

**T.C.
SÜLEYMAN DEMİREL ÜNİVERSİTESİ
TIP FAKÜLTESİ**

**BİR ÜNİVERSİTENİN BİRİNCİ ÖĞRETİM LİSANS
ÖĞRENCİLERİNDE İNTERNET BAĞIMLILIĞI VE İLİŞKİLİ
FAKTÖRLER**

Dr. Serdar YILDIRIM

**TIPTA UZMANLIK TEZİ
HALK SAĞLIĞI ANABİLİM DALI**

**TEZ DANIŞMANI
Prof. Dr. Ahmet Nesimi KİŞİOĞLU**

ISPARTA-2018

TEŞEKKÜR

Uzmanlık eğitimi boyunca bilgi, birikim ve tecrübelerini bizden esirgemeyen, bana ve arkadaşlarıma her zaman destek ve yol gösterici olan, kendisini her alanda örnek aldığım tez danışmanım, değerli hocam Anabilim Dalı Başkanı Prof. Dr. Ahmet Nesimi KİŞİOĞLU'na;

Uzmanlık eğitimi süresince bizlere çok büyük katkı sağlayan ve koşulsuz destek veren değerli hocalarım Prof. Dr. Ersin USKUN'a ve Doç. Dr. Yonca SÖNMEZ'e;

Bu süreçte güler yüzünü ve samimiyetini esirgemeyen değerli hocalarım Prof. Dr. Hikmet ORHAN'a, Dr. Öğr. Üyesi Özgür ÖNAL'a ve Dr. Öğr. Üyesi Giray KOLCU'ya;

Her zaman yanımda olan çalışma arkadaşlarıma;

Hayatımın her anında yanımda olan sevgi ve hoşgörü ile yardımlarını hiç eksik etmeyen babam, annem, ablalarım, eşim Hatice Yıldırım ve ailesine;

Teşekkür ederim.

Dr. Serdar YILDIRIM

Isparta, 2018

İÇİNDEKİLER

TEŞEKKÜR	i
İÇİNDEKİLER	ii
KISALTMALAR	iv
TABLolar DİZİNİ	v
ŞEKİLLER DİZİNİ	vii
1. GİRİŞ ve AMAÇ	1
2. GENEL BİLGİLER	3
2.1. İnternetin Tanımı	3
2.2. İnternetin Tarihçesi	3
2.3. Ülkemizde İnternetin Tarihsel Gelişimi	4
2.4. Ülkemizde Bilgisayar ve İnternet Kullanımı	5
2.5. İnternet Bağımlılığı	6
2.5.1. Bağımlılığın Tanımı	6
2.5.2. İnternet Bağımlılığının Tanımı	7
2.5.3. İnternet Bağımlılığının Tanı Ölçütleri	8
2.6. İnternet Bağımlılığının Epidemiyolojisi	14
2.7. İnternet Bağımlılığının Etiyolojisi	14
2.7.1. Bilişsel Davranışçı Teori	14
2.7.2. Sosyal Beceri Eksikliği Teorisi	16
2.7.3. Nörobiyolojik Teori	17
2.7.4. Kavramsal İnternet Bağımlılığı Teorisi	18
2.7.5. Kültürel Mekanizmalar Teorisi	18
2.7.6. İnternet Bağımlılığının Etiyolojisinde Rol Oynayan Diğer Faktörler	19
2.9. DSM Sınıflamasında İnternet Bağımlılığı	20
2.10. İnternet Bağımlılığının Etkileri	22
2.11. İnternet Bağımlılığının Alt Tipleri	23
2.11.1. Online Seks Bağımlılığı	23
2.11.2. Online Oyun Bağımlılığı	23
2.11.3. Online Kumar Bağımlılığı	24
2.11.4. Online Borsa Bağımlılığı	24
2.11.5. Online Alışveriş Bağımlılığı	24
2.11.6. Online İlişki Bağımlılığı	24
2.12. İnternet Bağımlılığının Tedavisi	24

3. GEREÇ ve YÖNTEM.....	28
3.1. Araştırmanın Amacı ve Tipi	28
3.2. Araştırmanın Evreni ve Örnekleme Yöntemi	28
3.3. Etik.....	30
3.4. Araştırmanın Hipotezi.....	30
3.5. Araştırmada Kullanılan Bağımlı Değişken	30
3.6. Araştırmada Kullanılan Bağımsız Değişkenler.....	30
3.7. Veri Toplama ve Değerlendirme.....	32
3.7.1. Veri Toplama Araçları	32
3.7.1.1. Tanımlayıcı Bilgi Formu.....	32
3.7.1.2. İnternet Bağımlılık Ölçeği	33
3.7.1.3. İletişim Becerileri Ölçeği	33
3.8. Ön Uygulama	34
3.9. İstatistik Analiz	34
3.10. Araştırmanın Zamanlaması	35
3.11. Araştırmanın Güçlü ve Kısıtlı Yanları	35
4. BULGULAR.....	37
5. TARTIŞMA.....	63
6. SONUÇ ve ÖNERİLER	75
ÖZET	79
ABSTRACT.....	80
KAYNAKLAR	81
EKLER	88
Ek 1. Etik Kurulu Kararı	88
Ek 2. Araştırmada Kullanılan Ölçeklerin Kullanım İzinleri	91
Ek 3. Tanımlayıcı Bilgi Formu	92
Ek 4. İnternet Bağımlılık Ölçeği.....	94
Ek 5. İletişim Becerileri Ölçeği.....	95

KISALTMALAR

ABD:	Amerika Birleşik Devletleri
ARPA:	Advanced Research Projects Agency
BITNET:	Because It's Time Network
ÇEKO:	Çalışma Ekonomisi Bölümü
DSM:	Diagnostic and Statistical Manuel of Mental Disorders
EARN:	European Academic and Research Network
IBM:	International Business Machines
ICD 10:	International Statistical Classification of Diseases and Related Health Problems / Uluslararası Hastalık Sınıflandırma Kitapçığı
İİBF:	İktisadi ve İdari Bilimler Fakültesi
Maks:	Maksimum
MIT:	Massachusetts Institute of Technology
Min:	Minimum
MMOG:	Massive Multiplayer Online Games
NASA:	National Aeronautics and Space Administration (Amerikan Uzay ve Havacılık Dairesi)
NSFNet:	National Science Foundation Network
OR:	Odds Ratio (Göreceli olasılıklar oranı)
Ort:	Ortalama
PTT:	Posta ve Telgraf Teşkilatı Genel Müdürlüğü
TÜVEKA:	Türkiye Üniversiteler ve Araştırma Kurumları Ağı
SS:	Standart Sapma
TÜİK:	Türkiye İstatistik Kurumu
WHO:	World Health Organization / Dünya Sağlık Örgütü
www	world wide web
%95 GA:	%95 Güven aralığı

TABLolar DİZİNİ

Tablo 1. Fakültelerin Öğrenci Sayılarına Göre Tabakalı Örnekleme Yöntemi ile Belirlenen Örnek Sayıları	29
Tablo 2. Araştırma Grubunun Sosyodemografik Özellikleri.....	38
Tablo 3. Araştırma Grubunun Aile İle İlgili Özellikleri.....	39
Tablo 4. Araştırma Grubunun Öğrenim Gördükleri Fakülte ve Bölümlere Göre Dağılımı.....	40
Tablo 5. Araştırma Grubunun İnternet Kullanım Özellikleri.....	42
Tablo 6. Araştırma Grubunun Oyun Oynama ve Sosyal Medya Kullanım Özellikleri.....	44
Tablo 7. Araştırma Grubunun İnternet Kullanımıyla İlişkili Özellikleri.....	46
Tablo 8. Araştırma Grubunun Araştırmada Kullanılan Ölçeklerden Aldıkları Puanların Ortalamaları.....	47
Tablo 9. Araştırma Grubunun İnternet Bağımlılık Ölçeğine Göre İnternet Bağımlısı Olma Durumu.....	48
Tablo 10. Araştırma Grubunun İnternet Bağımlılık Ölçeğine Göre Bağımlı Olma Durumunun Öğrenim Gördükleri Fakültelere Göre Dağılımı.....	49
Tablo 11. Araştırma Grubunun İnternet Bağımlılık Ölçeğine Göre Bağımlı Olma Durumunun Sosyodemografik Özelliklerine Göre Dağılımı.....	50
Tablo 12. Araştırma Grubunun İnternet Bağımlılık Ölçeğine Göre Bağımlı Olma Durumunun Aile İle İlgili Özelliklere Göre Dağılımı.....	51
Tablo 13. Araştırma Grubunun İnternet Bağımlılık Ölçeğine Göre Bağımlı Olma Durumunun İnternet Kullanım Özelliklerine Göre Dağılımı.....	53
Tablo 14. Araştırma Grubunun İnternet Bağımlılık Ölçeğine Göre Bağımlı Olma Durumunun Oyun Oynama Ve Sosyal Medya Kullanım Özelliklerine Göre Dağılımı.....	55
Tablo 15. Araştırma Grubunun İnternet Bağımlılık Ölçeğine Göre Bağımlı Olma Durumunun İnternet Kullanımıyla İlişkili Özelliklere Göre Dağılımı.....	57
Tablo 16. Araştırma Grubunun İnternet Bağımlılık Ölçeğine Göre Bağımlı Olma Durumunun İletişim Becerileri Ölçeği Puan Ortalaması ve Alt Alanları Puan Ortalamalarına Göre Dağılımı.....	58
Tablo 17. Araştırmada Kullanılan Ölçek Puanlarının Korelasyonları.....	60

Tablo 18. Araştırma Grubunun İnternet Bağımlılığı ile İlişkili Değişkenlerle Oluşturulan Regresyon Modeli Sonuçları.....	62
--	----



ŞEKİLLER DİZİNİ

Şekil 1. 16-74 Yaş Grubundaki Bireylerin Bilgisayar, İnternet Kullanımlarının ve İnternet Erişim İmkânı Olan Hanelerin Yıllara Göre Dağılımı.....	5
--	---



1. GİRİŞ ve AMAÇ

İnternet, dünya çapında milyonlarca bilgisayarı eş zamanlı olarak birbirine bağlayan, mekânın önemini ortadan kaldıran, dünyayı küresel bir köy haline getiren karmaşık bir ağ sistemidir (1).

