescents: an exploratory cross-sectional analysis. *Journal of Sleep Research*, 2011, 20(2): 311-317.
87. Cheung, JC, Chan, KH, Lui, YW, Tsui, MS, ve Chan, C. Psychological well-being and adolescents' internet addiction: A school-based cross-sectional study in Hong Kong. *Child and Adolescent Social Work Journal*, 2018, 35(5): 477-487.
88. Laursen, B, Hartl, AC. Understanding loneliness during adolescence: Developmental changes that increase the risk of perceived social isolation. *Journal of Adolescence*, 2013, 36(6): 1261-1268.

89. Yayan, EH, Suna Dağ, Y, Düken, ME. The effects of technology use on working young loneliness and social relationships. *Perspectives in Psychiatric Care*, 2019, 55(2): 194-200.
90. Tang, J, Yu, Y, Du, Y, Ma, Y, Zhang, D, ve Wang, J. Prevalence of internet addiction and its association with stressful life events and psychological symptoms among adolescent internet users. *Addictive Behaviors*, 2014, 39(3): 744-747.
91. Weidman, A, Fernandez, K, Levinson, C, Augustine, A, Larsen, R, ve Rodebaugh, T. Compensatory internet use among individuals higher in social anxiety and its implications for well-being. *Personality and Individual Differences*, 2012, 53(3): 191-195.
92. Lee, C, ve Lee, SJ. Prevalence and predictors of smartphone addiction proneness among Korean adolescents. *Children and Youth Services Review*, 2017, 77(C): 10-17.
93. Zhu, J, Zhang, W, Yu, Chengfu, ve Bao, Zhenzhou. Early adolescent Internet game addiction in context: How parents, school, and peers impact youth. *Computers in Human Behavior*, 2015, 50: 159-168.
94. Kim, J, LaRose, R, ve Peng, W. Loneliness as the cause and the effect of problematic Internet use: The relationship between Internet use and psychological well-being. *CyberPsychology & Behavior*, 2009, 12(4): 451-455.
95. Tokunaga, RS, Rains, SA. An evaluation of two characterizations of the relationships between problematic Internet use, time spent using the Internet, and psychosocial problems. *Human Communication Research*, 2010, 36(4): 512-545.

96. Goel, D, Subramanyam, A, Kamath, R. A study on the prevalence of internet addiction and its association with psychopathology in Indian adolescents. *Indian Journal of Psychiatry*, 2013, 55(2): 140.
97. Kotrotsiou, S, Katsavria, V, Kotrotsiou, E, Gourgoulialis, K, Gouva, M, Paralikas, T, ve Hatzoglou, C. The Internet addiction and the correlation with the socio-economic crisis in students of University of applied sciences of Thessaly. *European Psychiatry*, 2016, 33: S366.
98. Durkee, T, Kaess, M, Carli, V, Parzer, P, Wasserman, C, Floderus, B, Apter, A, Balazs, J, Barzilay, S, Bobes, J. Prevalence of pathological internet use among adolescents in Europe: demographic and social factors. *Addiction*, 2012, 107(12): 2210-2222.
99. Kim, HS. A meta-analytic path analysis of variables in adolescents' internet addiction: focused on ecological factors. Master thesis, Buchon: Catholic University of Korea, 2015.
100. Şaşmaz, T, Öner, S, Kurt, AÖ, Yapıcı, G, Yazıcı, AE, Buğdaycı, R, ve Şiş, M. Prevalence and risk factors of Internet addiction in high school students. *The European Journal of Public Health*, 2013, 24(1): 15-20.
101. Schinka, KC, Van Dulmen, M, Mata, AD, Bossarte, R, Swahn, M. Psychosocial predictors and outcomes of loneliness trajectories from childhood to early adolescence. *Journal of Adolescence*, 2013, 36(6): 1251-1260.
102. Koronczai, B, Kökönyei, G, Urbán, R, Kun, B, Pápay, O, Nagygyörgy, K, Griffiths, MD, ve Demetrovics, Z. The mediating effect of self-esteem, depression and anxiety between satisfaction with body appearance and problematic internet use. *The American Journal of Drug and Alcohol Abuse*, 2013, 39(4): 259-265.