Teknoloji çağı olarak ifade edilen bu dönemde, internet kullanımı yaygınlaşarak yaşantımızda vazgeçilmez bir yere sahip olmuştur. İnternetin temel kullanım amacı bilgiye hızlı, kolay, ucuz ulaşılması ve iletişimin kolaylaştırılması olsa da internet, bazı kullanıcılar için hayatın merkezinde ve karşısında direnmenin oldukça zor olduğu bir ortam haline gelmiştir (2). İnternet kullanımlarını kontrol edemeyen bireyler iş, sosyal ve özel yaşamlarında problem yaşamaya başlamışlardır (1).

İnternet bağımlılığı en genel ifade ile interneti aşırı kullanma isteğinin önlenememesi; internet dışında geçirilen zamanın önemini kalmaması; internete ulaşamadığında aşırı derecede sinirli ve saldırgan olunması; bireyin iş, sosyal ve aile hayatının olumsuz etkilenmesi olarak tanımlanabilir (3). İnternetin aşırı kullanımına bağlı olarak bireyler arası iletişimde bozulmalar, sosyal ortamlardan çekilme, olumsuz etkilenen evlilikler, akademik başarının düşmesi, yorgunluk ve uykusuzluk gibi problemler ortaya çıkabilmektedir (4).

Literatüre ilk olarak “internet bağımlılığı” olarak giren bu kavram sonrasında farklı araştırmacılar tarafından farklı şekillerde kullanılmaya başlanmıştır. Aynı anlama gelen bu kavramlar “internet bağımlılığı”, ”problemlili internet kullanımı”, “patolojik internet kullanımı”, “aşırı internet kullanımı”, internet bağımlılığı bozukluğu”, “düzensiz internet kullanımı”, “internet istismarı” vb. şekilde kullanılmaktadır (5).

İnternet bağımlılığının tanı ölçütü DSM-IV’te yer almamıştır. Son yıllarda yapılan araştırmalar neticesinde DSM-V’in üçüncü bölümünde daha fazla araştırmaya ihtiyaç olduğu belirtilmiş ve internette oyun oynama bozukluğu olarak yer verilmiştir (6).

İnternet bağımlılığı özellikle üniversite öğrencilerde yeni ve ciddi bir sağlık problemi haline gelmiştir (4). Bu yaş grubunda yer alan gençler, daha uzun süre sosyal

ağlarda vakit geçirmeleri ve online oyun oynamaları nedeniyle internet bağımlılığı açısından riskli grupta yer almaktadır (7). Yeni tanımlanan bir sorun olması nedeniyle yaygınlılığının belirlenmesi ve risklerinin tespit edilmesi büyük önem taşımaktadır.

Bu araştırmanın amacı; Süleyman Demirel niversitesi birinci ğretim lisans ğrencilerinde internet bağımlılığı sıklılığını belirlemek, çeşitli etkenlerin internet bağımlılığı sıklılığı üzerine olan etkisini tespit etmek ve buradan hareketle internet bağımlılığı konusunda farkındalık düzeyini artırmaktır.



2. GENEL BİLGİLER

2.1. İnternetin Tanımı

İçerisinde bulunduğumuz yüzyılın teknoloji alanındaki en önemli gelişmesi internettir. İnternet, İngilizcede “uluslararası ağ” ifadesine karşılık gelen “**International Network**” kelimelerinden oluşturulmuştur (8). İnternet; dünyanın farklı bölgelerinden milyonlarca insanın aynı anda veya farklı zamanlarda birbirleriyle iletişim kurabildiği ve bilgi alışverişinde bulunabildiği bir iletişim ağı ya da ağlar ağı olarak tanımlanabilir (9).

2.2. İnternetin Tarihçesi

Günümüzde yaygın olarak kullanılan internetin ortaya çıkışı Amerika Birleşik Devletleri (ABD) ile Sovyet Rusya'nın rekabetine dayanmaktadır. Sovyet Rusya'nın ilk yapay uydu olan Sputnik'i 1957 yılında fırlatması üzerine, ABD Savunma Bakanlığı tarafından orduya bilimsel ve teknolojik desteğin en etkin şekilde sağlanması için ARPA (Advanced Research Projects Agency) projesi başlatılmıştır. ABD Hava Kuvvetleri 1962'de tüm ülkeye yayılabilecek ve olası bir nükleer saldırıda kısmi hasar görmesine rağmen çalışmaya devam edebilecek bir askeri ağ tasarlamıştır. ARPA projesi tarafından desteklenen bu bilgisayar ağına ARPANET adı verilmiştir. İlk bilgisayar ağı California'da 1969 yılında kurularak Güney Amerika'da bulunan dört bilgisayar birleştirilmiştir. MIT (Massachusetts Institute of Technology) ve Harvard gibi bazı üniversitelerde 1970 yılında bu ağa dâhil olmuşlardır. Amerikan Uzay ve Havacılık Dairesi (NASA) gibi bazı kuruluşlar da 1971 yılında bu ağa katılmışlardır. Listenin her geçen gün büyümesiyle birlikte 1972'de terminal sayısı 23'e çıkmış ve ilk elektronik posta kavramı ortaya çıkmıştır. Radyo ve uydu bağlantıları ile tüm Amerika kıtası bu ağ üzerinde 1976 yılında birleştirilmiştir. İlk haber grupları 1979 yılında ortaya çıkmış ve internetin babası olarak tabir edilen BITNET (Because It's Time Network) sistemi IBM (International Business Machines) şirketi tarafından oluşturulmuştur. Soğuk savaşın etkisini yitirmesiyle birlikte 1980'li

yıllarda akademik ve ticari çevreler bu sisteme yoğun ilgi göstermeye başlamışlardır (6).

İnternetin ilk ortaya çıktığı dönemlerde kişisel, ev ve ofis bilgisayarları yoktu. Karmaşık bir sistem olan internetin öğrenilmesi de oldukça zordu. Bu dönemde yalnızca bilim adamları, mühendisler ve bilgisayar uzmanları internet kullanmaktaydı. İnternet sadece elektronik posta gönderimi için kullanılmaktaydı. Sonrasında Tim Barnes Lee 1991 yılında world wide web'i (www) sistemini icat etti. Bu sistem hypertext olarak ifade edilen daha görsel bir temele dayanmaktaydı. Bu tarihte bugün kullanılan adını alan internet, 617.000 kullanıcı sayısına ulaştı. İnternetin kullanıcı sayısı ve fiziksel yapısı gün geçtikçe arttı. Üniversiteler, ticari kurumlar, devlet kurumları, çeşitli organizasyonlar bu gelişime ve değişime ayak uydurdular ve kendilerine ait internet sitelerini oluşturmaya başladılar. İnternet üzerinde ilk siber banka 1994 yılında kuruldu. İletişim firmalarının büyük bir bölümü internete yatırım yapmaya başladı (10).

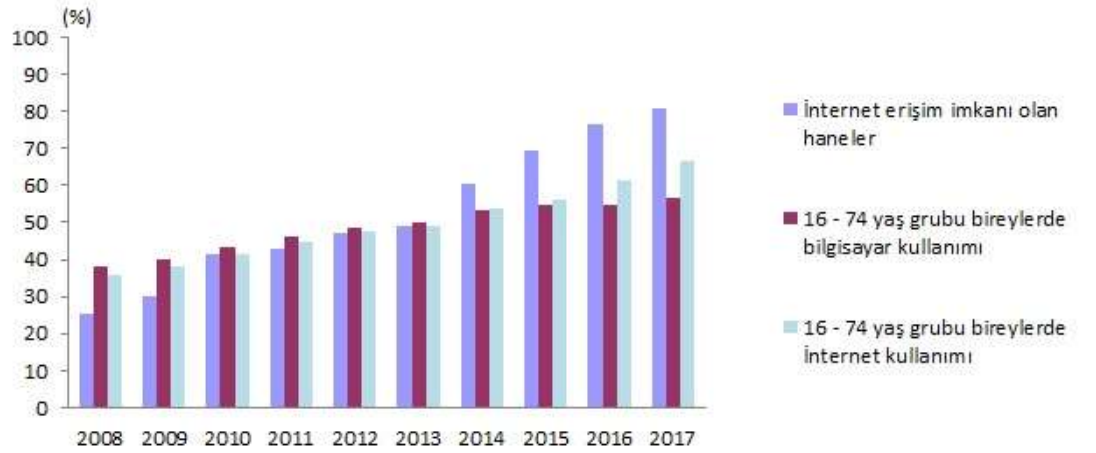
2.3. Ülkemizde İnternetin Tarihsel Gelişimi

İnternetin ülkemize geliş süreci değerlendirildiğinde, ilk geniş alan ağının 1986'da tesis edilen EARN (European Academic and Research Network) / BITNET bağlantılı TÜVEKA'nın (Türkiye Üniversiteler ve Araştırma Kurumları Ağı) olduğu görülmektedir. İlerleyen süreçte bu ağın hat kapasitesinin yetersiz oluşu ve teknolojik alt yapısının ihtiyaçlara cevap verememesi nedeniyle, ODTÜ ve Tübitak 1991 yılında yeni bir ağın tesisi için çalışmalara başlamıştır. Bu çalışmalar çerçevesinde ilk deneme bağlantısı X.25 üzerinden 1992 yılında Hollanda'ya yapılmıştır. PTT'ye (Posta ve Telgraf Teşkilatı Genel Müdürlüğü) yapılan başvuru neticesinde ODTÜ Bilgi İşlem Daire Başkanlığı sistem salonundaki yönlendiriciler aracılığı ile ABD'de NSFNet'e (National Science Foundation Network) 12 Nisan 1993 tarihinde 64 kbps kapasiteli kiralık hat ile ülkemizin ilk internet bağlantısı gerçekleştirilmiştir. Bu sebeple 12 Nisan 1993 ülkemizde internetin doğum günü olarak kabul edilmektedir (11). Ankara-Washington arasındaki bu hat bir süre tüm ülkenin tek internet çıkışı olmuştur. Sonrasında Ege Üniversitesi (1994), Bilkent Üniversitesi (1995), Boğaziçi Üniversitesi (1996), İstanbul Teknik Üniversitesi (İTÜ) (1996) bağlantıları

gerçekleştirilmiştir. Ağustos 1996’da Turnet çalışmaya başlamıştır. Akademik kuruluşların internet sağlayıcısı Ulaknet 1997 yılında çalışmaya başlamıştır. Ulaknet ile birlikte üniversiteler, daha hızlı bir yapıyla birbirlerine bağlanmış ve interneti daha etkin kullanabilir hale gelmiştir. Ticari ağ yapısında değişiklikler olması sebebiyle 1999 yılında Turnet’in yerini TNet adlı oluşum almıştır. Sonrasında ticari kullanıcılar TNet, akademik kuruluşlar ise Ulaknet aracılığı ile internet erişimlerini sağlamışlardır (10).