103. Young, KS, Griffin-Shelley, E, Cooper, A, O'mara, J, ve Buchanan, J. Online infidelity: A new dimension in couple relationships with implications for evaluation and treatment. *Sexual Addiction & Compulsivity: The Journal of Treatment and Prevention*, 2000, 7(1-2): 59-74.
104. Sampasa-Kanyinga, H, ve Hamilton, HA. Social networking sites and mental health problems in adolescents: The mediating role of cyberbullying victimization. *European Psychiatry*, 2015, 30(8): 1021-1027.
105. Leung, L, ve Lee, P. Impact of internet literacy, internet addiction symptoms, and internet activities on academic performance. *Social Science Computer Review*, 2012, 30(4): 403-418.
106. Ak, Ş, Koruklu, N, Yılmaz, Y. A study on Turkish adolescent's internet use: Possible predictors of internet addiction. *Cyberpsychology, Behavior and Social Networking*, 2013, 16(3): 205-209.
107. Rose, AJ, Rudolph, KD. A review of sex differences in peer relationship processes: potential trade-offs for the emotional and behavioral development of girls and boys. *Psychological Bulletin*, 2006, 132(1): 98.
108. Salomon, A, ve Strobel, MG. Social network, interpersonal concerns and help-seeking in primary grade school children as a function of sex, performance and economic status. *European Journal of Psychology of Education*, 1997, 12(3): 331-347.
109. Kratzer, S, Hegerl, U. Is "Internet Addiction" a disorder of its own?--a study on subjects with excessive internet use. *Psychiatrische Praxis*, 2008, 35(2): 80-83.
110. Kuss, DJ, Griffiths, MD, Pontes, HM. Chaos and confusion in DSM-5 diagnosis of Internet Gaming Disorder: Issues, concerns, and recommendations for clarity in the field. *Journal of Behavioral Addictions*, 2017, 6(2): 103-109.

111. Hung, W, Chen, K, Lin, C. Does the proactive personality mitigate the adverse effect of technostress on productivity in the mobile environment? *Telematics and Informatics*, 2015, 32(1): 143-157.
112. Kalkan, M. Predictiveness of interpersonal cognitive distortions on university students' problematic internet use. *Children and Youth Services Review*, 2012, 34(7): 1305-1308.
113. Nie, N, Hillygus, S, Erbring, L. Internet use, inter personal relations and sociability. *The Internet in Everyday Life*, 2002, 215-243.
114. Seo, M, Kang, HS, Yom, Y. Internet addiction and interpersonal problems in Korean adolescents. *CIN: Computers, Informatics, Nursing*, 2009, 27(4): 226-233.
115. Turkle, S. *Alone together: Why we expect more from technology and less from each other*. London, Hachette UK, 2017.
116. Ainin, S, Jaafar, N, Ashraf, M, ve Parveen, Exploring the role of demographics and psychological variables in internet addiction. *Social Science Computer Review*, 2017, 35(6): 770-780.
117. Schmit, S, Chauchard, E, Chabrol, H, ve Sejourne, N. Evaluation of the characteristics of addiction to online video games among adolescents and young adults. *L'Encephale*, 2011, 37(3): 217-223.
118. Chang, FC, Chiu, CH, Miao, NF, Chen, PH, Lee, CM, Chiang, JT, Pan, YC. The relationship between parental mediation and internet addiction among adolescents, and the association with cyberbullying and depression. *Comprehensive psychiatry*, 2015, 57: 21-28.

119. Yu, S, Mao, S, Wu, AM. The interplay among stress, frustration tolerance, mindfulness, and social support in internet gaming disorder symptoms among Chinese working adults. *Asia-Pacific Psychiatry*, 2018, 10(4): e12319,1183-1192.
120. Nykodym, N, Ariss, S, Kurtz, K. Computer addiction and cyber crime. *Journal of Leadership, Accountability and Ethics*, 2008, 78.
121. Lam, LT, Peng, Z, Mai, J, Jing, J. The association between internet addiction and self-injurious behaviour among adolescents. *Injury prevention*, 2009, 15(6): 403-408.
122. Canan, F. The relationship between internet addiction and eating disorders. *Eating and Weight Disorders-Studies on Anorexia, Bulimia and Obesity*, 2016, 21(1): 137-138.
123. Milani, L, Osualdella, D, ve Diblasio, P. Quality of interpersonal relationships and problematic internet use in adolescence. *CyberPsychology & Behavior*, 2009, 12(6): 681-684.
124. Lenhart, A, Smith, A, Anderson, M, Duggan, M, Perrin, A. Teens, technology and friendships, 2015, 1-76.
125. Chun-Sing Cheung, J. Confronting the challenges in using social network sites for cyber youth work. *Social Work*, 2016, 61(2): 171-173.
126. McInroy, L. B, Mishna, F. Cyberbullying on online gaming platforms for children and youth. *Child and Adolescent Social Work Journal*, 2017, 34(6): 597-607.
127. Hanish, L. D, Guerra, N. G. Children who get victimized at school: What is known? What can be done? *Professional School Counseling*, 2000, 4(2): 113.