2.4. Ülkemizde Bilgisayar ve İnternet Kullanımı

TUIK (12) tarafından 2017 yılında yapılan “Hanehalkı Bilişim Teknolojileri Kullanım Araştırması” sonuçlarına göre 16-74 yaş grubundaki bireylerde bilgisayar ve internet kullanım oranları sırasıyla %54,9 ve %61,2 olduğu, bu oranların erkeklerde %65,7 ve %75,1; kadınlarda %47,7 ve %58,7 olduğu tespit edilmiştir. Aynı araştırmada 2017 Nisan ayında hanelerin %80,7’sinin internet erişimine sahip olduğu belirlenmiştir (12).



Şekil 1. 16-74 Yaş Grubundaki Bireylerin Bilgisayar, İnternet Kullanımlarının ve İnternet Erişim İmkânı Olan Hanelerin Yıllara Göre Dağılımı

(Grafik www.tuik.gov.tr den alınmıştır (12))

2.5. İnternet Bağımlılığı

2.5.1. Bağımlılığın Tanımı

Bağımlılık, insanın bir maddeyi ya da davranışı kullanmayı bırakamaması ya da kontrol edememesi olarak tanımlanabilmektedir (13). WHO'nun (World Health Organization / Dünya Sağlık Örgütü) ICD 10 (International Statistical Classification of Diseases and Related Health Problems / Uluslararası Hastalık Sınıflandırma Kitapçığı) revizyonunda bağımlılık, bireyin bağımlısı olduğu madde ya da davranışın diğer davranışları karşısında büyük bir üstünlük elde etmesi sonucu kişinin psikolojik, zihinsel ve davranışsal olgu sınıfına dâhil olması olarak tanımlanmıştır (14).

Genel olarak bağımlılık uyuşturucu / uyarıcı madde, sigara, alkol gibi kimyasal madde kullanımını içerir. Bunların yanı sıra kumar oynama, alışveriş yapma, televizyon izleme, bilgisayar oyunları oynama gibi davranışsal bağımlılıklar da mevcuttur. Davranışsal bağımlılıklar, kimyasal madde bağımlılıkları gibi zihinsel meşguliyet, kişilerarası çatışma, duygu durum değişiklikleri, tolerans, yoksunluk ve relaps gibi fiziksel ve psikolojik bağımlılık özelliklerini gösterirler (1). Zihinsel meşguliyet; herhangi bir aktivitenin bireyin hayatındaki en önemli şey haline dönüşmesidir; bununla birlikte söz konusu olan eylem ve düşünce, duygu ve davranışlarda oldukça baskındır. Kişilerarası çatışma; bağımlı bireylerin çevresindeki bireylerle, sosyal yaşam, iş, hobiler, ilgiler gibi aktivitelerle veya kendileriyle olan içsel çatışmaları ifade eder. Duygu durum değişiklikleri; herhangi bir aktivitenin kişinin duygu durumunu belirlemesidir; söz konusu aktivite bir başa çıkma stratejisi olarak düşünülebilir. Tolerans; önceki etkinin tekrar oluşturulabilmesi için gittikçe artan aktivite ihtiyacıdır. Yoksunluk; ilgili aktivitenin azaltılması ya da bırakılması sonucunda oluşan istenmeyen belirtileri ifade eder. Relaps; uzun süre aktivitenin kontrol altında tutulmasının ardından bağımlılığının tekrar en uç düzeyine dönmesidir. Yukarıda ifade edilen altı ölçüte uyan davranış “bağımlılık” olarak ifade edilmektedir (15).

Davranışsal bağımlılıklar başlığı altında değerlendirilen teknolojik bağımlılıklar içerisinde cep telefonu bağımlılığı, sosyal medya bağımlılığı, televizyon bağımlılığı, bilgisayar ve internet bağımlılığı gibi bağımlılıklar yer almaktadır (4).

2.5.2. İnternet Bağımlılığının Tanımı

İnsanların bilgiye çok kısa sürede ulaşmasını sağlayan ve diğer insanlarla çok hızlı bir şekilde iletişim olanağı sağlayan internetin kullanımı son dönemde oldukça artmıştır (16). Bu artışın sebebi günlük hayatta kolay kurulamayan sosyal bağlantıların internet aracılığıyla daha kolay kurulabildiği düşüncesi, yabancı bireylerle kurulan ilişkilerin daha risksiz olduğu düşüncesi, bireylerin duygu ve düşüncelerini daha rahat ifade ettiği düşüncesi, bireylerin kendilerini göstermek istedikleri şekilde gösterebilmeleri gibi etkenlerin yanı sıra internetin hızlı ve ucuz bir iletişim şekli olmasıdır (2). İnsanlar internet üzerinden ihtiyacı olan her türlü bilgiye ulaşabilmekte, eğlenceli vakit geçirebilmekte, dünyada olan bitenden anında haberdar olabilmekte, dostlarıyla ve akrabalarıyla sohbet edebilmekte, hatta alışveriş yapabilmektedirler (1). İnternetin makul bir zaman diliminde, doğru bir amaç için kullanılması, sağlıklı internet kullanımı olarak ifade edilebilir. Sağlıklı internet kullanıcıları, gerçek yaşamdaki iletişim ile internet iletişimini birbirinden ayırabilirler (17). Ancak her birey interneti gereken miktarda, ihtiyacı ve amacı doğrultusunda kullanmamaktadır. İnsanlar sağlıksız internet kullanımları nedeniyle hayatlarında birtakım olumsuzluklar yaşamaktadırlar (18).

İnternet kullanımına ilişkin zihinsel meşguliyet, kullanımı sınırlama ve kontrol etmeye ilişkin yineleyici düşünceler, karşı konulamayan erişim isteği, işlevselliğin bozulmasına rağmen internet kullanımının sürdürülmesi, giderek artan internet kullanım süresi, internetin kullanılmadığı durumlarda arama ve aşırma davranışları gibi aşırı ve kötü internet kullanımı ile ilişkili sorunlar ifade edilmektedir (19). Bu davranış biçimlerinin oluşması nedeniyle bağımlılığın bir türü olduğu yönünde yorumlanmaktadır.

Literatüre ilk olarak “internet bağımlılığı (internet addiction)” ifadesi ile giren bu kavram, sonrasında farklı isimlerle adlandırılmıştır. Bu ifadeler “problemlerli internet

kullanımı (problematic internet use)”,“patolojik internet kullanımı (pathological internet use)”, “aşırı internet kullanımı (excessive internet use)”, “internet bağımlılığı bozukluğu (internet addiction disorder)”, “internet istismarı (internet abuse)” gibi kavramlardır (5). Birçok farklı kavramın kullanılması, internetin problemleri kullandığını açıklayan birbirinden farklı yaklaşımlardan her birinin, internetin problemleri kullanımının bilişsel, duygusal ve davranışsal bileşenlerden herhangi birine odaklanılmasından kaynaklanmaktadır (1).

2.5.3. İnternet Bağımlılığının Tanı Ölçütleri

İnternet bağımlılığını tanılamak için bazı araştırmacılar tarafından tanı ölçütleri belirlenmiştir. Bu ölçütlerden bazıları aşağıda yer almaktadır.

Goldberg’in İnternet Bağımlılığına İlişkin Tanı Ölçütleri

İnternet bağımlılığı kavramı ilk defa 1996’da Goldberg tarafından DSM-IV’te tanımlanan madde bağımlılığı tanı kriterlerinden yola çıkılarak tanımlanmıştır. Goldberg’e göre on iki aylık bir süreçte herhangi bir zaman diliminde gelişen, bireyde klinik olarak belirgin bozulmaya yol açan aşağıda yer alan ifadelerden üç ya da daha fazlası ile kendini gösteren uygunsuz internet kullanımınıdır.

1. Aşağıda yer alan ifadelerden birisi ile tanımlanan tolerans gelişimi
 - a. İnternet kullanımına ilişkin istenilen doyumun alınabilmesi için internet kullanım süresinin belirgin olarak artması.
 - b. Devamlı suretle aynı süre internet kullanımının bireyde oluşturduğu etkinin belirgin olarak azalması.
2. Aşağıda yer alan ifadelerden birisi ile tanımlanan yoksunluk gelişimi
 - A) Yoksunluğun karakteristik özellikleri
 - I) Uzun süre ve yoğun internet kullanımının azalması veya sona erdirilmesi

- II) Birinci kriterin ardından aşağıda yer alan ifadelerden iki ya da daha fazlasının bir aylık sürede birkaç gün içinde ortaya çıkması
- Psikomotor ajitasyon
 - Kaygı
 - İnternette neler olduğu ile ilgili takıntılı düşünceler
 - İnternet hakkında hayal ve fantezi kurmak
 - İstemli veya istemsiz şekilde tuşlara basma hareketi yapmak
- III) İkinci kriterde yer alan semptomlar mesleki, sosyal ya da günlük işlerin bozulmasına yol açması

B) Bireyin rahatlamak ya da yoksunluğun oluşturduğu semptomlardan kurtulmak için internete bağlanması veya benzer bir aktivitede bulunması

- İnternetin daha sık veya planlanandan uzun süre kullanılması
- İnternet kullanımını kısıtlamak için sürekli olarak başarısız sonuçlanan girişimler olması
- İnternet kullanımı ile bağlantılı faaliyetlere büyük zaman harcanması (örneğin, yeni internet tarayıcılarının denenmesi, internette indirilen dosyaların organize edilmesi, vb.)
- İnternet kullanımı sebebiyle sosyal ve mesleki etkinliklerden ya da eğlence etkinliklerinden vazgeçilmesi
- İnternet kullanımına bağlı olarak ortaya çıkan ve tekrarlanan mesleki, sosyal, fiziksel ve psikolojik problemlere karşın (uyku bozukluğu, evlilik sorunları, işe geç kalma, mesleği ile ilişkili görevleri ihmal etme) internet kullanımına devam etmesi (20).

Young'un İnternet Bağımlılığına İlişkin Tanı Ölçütleri

Young, internet bağımlılığına ilişkin tanı ölçütlerini DSM-IV'te tanımlanan ve internet bağımlılığına en yakın bozukluk türü olduğunu düşündüğü patolojik kumar oynama tanı ölçütlerini temel alarak oluşturmuştur. Bireyin internet bağımlısı olarak nitelendirilebilmesi için 8 ölçütten 5 tanesinin bulunması yeterlidir.

1. İnternet ile ilgili aşırıya kaçan zihinsel meşguliyet (devamlı suretle interneti düşünme, internette yapılan etkinliklerin hayalini kurma, internet ortamında yapılması planlanan bir sonraki aktiviteyi düşünme, vb.)
2. İstenilen doyuma ulaşmak için daha uzun süre internet kullanımına ihtiyaç duyma
3. İnternet kullanımını kontrol etme, kısıtlama veya tamamen bırakmaya yönelik başarısız sonuçlanan girişimler olması
4. İnternet kullanımının azaltılması veya tamamen bırakılması durumunda huzursuzluk, çökkünlük veya kızgınlık gibi semptomların ortaya çıkması
5. Planlanandan daha uzun sürede internette kalınması
6. İnternetin aşırı kullanımına bağlı olarak iş, okul, aile ve arkadaş çevresiyle sorunlar yaşaması, eğitim ya da kariyer ile ilişkili bir fırsatı tehlikeye atması veya kaybetmesi
7. Başka kişilere (arkadaş, aile, terapist, vb.) internette geçirdiği süreye ilişkin yalan söylemesi
8. İnternetin sorunlardan kaçmak ya da olumsuz duygulardan (suçluluk, çaresizlik, kaygı, çökkünlük, vb.) uzaklaşmak için kullanması (21)

Suler'in İnternet Bağımlılığına İlişkin Tanı Ölçütleri

Suler, sağlıklı ve problemli internet kullanımının ayırımının yapılabilmesi için 1999 yılında 8 ölçüt belirlemiştir. Bunlar;

1. *İnternetteki aktivitelerce karşılanan ihtiyaçların sayısı ve türü*
Kişi fiziksel, bireysel, manevi veya kişilerarası ihtiyaçlarını karşılamak için interneti kullanıyor olabilir. Karşılanmaya çalışılan ihtiyaç sayısı arttıkça kullanıcı için internetin önemi de o derecede artmaktadır.
2. *Karşılanmamış ihtiyaçlara bağlı ortaya çıkan yoksunluğun derecesi*
İnternet kullanıcısının ihtiyaçları ne ölçüde bastırılır veya inkâr edilirse, ihtiyaçlarını karşılamak isteyen birey bastırmanın derecesine göre farklı yollara başvurmaktadır. Bireyler internet ortamında bu ihtiyaçlarını gerçek hayata göre daha kolay giderilebilmektedirler.

3. *İnternet etkinliğinin türü*

İnternette yer alan etkinlikler ne kadar çok özelliğe sahipse, internet kullanıcısı birey, o kadar sayıda ihtiyacını karşılamak için interneti kullanmak istemektedir. Farklı türdeki internet aktiviteleri ihtiyaçları karşılamak açısından çok fazla değişiklik gösterebilir.

4. *İnternet kullanımının gerçek hayattaki işlevselliğe olan etkisi*

İş, okul, fiziksel, sağlık ve kişilerarası ilişkilerdeki işlevsellik durumu etkilenmiş olabilir. İnternet kullanımına ilişkin problem gösteren alanların sayısı ve problemin boyutu patolojinin ciddiyetini göstermektedir.

5. *Bunaltıya ilişkin öznel duygular*

İnternet kullanıcısı bireyin internet aktivitelerine ilişkin yaşadığı öfke, suçluluk, hayal kırıklığı ve yabancılaşma duyguları patolojik internet kullanımı için uyarıcı işaretlerdir.

6. *İhtiyaçlara ilişkin bilinç düzeyinde farkındalık*

İnternet aracılığıyla bastırılmış ihtiyaçlarını karşılayan birey, katarsisle ilişkili bir etkinlik ortaya çıkarmaktadır. Bu etkinlik, bireyin karşılanmamış ihtiyaçları doyurulmadığı sürece yinelenmek durumundadır. Birey internet aktivitelerinin altında yatan karşılanmamış ihtiyaçlarını anlamalı, bu etkinliklere ilişkin çatışma ve yoksunluğu çözüme kavuşturmalıdır.

7. *Deneyim ve dâhil olma süreci*

İnternet kullanıcısı olan bireyler deneyim kazandıkça internet aracılığıyla gerçekleştirdikleri aktivitelerin gerçek hayat ihtiyaçlarını yeteri kadar doyuma ulaştırmadığını ve internetin cezbedici yönünün giderek kaybolduğunun farkına varırlar. Genellikle deneyim, internet kullanıcılarına aşırı dâhil olmayı gerektirecek etkinliklerden kaçınmaları hususunda yardımcı olur.

8. *Gerçek ve sanal hayat arasındaki denge ve bütünleşme*

İnternetin sağlıklı kullanımı, internet etkinlikleri ile gerçek dünya etkinliklerini bütünleştirir. İnternetin problemlili kullanımı, genellikle gerçek hayattan uzaklaşan çevrimiçi bir yaşamla sonuçlanır (22).

Beard ve Wolf'un İnternet Bağımlılığına İlişkin Tanı Ölçütleri

Beard ve Wolf, Young'un ortaya koymuş olduğu ölçütleri geliştirerek 2001 yılında yeni ölçütler geliştirmişlerdir. Bunlar;

Aşağıda yer alan ölçütlerden hepsi (a-e) bulunmak zorundadır.

- a. Zihinsel olarak internetle sürekli olarak meşgul olunması (önceki veya bir sonraki online faaliyeti düşünmek)
- b. Doyumun sağlanabilmesi için internet kullanım süresinde sürekli olarak artış ihtiyacı hissedilmesi
- c. İnternet kullanımının kontrol altında tutulması, kısıtlanması veya durdurulması için başarısız sonuçlanan girişimlerde bulunulması
- d. İnternet kullanımının kısıtlanması veya durdurulması girişimleri esnasında huzursuz, öfkeli, sinirli olunması
- e. Planlanandan daha uzun süre çevrimiçi kalınması

Aşağıda yer alan ölçütlerden en az bir tanesi (1-3) sağlanmış olmalıdır.

1. İnternet kullanımı sebebiyle işini, ilişkilerini, eğitim ya da kariyer fırsatlarını tehlikeye atmak ya da kaybetmeyi göze almak
2. İnternet kullanım süresine ilişkin arkadaşlarına, aile bireylerine, terapisteye ya da başkalarına yalan söylemek
3. İnternetin, problemlerden kaçış yolu; depresyon, anksiyete benzeri tükenmişlik durumundan kurtuluş yolu olarak görmek, kullanmak (23).

Shapira ve Arkadaşlarının İnternet Bağımlılığına İlişkin Tanı Ölçütleri

Shapira ve arkadaşları 2003 yılında DSM-IV'de tanımlanan dürtü kontrol bozukluğu modeli kapsamında tanı ölçütleri ortaya koymuşlardır.

- A. Aşağıda yer alan ifadelerden en az biriyle ortaya çıkan internet kullanımına ilişkin aşırı zihinsel meşguliyet vardır.

1. İnternet kullanımını kontrol altına alma çabalarından sonuç elde edilememesi
 2. Planlanandan daha uzun süre internet kullanımının olması
- B. İnternet kullanımının ya da aşırı zihinsel meşguliyetin iş, sosyal yaşantı ya da diğer önemli alanlarda işlevsel kayba veya klinik belirtilere yol açması
- C. İnternetin aşırı kullanımının hipomani ve mani atakları sırasında ortaya çıkmaması ve diğer Eksen I bozuklukları ile açıklanamaması (24).

Ko ve Arkadaşlarının İnternet Bağımlılığına İlişkin Tanı Ölçütleri

Ko ve arkadaşları ergenlerde internet bağımlılığını tanımlamak amacıyla psikiyatrik görüşme ve Chen İnternet Bağımlılığı Ölçeği'ni (25) temel alarak bir ölçüt kümesi ortaya koymuşlardır. Oluşturulan her bir ölçütün tanısal doğruluğu oldukça yüksek bulunmuştur.