128. Torrente, E, Piqueras, J, Orgilés, M, Espada, J. Association of Internet addiction with social anxiety and lack of social skills in Spanish adolescents, 2014, 175-184.
129. Floros, G, Siomos, K. The relationship between optimal parenting, Internet addiction and motives for social networking in adolescence. *Psychiatry Research*, 2013, 209(3): 529-534.
130. Park, S, Kang, M, Kim, E. Social relationship on problematic Internet use (PIU) among adolescents in South Korea: A moderated mediation model of self-esteem and self-control. *Computers in Human Behavior*, 2014, 38: 349-357.
131. Tateno, M, Teo, AR, Shirasaka, T, Tayama, M, Watabe, M, Kato, TA. Internet addiction and self-evaluated attention-deficit hyperactivity disorder traits among Japanese college students. *Psychiatry and Clinical Neurosciences*, 2016, 70(12): 567-572.
132. Akbulut, Y. Çocuk ve ergenlerde bilgisayar ve internet kullanımının gelişimsel sonuçları. *Trakya Üniversitesi Eğitim Fakültesi Dergisi*, 2013, 3(2): 53-68.
133. Tsai, CC, Lin, SS. Internet addiction of adolescents in Taiwan: An interview study. *CyberPsychology & Behavior*, 2003, 6(6): 649-652.
134. Casey, B, Tottenham, N, Liston, C, Durston, S. Imaging the developing brain: what have we learned about cognitive development? *Trends in Cognitive Sciences*, 2005, 9(3): 104-110.
135. Corey, G. *Theory and practice of counseling and psychotherapy*. Canada, Nelson Education, 2015.

136. Zhou, N, ve Fang, X. Beyond peer contagion: Unique and interactive effects of multiple peer influences on Internet addiction among Chinese adolescents. *Computers in Human Behavior*, 2015, 50: 231-238.
137. Huan, VS, Ang, RP, ve Chye, S. Loneliness and shyness in adolescent problematic internet users: the role of social anxiety. *Child & Youth Care*, 2014, 503-518.
138. Burnay, J, Billieux, J, Blairy, S, Larøi, F. Which psychological factors influence Internet addiction? Evidence through an integrative model. *Computers in Human Behavior*, 2015, 43: 28-34.
139. Lazarus, R.S, Folkman, S. *Stress, appraisal and coping*. Newyork, Springer Press, 1984:140-171.
140. Allen, K, Ryan, T, Gray, D, McInerney, D, Waters, L. Social media use and social connectedness in adolescents: The positives and the potential pitfalls. *The Educational and Developmental Psychologist*, 2014, 31(1): 18-31.
141. Dip, PM. Online social networking in adolescence: Associations with development, well-being and internet addictive behaviors. *International Journal of Child and Adolescent Health*, 2013, 6(4): 411.
142. Agatston, PW, Kowalski, R, ve Limber, S. Students' perspectives on cyberbullying. *Journal of Adolescent Health*, 2007, 41(6): S59-S60.
143. Eshet, Y. Thinking in the digital era: A revised model for digital literacy. *Issues in Informing Science and Information Technology*, 2012, 9(2): 267-276.
144. Ito, M, Baumer, S, Bittanti, M, Cody, R, Stephenson, BH, Horst, H, Lange, Patricia G, Mahendran, D, Martínez, K, ve Pascoe, CJ. *Hanging out, messing around, and geeking out: Kids living and learning with new media*. London, MIT Press, 2009: 50-85.

145. Moos, RH. Theory-based active ingredients of effective treatments for substance use disorders. *Drug and Alcohol Dependence*, 2007, 88(2-3): 109-121.
146. Babor, TF, Del Boca, FK. *Treatment matching in alcoholism*. Cambridge, Cambridge University Press, 2003: 135-166.
147. Hall, AS, Parsons, J. Internet addiction: College student case study using best practices in cognitive behavior therapy. *Journal of Mental Health Counseling*, 2001: 23(4): 312.
148. Miller, WR, Rollnick, S. Meeting in the middle: Motivational interviewing and self-determination theory. *International Journal of Behavioral Nutrition and Physical Activity*, 2012, 9(1): 25.
149. Meyers, RJ, Miller, WR. A community reinforcement approach to addiction treatment. *Alcohol Research and Health*, 2001, 23(2): 116-121.
150. Kim, JU. A reality therapy group counseling program as an internet addiction recovery method for college students in Korea. *International Journal of Reality Therapy*, 2007, 26(2): 4-10.
151. Lanjun, Z. The Applications of Group Mental Therapy and Sports Exercise Prescriptions in the Intervention of Internet Addiction Disorder *Psychological Science*, 2009, 3: 60.
152. Hadley, SJ, Baker, BR, Hollander, E. Efficacy of escitalopram in the treatment of compulsive-impulsive computer use disorder. In *Biological Psychiatry*, 2006, 59(8): 261.
153. Sattar, P, Ramaswamy, S. Internet gaming addiction. *The Canadian Journal of Psychiatry*, 2004, 49(12): 871-872.

154. Orzack, MH, Orzack, DS. Treatment of computer addicts with complex co-morbid psychiatric disorders. *CyberPsychology and Behavior*, 1999, 2(5): 465-473.
155. BAI, Y, FAN FM. The effects of group counseling on internet-dependent college students. *Chinese Mental Health Journal*, 2005, 4: 844.
156. Caplan, Scott E. Preference for online social interaction: A theory of problematic internet use and psycho social well-being. *Communication Research*, 2003, 30(6): 625-648.
157. Karasar, N. Bilimsel araştırma yöntemi: kavramlar-ilkeler-teknikler. Ankara, Nobel Yayın Dağıtım, 2008: 76.
158. Bayraktar, F. İnternet Kullanımının Ergen Gelişimindeki Rolü. Sosyal Bilimler Enstitüsü, Psikoloji Anabilim Dalı, Yüksek Lisans tezi, İzmir: Ege Üniversitesi, 2001.