Ko ve arkadaşları tarafından ergenlerde internet bağımlılığını tanımlamak amacıyla ortaya konan uyumsuz internet kullanım modeli, üç aylık süre içinde herhangi bir zaman diliminde ortaya çıkar ve klinik açıdan belirgin bozulmaya neden olur.

1. İnternet etkinlikleriyle ilgili zihinsel uğraş
2. İnternet kullanım dürtüsünü engellemede tekrarlayıcı biçimde başarısız olunması
3. Tolerans: İnternet kullanımına bağlı istenilen etkiyi sağlamak için internet kullanım süresinde belirgin artış olması
4. Yoksunluk: Aşağıda yer alan ifadelerden herhangi birinin varlığı
 - a. İnternet etkinliklerinin bırakılmasını takip eden günlerde anksiyete, disforik duygudurum, irritabilite ve sıkılma duygusunun gözlenmesi
 - b. Yoksunluk durumundan kurtulmak için tekrar internet kullanımına başlanması
5. Çoğu kez planladığından daha uzun süre internet kullanımı
6. İnternet kullanımını bırakılması ya da kısıtlanmasına ilişkin sürekli bir istek veya başarısız sonuçlanan çabaların olması

7. İnternet etkinliklerinde ve interneti bırakma girişimlerinde çok fazla zaman harcanması
8. İnternet erişimine ulaşmak için gerekli olan aktivitelere aşırı derecede çaba harcanması
9. Tekrarlayan internet kullanımı sebebiyle, ev, okul ve sosyal ilişkilerde bireyin yerine getirmesi gereken rol ve sorumluluklarının başarısız olarak sonuçlanması
10. İnternet kullanımından kaynaklanan ya da internet kullanımı sebebiyle şiddetlenen kalıcı ya da tekrarlayan fiziksel veya psikolojik problemlere rağmen internet kullanımının devam ettirilmesi (26).

2.6. İnternet Bağımlılığının Epidemiyolojisi

İnternet bağımlılığıyla ilgili ergenlerde yapılan araştırmalar incelendiğinde internet bağımlılığı sıklığının Avrupa'da %1-9, Ortadoğu'da %1-12, Asya'da ise %2-18 düzeyinde olduğu belirlenmiştir. Farklı ülkelerde üniversite öğrencilerinde yapılan çalışmalarda internet bağımlılığı sıklığının %6-35 olduğu bildirilmiştir (27). Ülkemizde üniversite öğrencilerinde yapılan çalışmalarda internet bağımlılığı sıklığının %7-20 olduğu belirlenmiştir (28-32).

2.7. İnternet Bağımlılığının Etiyolojisi

İnternet bağımlılığı günümüzde yaygın görülen önemli bir halk sağlığı sorunu olmasına rağmen bu sorunun etiyolojisi henüz tam anlamıyla aydınlatılamamıştır. İnternet bağımlılığının etiyolojisinde birçok psikiyatrik bozuklukta olduğu gibi multifaktöriyel etmenlerin yer aldığı düşünülmektedir. Etiyolojiye yönelik bir takım teoriler ortaya konulmuştur (4).

2.7.1. Bilişsel Davranışçı Teori

Birçok araştırmacı internet bağımlılığının bilişsel sürecin davranışlara yansımaları sonucunda geliştiğini ifade etmektedir. Bireyin hayatta başarısız olduğunu

düşündüğü alanları telafi etmek adına geliştirdiği bir davranış örüntüsü olabileceği düşünülmektedir (33).

Grohol (34), internet bağımlılığına elde edilen bir ödülün yol açması sebebiyle bağımlılığın tek başına bir bağımlılık olamayacağını savunmuştur. Bununla birlikte internet kullanımında sosyalizasyonun önemli rol oynadığını belirtmiştir. Sosyalizasyonun ve internetin sağladığı yeni ortamın birey üzerinde çekici bir etkiye sahip olduğunu, ancak zamanla bu etkinin azaldığını ve bir dengeye ulaştığını ifade etmiştir. Birey için ifade edilen bu çekici etki zaman içerisinde azalmıyor ya da kaybolmuyor ise internet bağımlılığından bahsedilebileceğini belirtmiştir (34).

Davis (17), internet bağımlılığının gelişimini açıkladığı bilişsel davranışçı modelin merkezinde bireyin kendisi ile ilgili ruminatif biçimdeki işlevsel olmayan bilişlerin olduğunu belirtmektedir. Burada ifade edilen ruminatif düşünceler; bireyin, yaşamında yer alan olaylara yönelmesi yerine, yenileyici bir şekilde internet kullanımını düşünmesidir. Davis'in ortaya koyduğu bu modelde internet bağımlılığının gelişebilmesi için öncesinde bireyde bir psikopatolojinin (depresyon, sosyal anksiyete, madde bağımlılığı, vb.) bulunması gerekmektedir. İnternet gibi stres kaynağı olabilecek bir ortamla tanışılması ve bu ortamda pekiştireçlerin bulunması yeni bilişsel yapılanmayı oluşturmaktadır. Bireyin kendisini ve yaşadığı ortamı olumsuz yönde algılaması, düşük benlik değeri gibi olumsuz düşünceler internet ile birlikte daha farklı bir gelişim sürecine girmektedir. Bu olumsuz yöndeki düşüncelerin sosyal ağlarda sohbet odalarında istenilen role bürünerek, yüz yüze görüşmeden arkadaşlık kurarak ve diğer bağımlılık türlerine ulaşarak telefî edileceği düşüncesi ve bu şekilde telefî etmeye çalışılması bireyde yeni bilişsel şemaların ortaya çıkmasında büyük rol oynamaktadır. Bu sırada kişi gerçek yaşamda yüzleşmesi gereken sorunlardan da uzakta kalabilmektedir. İnternet bağımlılığında karşılaşılan en sık bilişsel varsayımlar “internet olmadan başarısızım”, “internet ortamı bana saygı duyulan tek ortam”, “yalnızca internet ortamında iyiyim”, “internet benim tek arkadaşım, bu sayede yalnız değilim” gibi düşüncelerdir. Bu bilişsel yapılanma internet bağımlılığı gelişimine neden olmaktadır (17).

İnternet bağımlılığını, genel ve özgül internet bağımlılığı olmak üzere iki gruba ayıran Davis, özgül internet bağımlılığı ifadesini bireyin internetin bir işlevini aşırı

miktarda kullanması olarak tanımlamıştır. Örneğin kumar oynama bağımlılığı olan bir birey internet aracılığı ile kumar oynayabileceğini öğrenebilir ve sanal kumar oynama bağımlılığı geliştirebilir. Genel internet bağımlılığı ifadesi ile tanımlanan, bireyin internet üzerinde fazla miktarda ve amaçsızca zaman harcamasıdır. Genel internet bağımlılığında bireyin sosyal izolasyonu daha ön plana çıkmaktadır (17).

2.7.2. Sosyal Beceri Eksikliği Teorisi

Caplan (35), Davis'in ortaya koymuş olduğu Bilişsel Davranışçı Teoriyi temel alarak yeni bir teori geliştirmiştir. Bu teoride Caplan, kişilik problemi olan ya da psikiyatrik bir rahatsızlığa sahip olan bireylerin internet bağımlılığına daha yatkın olduklarını ifade etmiştir. Caplan'ın ortaya koymuş olduğu teoriye göre sosyal izolasyon, depresyon benzeri problemleri olan bireylerin sosyal iletişim açısından olumsuz yönde bilişleri vardır, bu bireyler yüz yüze iletişim yerine daha az tehdit edici olarak düşündükleri sanal iletişim ederler. Bireyler kendilerini sanal internet ortamında daha rahat hissetmeleri sebebiyle interneti aşırı miktarda kullanmakta, bu sebeple internet bağımlılığı gelişmektedir. Gerçek hayatta kendilerini iyi ifade edemediklerini düşünen bireyler yüz yüze iletişimin olmadığı bir ortamda kendilerini daha rahat hissetmektedirler. Sanal ortamda bireyler negatif özelliklerini iletişim kurdukları kişilere aktarmazlar, hatta kendilerinde olmayan pozitif özellikleri aktarmaya çalışarak iletişim kurdukları kişi üzerinde olumlu bir etki oluşturmak isterler. Bu sebeple bireyde sanal ortamdaki iletişimin daha kolay, daha heyecanlı ve daha az riskli olduğu düşüncesi oluşur (35).

Caplan, bu yaklaşımların doğruluğunu ortaya koymak için, 18-57 yaş grubu 395 kişinin katıldığı bir çalışma yapmıştır. Araştırma sonucunda sosyal izolasyonun ve depresyonun sanal iletişim tercihi açısından önemli faktörler olduğunu, özellikle yalnızlığın internet bağımlılığı açısından çok önemli bir risk faktörü olduğunu belirlemiştir. Caplan, yalnız olduğunu hisseden bireylerin sosyal beceriler konusunda kendilerini oldukça yetersiz gördüklerini ve bu sebeple sanal iletişimi tercih ettiklerini ifade etmiştir (35).

2.7.3. Nörobiyolojik Teori

Kandel (36), haz duygusunun nöral mekanizmalarının iyi bilinmediğini, fakat bu duygunun beyindeki ödül ve öğrenilmiş davranışın pekiştirilmesi mekanizmalarıyla yakından ilişkili olabileceğini ifade etmiştir. Dopaminerjik nöronların birçok psikoaktif maddelerce uyarılması bu nöronların ödül-bağımlılık sistemindeki yerini güçlendirmektedir. Bu sebeple dopamin, haz molekülü veya antistres molekülü olarak da adlandırılmaktadır. Dopamin sinaptik aralığa salındığında dopaminerjik reseptörleri (D1,D5) uyararak stres duygusunun azalmasına ve bireyin kendisini daha iyi hissetmesine neden olabilmektedir (36).

Bazı bireylerde genetik nedenli beyin ödül sistemlerinde disfonksiyon görülebilir ve hipodopaminerjik aktivite ortaya çıkabilir. Bu durum bireyde daha yüksek dopamin ihtiyacına neden olabilir. Hipodopaminerjik aktivite bağımlılık gelişimine yatkınlık oluşturabilmektedir (37).

DAD2 reseptörü A1 aleline sahip olan kişilerde D2 reseptör yoğunluğundaki azalmanın madde bağımlılıklarına, kumar oynama bağımlılığına, seks bağımlılığına, antisosyal davranış biçimlerine neden olabileceği düşünülmektedir (38). Madde bağımlılıklarının ve kumar oynama bağımlılığının nörobiyolojik açıdan ortak etiyopatogeneze sahip olmaları nedeniyle alışveriş, internet ve seks bağımlılıklarında da aynı bağımlılık mekanizmalarının rol oynadığı düşünülmektedir (39, 40).

İnternette aşırı oyun oynayan bireylerde yapılan görüntüleme çalışmalarında sağ orta orbitofrontal girus, sol kaudat nükleus ve sağ insulada glukoz metabolizmasının arttığı; sol presantral girus, her iki postsantral girus ve bilateral oksipital giruslarda glukoz metabolizmasının azaldığı belirlenmiştir. Netice itibari ile internetin aşırı kullanımının striatum, orbitofrontal korteks ve duyusal alanlardaki anormal nörobiyolojik aktivite ile açıklanabileceği belirlenmiştir. Bu sonuçlar internet bağımlılığının dürtü kontrol bozuklukları, davranışsal bağımlılıklar ve madde bağımlılıkları ile benzer nöronal mekanizmalar sonucu oluştuklarını göstermektedir (41).

İnternet bağımlılarında gri cevher anormalliklerinin araştırıldığı bir çalışmada internet bağımlılarında sol anterior ve posterior singulat korteksde, sol lingual girusda ve sol insulada gri cevher hacminde azalma tespit edilmiştir (42).

Bir diğer araştırmada internetin aşırı kullanımının seratonin taşıyıcı gen olan “5HTTLPR” polimorfizmi ile ilişkili olduğu belirlenmiştir. Bu araştırma, internet bağımlılığında genetik faktörlerin rol oynadığını göstermesi açısından oldukça önemlidir (43).

2.7.4. Kavramsal İnternet Bağımlılığı Teorisi

Douglas ve arkadaşlarının ortaya koydukları bu teoriye göre internetin aşırı kullanımını, genel itibariyle bireyin içsel gereksinimleri ve internet kullanımına ilişkin motivasyonu (internet ortamında sosyal gereksinimlerin karşılanması, gerçek kimliğin bildirilmemesi gibi etkenler) ile belirlenmektedir. Bu durumun yanı sıra, bireyde bazı öncüllerin (internet kullanımına imkân sağlayan ortamlarda bulunma, arkadaş ortamlarından dışlanma ya da bu ortamlarda kabul görmeme endişesi, uzun yıllar internet kullanıcısı olma, yalnızlık hissi) bulunmasının ve bireyin internet bağımlılığı profiline (sosyal yaşamın ya da özgüvenin çok az olması veya hiç olmaması, internetin aşırı kullanımının bir sorun oluşunu reddetme) sahip olmasının internet bağımlılığının gelişmesinde önemli rol oynadığı belirlenmiştir (44).

2.7.5. Kültürel Mekanizmalar Teorisi

İnternet bağımlılığının, bilgisayar kullanımının yoğun olduğu ve internete erişimin daha kolay olduğu yerlerde daha sık görülebileceğine ilişkin teoridir. Bu teoriye göre internet erişim kapasiteleri yetersiz olan az gelişmiş ülkelerde internet bağımlılığının daha az gözleneceği; Çin, Güney Kore, ABD gibi internet kullanımının daha yaygın olduğu ülkelerde ise internet bağımlılığının daha fazla gözleneceği öngörülmektedir (45).

2.7.6. İnternet Bağımlılığının Etiyolojisinde Rol Oynayan Diğer Faktörler

Bireyde bazı durumların bulunması internet bağımlılığı riskini artırabilmektedir. Yalnızlık ile internet bağımlılığı arasındaki ilişkiyi ortaya koyan pek çok araştırma mevcuttur (35, 46-49). Yalnızlık ile internet bağımlılığı arasındaki ilişkinin değerlendirilmesinde iki farklı görüşten bahsetmek mümkündür. Araştırmacılardan bazıları yalnızlık nedeniyle internet bağımlılığının geliştiğini savunurken (47), diğerleri ise internet bağımlılığının yalnızlık durumunu artırdığını ifade etmektedirler (46). Morahan-Martin ve arkadaşları (46), yalnız kişilerin daha fazla süreyle internet kullandıklarını; interneti başka kişilerle iletişim kurmak, yeni kişilerle tanışmak için kullandıklarını; sanal ortamdaki iletişimi yüz yüze iletişimi tercih ettiklerini; gerçek kimliklerini gizleyerek iletişimde bulunmaktan hoşlandıklarını belirtmişlerdir.

İnternet bağımlılığının depresyon ile ilişkisini inceleyen birçok araştırma yapılmıştır. Bu araştırmalar neticesinde internet bağımlılığının depresyon ile ilişkili olduğu belirlenmiştir (46, 48-50).

İnternet bağımlılığı ile benlik saygısı arasında negatif yönde ilişkili olduğu tespit edilmiştir (51). Kohut (52); benlik saygısının düşük olmasının bireyin iç dünyasında boşluk duygusu oluşturduğunu, toplumsal hayatta uyum bozukluklarına neden olduğunu ve kişinin ruh sağlığında bozulmaya sebep olduğunu belirtmiştir. Bununla birlikte düşük benlik saygısına sahip olan kişilerin özgüvenleri de düşük, anksiyete düzeyleri ise yüksektir ve bu bireyler duygularını ifade etmekte zorluk yaşamaktadırlar. Bu sebeple benlik saygısı düşük olan ve gerçek hayatta kendilerini ifade etmekte zorluk yaşayan bireyler, sanal internet ortamında kendilerini daha rahat ifade etmeleri ve kendilerini olmak istedikleri kimliğe bürünerek gösterebilmeleri nedeniyle internete daha fazla bağlandıkları düşünülmektedir (52).

Yapılan araştırmalarda düşük sosyal desteğin internet bağımlılığı açısından bir risk faktörü olduğu tespit edilmiştir. Gerçek yaşamda ilişkilerinde sorun yaşayan kişiler ihtiyaçları olan sosyal ortamı internette aramaktadırlar (53). Yapılan bir araştırmada kendisini değersiz hisseden, düşük benlik saygısına sahip olan, onaylanma

ihtiyacı duyan bireylerin internet ortamındaki sosyal desteğe daha çok ihtiyaç duyduğu belirlenmiştir (46).

Bununla birlikte duygusal destek azlığı, evlilik ile ilgili problemler, işyeri ile ilgili sorunlar ya da herhangi bir nedene bağlı stres faktörü de internet bağımlılığına yol açabilmektedir. Çin’de yapılan bir çalışmaya göre stresle yetersiz baş etme stratejileri olan bireylerin interneti rahatlamak amacıyla kullandıklarını ve bu bireylerin internet bağımlılığına daha yatkın oldukları tespit edilmiştir (54).

Sonuç itibariyle internet ortamı, bağımlı bireylere sosyal destek sağlayabilmekte, sanal kimlikleriyle sosyal ortamlarda benlik saygılarını artırabilmekte, yalnızlıklarını azaltabilmekte, böylece bireylerin öfori hissetmesini sağlayabilmektedir (53).

2.9. DSM Sınıflamasında İnternet Bağımlılığı

Dünya Sağlık Örgütü (World Health Organization-WHO) tarafından hazırlanan Ruhsal ve Davranışsal Bozuklukların Sınıflandırılması-ICD-10 (Classification of Mental and Behavioural Disorders-ICD-10) ve Amerikan Psikiyatri Birliği (American Psychiatric Association-APA) tarafından 1994 yılında yayınlanan Ruhsal Bozukluklar Tanı ve İstatistiksel El Kitabı-DSM IV (Diagnostic and Statistical Manuel of Mental Disorders, Fourth Edition) sınıflandırmalarında internet bağımlılığına ilişkin özel bir tanılamaya yer verilmemiştir ve internet bağımlılığı “Başka Türü Adlandırılmayan Dürtü Kontrol Bozukluğu” tanısı altında değerlendirilmiştir (6). DSM-V’de internet bağımlılığı tanımı yer almamakla birlikte “internet kullanımı oyun oynama bozukluğu (Internet use gaming disorder)” ifadesine yer verilmiştir (55). DSM-V kriterlerine göre “internet kullanımı oyun oynama bozukluğu” tanısı konulabilmesi için 12 aylık süre içerisinde aşağıda yer alan dokuz kriterlerden beş ya da daha fazlasının karşılanmış olması gereklidir. Bu kriterler (55),

1. İnternet oyunları ile zihinsel uğraş (Birey daha önce oynadığı oyun hakkında düşünür veya bir sonraki oyunu oynamayı bekler. İnternette oyun oynamak bireyin hayatındaki hâkim aktivite haline gelir.)

2. İnternette oyun oynadığı esnada internet erişiminin kesilmesiyle yoksunluk belirtilerinin gözlenmesi (Bu belirtiler genellikle sınırlılık, üzüntü, kaygı olarak tanımlanır.)
3. Tolerans gelişmesi, internet oyunları ile geçirilen zamanın artmasına ihtiyaç duyulması
4. İnternette oyun oynamayı kontrol etmede başarısız olunması
5. İnternet oyunları sebebiyle önceki hobi ve eğlencelere ilginin azalması
6. Psikolojik problemlere yol açtığı bilinmesine rağmen internet oyunlarının aşırı kullanımının devam etmesi
7. İnternette oyun oynama süresi ile ilgili aile bireylerine, terapistlere veya başkalarına yalan söyleme
8. Suçluluk, çaresizlik, kaygı gibi olumsuz duygu durumdan kaçınmak için internet oyunu oynamak
9. İnternette oyun oynama nedeniyle önemli bir ilişkiyi, işi, eğitim ya da kariyer fırsatını kaybetme veya tehlikeye atma.