8. EKLER

EK-1. Kişisel Bilgi Formu

KİŞİSEL BİLGİ FORMU

Değerli öğrenci,

Bu çalışma, ergenlerin internet kullanımı ile çeşitli değişkenler arasındaki ilişkiyi tespit etmek amacıyla yapılmaktadır. Sizden her maddeyi dikkatli bir şekilde okuyarak, kendinize uygun bulduğunuz bir seçeneği işaretlemeniz beklenmektedir. Cevaplarınız araştırma amacıyla kullanılacak ve bilgiler saklı tutulacaktır. Yardımcı olduğunuz ve içtenlikle yanıtladığınız için teşekkür ederim.

1. Cinsiyetiniz:

Kız

Erkek

2. Sınıfınız:

7

8

9

3. Yaşınız:

13

14

15

EK-1.'in devamı

4. I. dönem derslerdeki başarınızı nasıl değerlendiriyorsunuz?

- Çok başarısız
- Başarısız
- Orta
- Başarılı
- Çok başarılı

5. Anne – babanız:

- Sağ ve birlikteiler
- Anne sağ – baba ölü
- Anne ölü –baba sağ
- Anne – baba ölü
- Anne – baba boşanmış
- Öz anne – üvey baba
- Öz baba – üvey anne

6. Annenizin eğitim durumu:

- Okur- Yazar değil
- Okur- Yazar
- İlk Okul mezunu
- Ortaokul mezunu
- Lise mezunu
- Üniversite mezunu
- Yüksek Lisans- Doktora

7. Babanızın eğitim durumu:

- Okur- Yazar değil
- Okur- Yazar
- İlk Okul mezunu

EK-1.'in devamı

- Ortaokul mezunu
 Lise mezunu
 Üniversite mezunu
 Yüksek Lisans- Doktora

8. Haftada kaç saat internet kullanırsınız?

- Hiç
 2 - 5 saat
 6 - 14 saat
 15 - 21 saat
 22 saat daha fazla

9. Eğer internette zaman geçiriyorsanız, internette geçirdiğiniz zamanla ilgili değerlendirmenize aşağıdaki ifadelerden hangisi uymaktadır?

- İnternette oldukça az zaman geçiriyorum.
 İnternette geçirdiğim zaman kabul edilebilir ölçülerde.
 İnternette oldukça fazla zaman geçiriyorum.

10. İnternete çoğunlukla nereden bağlanırsınız?

- Evden Cep telefonumun mobil hattından

11. İnternete genellikle hangi amaçlarla kullandığınızı (önem derecesine göre 1'den başlayarak) işaretler misiniz? (Birden fazla seçeneği işaretleyebilirsiniz)

- Ödev hazırlamak Film -MP3 müzik indirmek
 Sosyal medya ve ağlar kullanmak (sohbet etmek) Oyun oynama
 İnternette sörf yapmak (internette gezinti yapmak)

EK-2. İnternet Bağımlılık Ölçeği

İNTERNET BAĞIMLILIK ÖLÇEĞİ

Aşağıdaki sorularda, size en uygun düşen şıkkı işaretleyiniz:

1. Ne sıklıkla planladığınızdan daha fazla süre internette kalıyorsunuz?

- 1) Hiçbir zaman
- 2) Nadiren
- 3) Arada sırada
- 4) Çoğunlukla
- 5) Çok sık
- 6) Devamlı

2. Ne sıklıkla internette kalmak için günlük ev işlerini ihmal edersiniz?

- 1) Hiçbir zaman
- 2) Nadiren
- 3) Arada sırada
- 4) Çoğunlukla
- 5) Çok sık
- 6) Devamlı

3. Ne sıklıkla arkadaşlarınızla birlikte olmak yerine interneti tercih edersiniz?

- 1) Hiçbir zaman
- 2) Nadiren
- 3) Arada sırada
- 4) Çoğunlukla
- 5) Çok sık
- 6) Devamlı

4. Ne sıklıkla internet kullanan kişilerle yeni ilişkiler kurarsınız?

- 1) Hiçbir zaman

EK-2.'nin devamı

- 2) Nadiren
- 3) Arada sırada
- 4) oğunlukla
- 5) ok sık
- 6) Devamlı

5. Ne sıklıkla bir iŖe baŖlamadan önce e-postanızı (e-mail) denetlersiniz?

- 1) Hiçbir zaman
- 2) Nadiren
- 3) Arada sırada
- 4) oğunlukla
- 5) ok sık
- 6) Devamlı

6. Ne sıklıkla okula devaminız internetten dolayı olumsuz etkilenir?

- 1) Hiçbir zaman
- 2) Nadiren
- 3) Arada sırada
- 4) oğunlukla
- 5) ok sık
- 6) Devamlı

7. Herhangi biri internette ne yaptığınızı sorduğunda ne sıklıkla kendinizi savunur ve ne yaptığınızı gizlersiniz?

- 1) Hiçbir zaman
- 2) Nadiren
- 3) Arada sırada
- 4) oğunlukla

EK-2.'nin devamı

5) Çok sık

6) Devamlı

8. Çevrenizdekiler ne sıklıkla internette harcadığınız zamanın fazlalığından şikayet eder?

1) Hiçbir zaman

2) Nadiren

3) Arada sırada

4) Çoğunlukla

5) Çok sık

6) Devamlı

9. Ne sıklıkla okuldaki ders notlarınız ve ödevleriniz internette kalma sürenizden olumsuz yönde etkilenir?

1) Hiçbir zaman

2) Nadiren

3) Arada sırada

4) Çoğunlukla

5) Çok sık

6) Devamlı

10. Hayatınız hakkında sizi rahatsız eden düşünceleri dağıtmak için ne sıklıkla internete girersiniz?

1) Hiçbir zaman

2) Nadiren

3) Arada sırada

4) Çoğunlukla

5) Çok sık

6) Devamlı

11. Ne sıklıkla internete girmek için sabırsızlanırsınız?

EK-2.'nin devamı

- 1) Hiçbir zaman
- 2) Nadiren
- 3) Arada sırada
- 4) Çoğunlukla
- 5) Çok sık
- 6) Devamlı

12. Ne sıklıkla internetsiz hayatın, sıkıcı, boş ve eğlencesiz olacağını düşünürsünüz?

- 1) Hiçbir zaman
- 2) Nadiren
- 3) Arada sırada
- 4) Çoğunlukla
- 5) Çok sık
- 6) Devamlı

13. Biri sizi internetteyken rahatsız ettiğinde ne sıklıkla kırıcı konuşur, bağırır veya kızgın davranışlar gösterirsiniz?

- 1) Hiçbir zaman
- 2) Nadiren
- 3) Arada sırada
- 4) Çoğunlukla
- 5) Çok sık
- 6) Devamlı

14. Gece geç saatlerde internet kullanmaktan ötürü ne sıklıkla uykunuz kaçır?

- 1) Hiçbir zaman
- 2) Nadiren
- 3) Arada sırada
- 4) Çoğunlukla

EK-2.'nin devamı

- 5) Çok sık
- 6) Devamlı

15. İnternette olmadığınız zamanlarda ne sıklıkla interneti düşünür veya internete girmeyi hayal edersiniz?

- 1) Hiçbir zaman
- 2) Nadiren
- 3) Arada sırada
- 4) Çoğunlukla
- 5) Çok sık
- 6) Devamlı

16. Kendinizi ne sıklıkla internetteyken “yalnızca birkaç dakika daha” derken bulursunuz?

- 1) Hiçbir zaman
- 2) Nadiren
- 3) Arada sırada
- 4) Çoğunlukla
- 5) Çok sık
- 6) Devamlı

17. Ne sıklıkla internette harcadığınız zamanın miktarını azaltmaya çalışır ve başarısız olursunuz?

- 1) Hiçbir zaman
- 2) Nadiren
- 3) Arada sırada
- 4) Çoğunlukla
- 5) Çok sık
- 6) Devamlı

18. İnternette kaldığınız süreyi ne sıklıkla saklamaya çalışırsınız?

EK-2.'nin devamı

- 1) Hiçbir zaman
- 2) Nadiren
- 3) Arada sırada
- 4) Çoğunlukla
- 5) Çok sık
- 6) Devamlı

19. Ne sıklıkla başkalarıyla dışarı çıkmak yerine internette daha fazla zaman geçirmeyi yeğlersiniz?

- 1) Hiçbir zaman
- 2) Nadiren
- 3) Arada sırada
- 4) Çoğunlukla
- 5) Çok sık
- 6) Devamlı

20. Ne sıklıkla internette olmadığınızda kendinizi çökmüş, aksi veya sinirli hissedip, internete girince rahatlarsınız?

- 1) Hiçbir zaman
- 2) Nadiren
- 3) Arada sırada
- 4) Çoğunlukla
- 5) Çok sık
- 6) Devamlı

EK-3. Veli Onam Formu

Veli Onam Formu

Sayın Veli,

Ankara Yıldırım Beyazıt Üniversitesi, Sağlık Bilimleri Enstitüsü Sosyal Hizmet Bölümü Yüksek Lisans programı kapsamında “13 - 15 Yaş Ergenlerin İnternet Bağımlılık Düzeylerinin İncelenmesi Ve Günlük İşlevselliklerinin Psiko-Sosyal Etmenler Yönünden Değerlendirilmesi Üzerine Bir Araştırma” başlıklı tez çalışmam için çocuklarınızın bazı anketleri doldurmasına ihtiyaç duymaktayım.