İnternette oyun oynama bozukluğu, madde kullanım bozukluğu semptomlarına benzer olarak oyun oynama üzerindeki kontrolün kaybına, tolerans gelişmesine ve yoksunluk belirtilerinin gözlenmesine neden olmaktadır. Madde ile ilişkili bozukluklarda olduğu gibi internette oyun oynama bozukluğunda da bireyler diğer etkinlikleri ihmal ederler ve oyun oynamak amacıyla bilgisayar başında oturmaya devam ederler. Bilgisayar kullanmaları ya da oyun oynamaları engellenirse, sınırlı ve huzursuz olurlar. Yemek yemeden ve uyku uyumadan uzun dönemler geçirirler. Okul, iş, aile ile ilgili sorumluluklarını ihmal ederler (1).

DSM-5'de internette oyun oynama bozukluğunun önemli bir halk sağlığı sorunu olduğu ifade edilmektedir. İlerde bu alanda yapılacak araştırmalar ile birlikte internette oyun oynama bozukluğunun bağımsız bir bozukluk olarak değerlendirileceği beklenmektedir. Görülme sıklığı, klinik gidişat, genetik faktörler ve beyin görüntüleme tekniklerine dayalı muhtemel biyolojik faktörleri tanımlamak için epidemiyolojik çalışmaların yapılması gerekliliği belirtilmektedir (6).

2.10. İnternet Bağımlılığının Etkileri

İnternet bağımlılığı, diğer bağımlılık türlerinde de olduğu gibi bireyin gerçek hayatını olumsuz yönde etkileyen çeşitli sonuçlara neden olur. Bu sonuçlar bireyin akademik başarısını, ilişkilerini, gündelik işlerini, sosyal yaşamını ve sağlığını etkileyebilmektedir. Bu sorunların hemen hepsinin zaman algısının bozulmasından kaynaklandığı düşünülmektedir (56). Kullanıcılar, planladıklarından çok daha uzun sürelerde internette kalmaları nedeniyle gerçek yaşama ilişkin işlevleri ikinci plana atarlar. Diğer bağımlılık türlerinde olduğu gibi tolerans ve yoksunluk belirtileri internet bağımlılığının da bileşenlerini oluşturmaktadır (57). Toleransın gelişmesiyle birlikte kullanıcıların internette geçirdikleri süre artmaktadır. İnternet kullanımı azaltıldığında ya da kullanıma ara verildiğinde sinirlilik, gerginlik, irritabilite gibi yoksunluk belirtileri ortaya çıkmaktadır. Tolerans gelişimi internet kullanımını artırmakta, yoksunluk belirtileri ise internet kullanımının azaltılmasını veya kesilmesini istenmeyen bir durum haline getirmektedir (4).

Aşırı internet kullanımı, kişide psikolojik ve fizyolojik problemler neden olmakla birlikte toplum ve aile düzeninde de olumsuzluklara yol açabilmektedir. İnternetin aşırı kullanımı özellikle ergenlerin aile ve arkadaş ilişkilerinde bozulmalara yol açabilmekte, sosyal yaşantılarını olumsuz etkileyebilmektedir (58).

İnternetin aşırı kullanımının bireyin eğitim sürecine de olumsuz etkileri bulunmaktadır. İnternetin aşırı kullanımına bağlı olumsuzlukların araştırıldığı bir çalışmada öğrencilerin %21'inin internette kalmaları nedeniyle derslerini kaçırdıkları ve %31'inin akademik başarılarında düşüş olduğu, belirlenmiştir (59).

İnternet bağımlılığına bağlı fiziksel bozukluklar genel olarak hafif-orta düzeydedir. Bir internet bağımlısı haftada 40-80 saat bilgisayar başında kalabilmekte, tek bir seferde ve ara vermeden 20 saate kadar bilgisayar başından kalkmayabilmektedir. Bu sebeple uyku düzeni bozulan internet bağımlısı birey uyarıcı madde kullanımına, aşırı miktarda kola ve kahve gibi içecekler tüketmeye başlayabilir. Bununla birlikte obezite, postür bozuklukları, karpal tünel sendromu, gözle ilgili problemler gözlenebilir (4). ABD'de yapılan bir araştırmada, bilgisayar başında geçirilen süre arttıkça kas-iskelet ağrısı şikâyetinin de anlamlı olarak arttığı

belirlenmiştir (60). İnternetin aşırı kullanımına bağlı olarak ortaya çıkan psikolojik sorunlar arasında yalnızlık, depresyon ve sosyal izolasyon sayılabilir (4).

2.11. İnternet Bağımlılığının Alt Tipleri

İnternet bağımlılığı alt tipleri şu şekilde tanımlanmıştır.

2.11.1. Online Seks Bağımlılığı

İnternet aracılığı ile her yaştan ve her sosyal konumdan insanlar kolaylıkla pornografik materyallere ulaşabilmektedir. Online seks, iki ya da daha fazla kişinin sohbet odalarında pornografik mesaj veya videolarla paylaşımında bulunması olarak ifade edilebilir (33). Bu durum genellikle önce merakla başlar ve sonrasında saplantı haline gelir (61). Birey sanal ortamda yaş, medeni durum, cinsiyet, meslek gibi özelliklerini gizleyebilmektedir. Online seks bağımlıları gerçek hayatta asla yapamayacakları şeyleri ya da söyleyemeyecekleri sözleri sanal ortamda rahatlıkla ifade edebilmektedir. Bu durum online seks bağımlısı olan bireylerin evlilik hayatlarında problemlere neden olabilmektedir (33).

2.11.2. Online Oyun Bağımlılığı

Online oyun bağımlılığı, kişinin internet üzerinden aşırı ve uzun süresi oyun oynamasıdır. Bu bozukluk madde kullanım bozuklukları semptomlarına benzer ve tolerans, yoksunluk gibi belirtiler ile kendisini gösterir. Online oyun bağımlısı bireyler yerine getirmesi gereken günlük faaliyetlerini ihmal ederek genellikle günde 8-10 saat ya da daha fazla, haftada ise en az 30 saat internet üzerinden oyun oynamaya devam etmektedirler. Bu kişiler uzun süreler uyumadan, yemek yemeden bilgisayar başında vakit geçirebilirler; bilgisayar başına geçmeleri engellenirse telaşlanırlar, öfkelenirler. Bu bozukluğa sahip olan öğrenciler eğitimleri ile ilgili yükümlülüklerini yerine getirmemeleri sebebiyle başarısız olurlar (62).

2.11.3. Online Kumar Bağımlılığı

Teknolojinin gelişmesi ve yaygınlaşması ile birlikte kumar, eve ve işyerinde kadar girebilmiştir. İnternet aracılığıyla kumar oynanabilen sitelere kolaylıkla erişilebilmekte ve kişiler istedikleri kişilerle rahatlıkla kumar oynayabilmektedirler. Kişilerin kendi ülkelerinde kumar oynanabilen siteler yasaklanmış olsa bile başka ülkeler üzerinden bu sitelere kolaylıkla erişebilmektedirler (33).

2.11.4. Online Borsa Bağımlılığı

Öncesinde sadece borsada alım satım yapan bireyler sonrasında ise internette kalarak saatlerce borsa ile ilgili sitelerde araştırma yaparlar, diğer insanlar ile fikir alışverişinde bulunurlar (33).

2.11.5. Online Alışveriş Bağımlılığı

Özellikle son dönemde gelişen bir internet kullanım şeklidir. Kişiler internet üzerinden sadece alım yapmazlar, çeşitli siteler üzerinden satış da yaparlar. Daha çok küçük ölçekli şehirlerde yaşayan kişilerin seçtikleri bir yöntem olarak karşımıza çıkmaktadır (33).

2.11.6. Online İlişki Bağımlılığı

Bireyler sohbet odalarında sanal arkadaşlıklar ve sanal ilişkiler kurarlar. Zaman içerisinde kurdukları sanal ilişkilere bağımlı hale gelirler. Sanal ilişkiler bireyler için ailesinden ve gerçek yaşamındaki arkadaşlarından çok daha önemli hale gelir. Bu durum aile bireyleri arasında problemlere, boşanmalara yol açabilmektedir (53).

2.12. İnternet Bağımlılığının Tedavisi

İnternet bağımlılığının önemli bir bölümünde eşlik eden başka psikiyatrik bozukluklar hastalığın gidişatını olumsuz yönde etkileyebildikleri gibi kısmen veya

tamamen internet bağımlılığının sebebi de olabilir. Bu sebeple eşlik eden psikiyatrik bozukluk varlığında öncelikle bu bozukluğun tedavi edilmesi gerekmektedir. Tedavide temel prensipler genel bağımlılık tedavisine yakın olmakla birlikte; internet bağımlılığında görülme yaşının genellikle daha düşük olması, çocukları ve gençleri özellikleri akademik dönemlerinde etkilemesi sebebiyle tedavinin hızlı ve etkin bir şekilde uygulanması oldukça önemlidir. Tedavinin başarısı için bireyin ailesi ile işbirliği yapılması şarttır (37).

Farmakoterapi: İnternet bağımlılığına eşlik eden psikiyatrik bozukluk olmaması durumunda hastalığın dürtü kontrol bozukluklarına yakın olması sebebiyle tedavide duygu-durum dengeleyici ajanlar kullanmak iyi bir seçenektir. İnternet bağımlılığına depresif belirtilerin eşlik etmesi durumunda antidepresan tedavi verilebilmektedir. Böylece; depresif belirtiler düzeltilmesi ile birlikte internet bağımlılığının tedavisi de sağlanabilmektedir (10). Bu sebeple internet bağımlısı olduğu tespit edilen hastalarda diğer psikiyatrik bozuklukların sorgulanması büyük öneme sahiptir.