Katılmasına izin verdiğiniz takdirde çocuğunuz anketi okulda ders saatinde dolduracaktır. Çocuğunuzun cevaplayacağı soruların onlara herhangi olumsuz bir etkisi olmayacaktır. Çocuğunuzun dolduracağı anketlerde verilen cevaplar kesinlikle gizli tutulacak ve bu cevaplar sadece bilimsel araştırma amacıyla kullanılacaktır. Bu formu imzaladıktan sonra bile çocuğunuz katılımıktan ayrılma hakkına sahiptir.

Araştırmayla ilgili diğer sorularınız için aşağıdaki e-posta adresini veya telefon numarasını kullanarak bana ulaşabilirsiniz.

Saygılarımla,

Nesibe Aslan

Yüksek Lisans Öğrencisi

Tel : 5454757128

e-posta : naslan3506@gmail.com

Lütfen bu araştırmaya çocuğunuzun katılması konusundaki tercihinizi aşağıdaki seçeneklerden size en uygun seçeneği işaretleyerek belirtiniz ve bu formu çocuğunuzla okula geri gönderiniz.

Bu araştırmaya tamamen gönüllü olarak çocuğum'nın katılımcı olmasına izin veriyorum / izin vermiyorum.

Veli

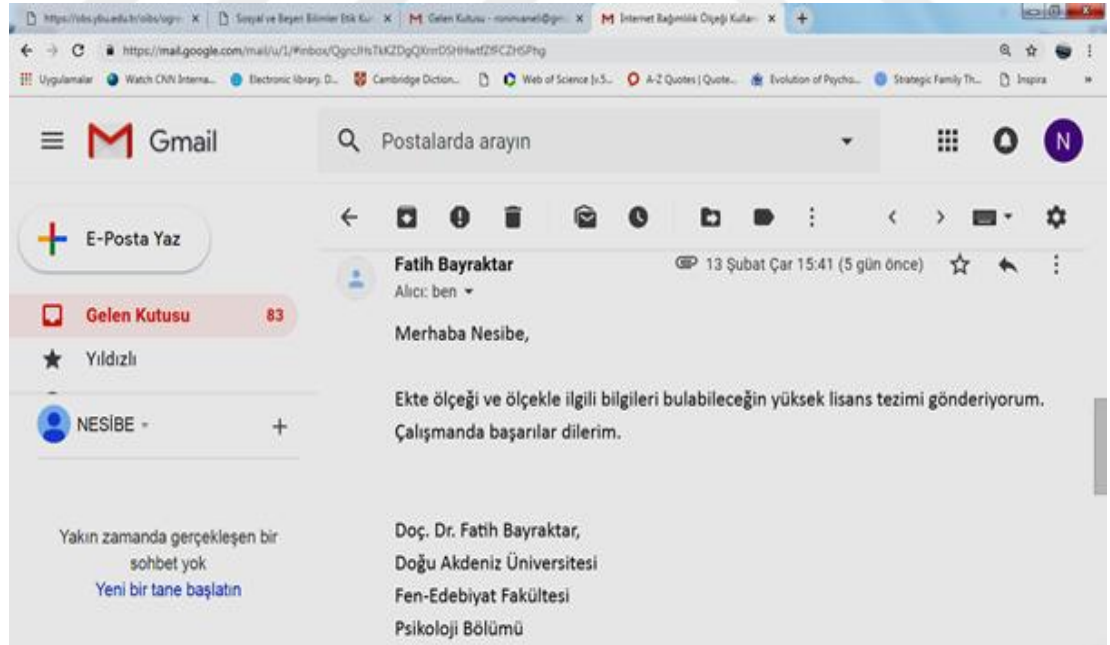
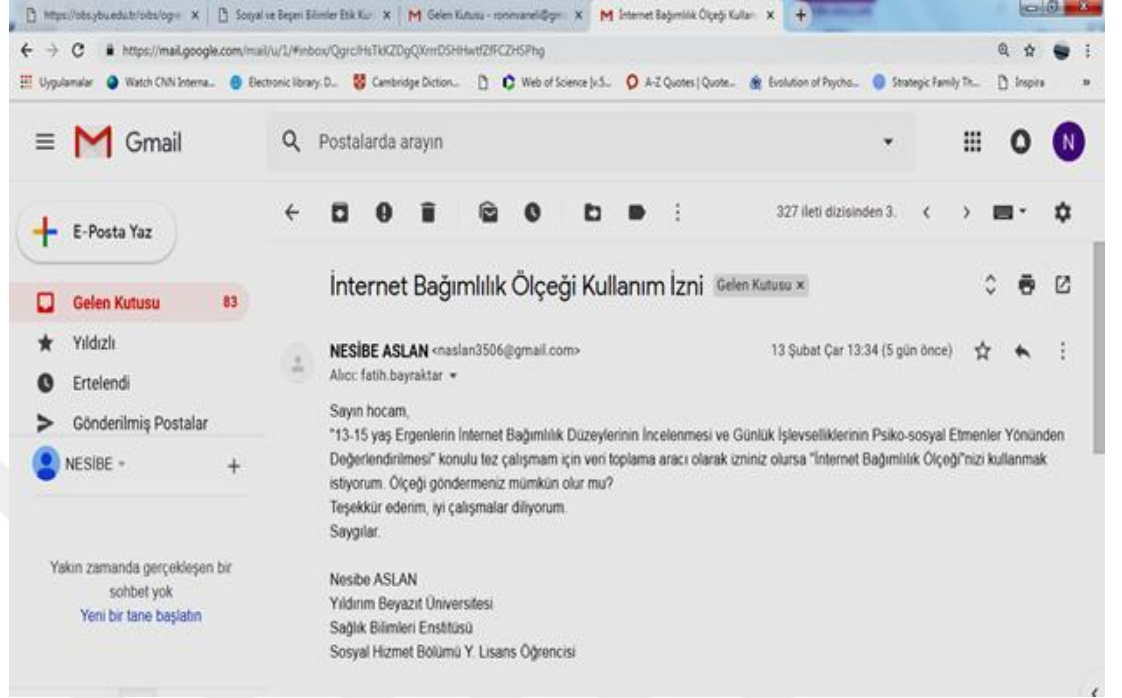
Adı-Soyadı

İmza

Tarih:

EK-4. Ölçek Kullanım İzni

Ölçek Kullanım İzni:



EK-5. Etik Kurul Onayı




T.C.
ANKARA YILDIRIM BEYAZIT ÜNİVERSİTESİ
Sağlık Bilimleri Enstitüsü Müdürlüğü

Sayı : 77704820-605.01-E.15951
Konu : Tez Çalışması - Nesibe ASLAN

24.04.2019

DAĞITIM YERLERİNE

Enstitümüz bünyesinde bulunan Sosyal Hizmet Anabilim Dalı, Sosyal Hizmet Tezli Yüksek Lisans programına kayıtlı D1000006968 numaralı Nesibe ASLAN'ın, "13-15 Yaş Ergenlerin İnternet Bağımlılık Düzeylerini İncelenmesi ve Günlük İşlevselliğilerinin Psiko-Sosyal Etmenler Yönünden Değerlendirilmesi Üzerine Bir Araştırma" konulu tezinin staj amaçlı olmayan araştırmalarını, Kurumlarımızda yapabilmesi için gerekli izneleri verilmesi hususunda; Bilgilerinizi ve gereğini arz ederim.

 e-izim alıdır
Doç. Dr. Ender ŞİMŞEK
Enstitü Müdürü V.

Ek : 2019/15-08 sayılı Yönetim Kurulu Kararı ve Ekleri (13 sayfa)

Dağıtım:

Gereği:

Eğitim Kurumlarına

Bilgi:

Genel Sekreterliğe

5070 sayılı Elektronik İmza Yasası gereği bu belge güvenli elektronik imza ile imzalanmıştır.

Adres: Aynalı Mah. Gazze Cad. No : 7 ETLİK - ANKARA
Telefon: 312 324 1555

Bilgi için: Merve Nur AYATA
Teknikyen

EK-5.'in devamı



T.C.
KEÇİÖREN KAYMAKAMLIĞI
Özel Öncü Koleji Çaldıran Anaokulu – İlkokulu – Ortaokulu
(Kurum Kodu:99980191-999106-99952164)

ANKARA YILDIRIM BEYAZIT ÜNİVERSİTESİ

Sağlık Bilimleri Enstitüsü Müdürlüğüne

Enstitünüz tarafından gönderilen 77704820-605.01-E.15951 sayılı dilekçenizde belirttiğiniz Sosyal Hizmet Anabilim Dalı, Sosyal Hizmet Tezli Yüksek Lisans programına kayıtlı D100006968 numaralı Nesibe ASLAN'ın, "13-15 Yaş Ergenlerin İnternet Bağımlılık Düzeylerinin İncelenmesi ve Günlük İşlevselliklerinin Psikososyal Etmenler Yönünden Değerlendirilmesi Üzerine Bir Araştırma" konulu tezi için araştırmalarını kurumlarımızda yapması uygundur.

29/04/2019

Metin SATTIOĞLU

Özel Öncü Koleji Çaldıran Kampüsü
Müdürü

Özel Öncü Koleji Eğitim Kurumları
Çaldıran Mah. Şht. Ömer Halisdemir Blv. No:227-229 K.ören/Ankara
Tel: 0850 770 00 70 www.uncukolej.com uncu@uncukolej.com

EK-5.'in devamı



T.C. ANKARA YILDIRIM BEYAZIT ÜNİVERSİTESİ SAĞLIK BİLİMLER ENSTİTÜSÜ

ANKARA YILDIRIM BEYAZIT ÜNİVERSİTESİ
SAĞLIK BİLİMLERİ ENSTİTÜSÜ MÜDÜRLÜĞÜ'NE

Enstitünüzün SOSYAL HİZMET Anabilim Dalında SOSYAL HİZMET TEZLİ YÜKSEK LİSANS programında D1000006968 numaralı Tezli Yüksek Lisans programı öğrencisiyim. PROF.DR.CENGİZ ÖZBESLER danışmanlığında "13 - 15 Yaş Ergenlerin İnternet Bağımlılık Düzeylerinin İncelenmesi Ve Günlük İşlevselliklerinin Psiko-Sosyal Etmenler Yönünden Değerlendirilmesi Üzerine Bir Tez Çalışması kapsamında staj amaçlı olmayan uygulamaları gerçekleştirebilmek için Öncü Eğitim Kurumlarından gerekli izinlerin alınması hususunda; Bilgilerinizi ve gereğini arz ederim.


15.04.2019
Nesibe ASLAN

EKLER:1) Etik Kurul Belgesi
2) Uygulama Verileri

ADRES: Caldıran Mh. 516.sok. No: 4/9 Keçören/ANKARA

TELEFON: 5464757128

EPOSTA: naslan3506@gmail.com

T.C. KİMLİK NO: 32113869946

Uygundur	Uygundur
Prof.Dr. Cengiz ÖZBESLER	Adı, Soyadı, imza
Danışman	Anabilim Dalı Başkanı

prof: Dr. Cengiz ÖZBESLER

EK-5.'in devamı

YILDIRIM BEYAZIT ÜNİVERSİTESİ SAĞLIK BİLİMLERİ ENSTİTÜSÜ'NE

Sosyal Hizmet Yüksek Lisans programı SGBE 506 Tez Çalışması Dersi kapsamında ve AYBÜ Etik Kurul tarafından onaylanan etik iznim dahilinde, "3 - 15 Yaş Ergenlerin İnternet Bağımlılık Düzeylerinin İncelenmesi Ve Günlük İşlevselliklerinin Psiko-Sosyal Etmenler Yönünden Değerlendirilmesi Üzerine Bir Araştırma" konulu tez çalışma verilerinin toplanabilmesi için, araştırma anket ve ölçeklerimi uygulamak için izninizi talep ediyorum.

Saygılarımla.


15.04.2019
Nesibe Aslan

EK-5.'in devamı



ANKARA YILDIRIM BEYAZIT ÜNİVERSİTESİ (AYBÜ)
ETİK KURULU
PROJE ONAY BELGESİ



Ankara Yıldırım Beyazıt Üniversitesi Sağlık Bilimleri Enstitüsü Sosyal Hizmet Yüksek Lisans (Tezli) bölümü öğrencilerinden Nesibe ASLAN'ın, 13-15 Yaş Ergenlerin İnternet Bağımlılık Düzeylerinin İncelenmesi ve Günlük İşlevselliklerinin Psiko-Sosyal Etmenler Yönünden Değerlendirilmesi Üzerine Bir Araştırma adlı araştırması değerlendirilmiştir. (Bu kısım başvuru sahibi tarafından doldurulmalıdır)

Proje etik açısından uygun bulunmuştur.

Proje etik açısından geliştirilmesi gerekmektedir.

Proje etik açısından uygun bulunmamıştır.

AYBÜ ETİK KURULU KARARI (Etik Kurul tarafından doldurulacaktır)	
Araştırma kodu (Yıl – Araştırma sıra no)	2019 – 87
Başvuru formunun Etik Kurula ulaştığı tarih	7.02.2019
Etik Kurul Karar toplantı tarihi ve karar no	15.03.2019 – 34
Yer	Yıldırım Beyazıt Üniversitesi, Esenboğa Külliyesi
Katılımcılar	Formda imzası bulunan üyelerimiz toplantıya katılmıştır.

KURUL BAŞKANI, BAŞKAN YARDIMCISI VE ÜYELER:

Prof. Dr. Cem Şafak ÇUKUR

Başkan

İMZA

Prof. Dr. Tekin AKDEMİR

Bşk. Yrd.

Prof. Dr. Muharrem KILIÇ

Üye

Doç. Dr. Özge GÖKBULUT ÖZDEMİR

Üye

Dr. Öğr. Üyesi Ertuğrul DEMİRDEL

Üye

Dr. Öğr. Üyesi Behlül TOKUR

Üye

Dr. Öğr. Üyesi Şule KAYA

Üye

Dr. Öğr. Üyesi Birgül ÖZKAN

Üye

Dr. Öğr. Üyesi Nimet YILDIRIM TİRGİL

Üye

EK-6. Özgeçmiş

KİŞİSEL BİLGİLER
Adı Soyadı: Nesibe ASLAN
Doğum tarihi: 16.08.1979
Doğum yeri: İzmir
Medeni hali: Evli
Uyruğu: T.C.
Adres: Çaldıran M. 516 S. No: 9/4 Keçiören Ankara
Tel: 0546 4757128
E-mail: naslan3505@gmail.com
EĞİTİM
Lise: Karşıyaka Anadolu Meslek Lisesi
Lisans: Anadolu Üniversitesi, Eğitim Fakültesi, İngilizce Öğretmenliği
YABANCI DİL BİLGİSİ
İngilizce: Çok İyi