İnternet bağımlılığına ilişkin ilaç araştırmaları oldukça az sayıdadır ve kapsamlı araştırmalara ihtiyaç vardır. İnternet bağımlılığı tedavisinde sitalopram-ketiyapin kombinasyonunun (63) ve essitalopramın (64) etkili olduğunu bildiren çalışmalar bulunmaktadır.

Psikoterapi: İnternet bağımlılığının tedavisinde diğer bir yöntem; ilaç tedavisi ile birlikte ya da ilaç tedavisinden kullanılmadan bilişsel-davranışçı yöntemlerin uygulanmasıdır. İnternet bağımlılığında bazı olumsuz bilişlerin etkili olabileceği ve internet bağımlılığının bireyin hayatında başarısız olduğu tarafları telafi etmeye yönelik bir davranış biçimi olarak ortaya çıktığı düşünülmektedir. Bu sebeple aşırı internet kullanımının ödüllendirmeye yönelik bir davranış olarak algılanabileceği, öğrenme mekanizmaları ile olumsuz duygularla mücadeleye yarayan yetersiz bir strateji olarak kullanılabilmesi ifade edilmiştir (17). İnternet bağımlılığının bilişsel özellikleri değerlendirildiğinde bilişsel-davranışçı tekniklerin tedavide önem kazanacağı düşünülmektedir. Davis internet bağımlılarında kullanılabilecek 11 hafta

süren bir bilişsel-davranışçı tedavi protokolü önermiştir. Bilişsel davranışçı tedavide atılması gerekli olan adımlar şu şekildedir (4, 10);

1. Bireyin internetten uzak kalamadığının tespit edilmesi
2. Bilgisayarın yerinin değiştirilerek herkesin olduğu bir başka yere nakil edilmesi
3. Diğer kişilerle birlikte internete bağlanması
4. İnternete bağlandığı zamanın değiştirilmesi
5. İnternet defteri oluşturulması
6. Başka bir kimlik kullanarak internete girmesine son verilmesi
7. Arkadaşlarından ve yakınlarından internet ile ilgili sorunlarını saklamaması
8. Spor aktivitelerine katılması
9. İnternet tatilleri verilmesi
10. Otomatik düşüncelerin ele alınması
11. Gevşeme egzersizleri
12. İnternete bağlanma esnasında hissedilenlerin not edilmesi
13. Yeni sosyal becerilerin kazandırılması

Young, bilişsel-davranışçı tedaviye göre internete erişimin yasaklanmasının doğru bir yöntem olmadığını ifade etmiştir. İnternet kullanımının faydalı işler için gerekli olduğunu, tedavi hedefinin interneti tamamen yasaklamak yerine kullanımının kontrol altına alınması olduğunu belirtmiştir. Young deneyimlerden hareketle internet bağımlılığı tedavi rehberi hazırlamıştır. Rehberdeki teknikler şu şekildedir (10, 19);

1. İnternet kullanımını zıt saatlere kaydırmak: Bireylerin rutinini bozmak ve sanal alışkanlığını bırakması için yeni kullanım alışkanlıklarına uyumunu sağlamak amaçlanmıştır.
2. Dış durdurucular kullanmak: Bireyin internet kullanımını durdurmak için kişinin o saatte yapması gereken bir iş veya gitmesi gereken bir yer vb. gibi somut araçların kullanılmasıdır.
3. İnternet kullanım hedefleri belirlemek: Uygulanabilir bir internet kullanım şeması oluşturularak internetin hastayı kontrol etmesi önlenerek hastanın interneti kontrol etmesi sağlanabilir.

4. Sık kullanılan belli bir internet işlevinden uzak durmak: Hasta için belli bir internet işlevinin (internette oyun, gezinti, sohbet vb.) önemli olduğunun belirlenmesi ve hastanın ilgili işlevi kontrol edemediğinin görülmesi durumunda hastanın bu işlevden uzak durmasını sağlamaktır.
5. Hatırlatıcı kartlar kullanmak: Hastadan internet kullanımının neden olduğu beş ana problemi ve internet kullanımını bırakmasıyla kazanacağı beş temel faydayı yazarak bir kart oluşturması istenir.
6. İnterneti kullanmak yerine yapmak istediklerini not edebileceği kişisel bir defter oluşturmak: Hastadan internet kullanımı sebebiyle yapmayı ihmal ettiği veya ertelediği etkinliklerin listesini yapması istenir. Bu etkinlikleri çok önemli, önemli ve az önemli olmak üzere sınıflandırması sağlanır. Böylece hasta internet yaşamına girmeden önceki yaşantısını görür.
7. Bir destek grubuna girmek: Hastanın sorunlarına cevap verebilecek bir destek grubu bulmasına yardımcı olunur.
8. Aile terapisi: Aile terapisinde dikkat edilmesi gereken hususlar;
 1. İnternetin bağımlılık yapabileceği konusunda aileye eğitim verme
 2. Ailenin, bağımlı bireye yönelik suçlamalarını azaltma
 3. Bireyin internete yönelmesine neden olan ailevi çatışmaların aile içinde konuşulabilmesini sağlama
 4. Aileyi bağımlı bireyin tedavisine destek olmaları için cesaretlendirme

Yukarıda yer alan yöntemlerin geçerliliği kanıtlanmamış olsa da Young'ın (65) yaptığı araştırmada internet bağımlılığı olan bireylerin bu tedavi yöntemleriyle 8 hafta sonunda internet bağımlılığı belirtileriyle baş edebildikleri, 6 aylık izlemlerinde iyilik hallerini koruyabildikleri belirlenmiştir.

3. GEREÇ ve YÖNTEM

3.1. Araştırmanın Amacı ve Tipi

Bu çalışma Süleyman Demirel Üniversitesi birinci öğretim lisans öğrencilerinde internet bağımlılığı sıklığını belirlemeyi, çeşitli etkenlerin internet bağımlılığı sıklığı üzerine olan etkisini tespit etmeyi ve buradan hareketle internet bağımlılığı konusunda farkındalık oluşturmayı amaçlayan kesitsel analitik tipte bir çalışmadır.

3.2. Araştırmanın Evreni ve Örneklem Yöntemi

Araştırmanın evrenini; Süleyman Demirel Üniversitesi'nde öğrenim gören birinci öğretim lisans öğrencileri oluşturmaktadır (N=20.813).

Literatürdeki diğer çalışmalar değerlendirildiğinde, internet bağımlılığı sıklığının %7 ile %13 arasında bildirildiği gözlemlendi (28, 30, 66). Open Epi programında internet bağımlılığı sıklığı %10, sapma %3 alınarak örnek büyüklüğü hesaplandı (67). Desen etkisi 2 alınarak örnek büyüklüğü %95 güven aralığında 757 olarak belirlendi. Örnek seçiminde tabakalı, küme ve basit rastgele örneklem yöntemleri kullanıldı. Öğrenciler öğrenim gördükleri fakülterlere göre tabakalara ayrıldı. Fakültelerin her bir sınıfı bir küme olarak kabul edildi. Basit rasgele yöntem ile her fakülte için birer sınıf seçildi. Seçilen sınıfın mevcudunun, fakültenin örnekleme büyüklüğünden küçük olması durumunda ise yeni bir sınıf eklendi. Bu işlemlerin sonucunda 927 öğrenciye ulaşılması hedeflendi (Tablo 1). Ancak devamsızlık (134 öğrenci, %14,5), araştırmaya katılmayı kabul etmeme (32 öğrenci, %3,4) gibi nedenlerden dolayı 761 öğrenciye ulaşıldı (Ulaşma düzeyi: %82,1).

Tablo 1. Fakültelerin Öğrenci Sayılarına Göre Tabakalı Örnekleme Yöntemi ile Belirlenen Örnek Sayıları

Sıra No	Fakülte	Evren Büyüklüğü	Temsil Yüzdesi	Bölüm ve Sınıf	Örnek Büyüklüğü	Ulaşılan Kişi Sayısı
1	İİBF*	4.242	20,3	ÇEKO** 2.Sınıf	155	129
2	Mühendislik	3.703	17,7	İnşaat 2.Sınıf Kimya 4.Sınıf	140	118
3	Fen-Edebiyat	2.279	11,0	Sosyoloji 3.Sınıf	87	67
4	Sağlık Bilimleri	1.444	6,8	Ebelik 4.Sınıf	64	58
5	Teknoloji	1.404	6,8	Elektrik-Elektronik 3.Sınıf	54	44
6	Tıp	1.344	6,5	4.Sınıf Dahiliye	56	42
7	İlahiyat	1.096	5,3	Hazırlık	42	37
8	Ziraat	1.057	5,1	Bahçe Bitkileri 1.Sınıf	40	34
9	Hukuk	983	4,7	1.Sınıf	105	82
10	Eğitim	721	3,5	Sosyal Bilgiler 3.Sınıf	28	25
11	Mimarlık	666	3,2	Peyzaj 2.Sınıf	28	18
12	Diş Hekimliği	563	2,7	5.Sınıf Çene Cerrahisi-Ortodonti	18	17
13	Güzel Sanatlar	517	2,5	Grafik Tasarım 4.Sınıf	20	17
14	Orman	368	1,8	Orman Endüstri Müh. 4.Sınıf	30	27
15	İletişim	244	1,2	Radyo-TV-Sinema 1.Sınıf	49	41
16	Spor Bilimleri	148	0,7	4.Sınıf Tekvando	7	5
17	Teknik Eğitim	34	0,2	Otomotiv Öğr. 4.Sınıf	4	0
Toplam		20.813	100,0		927	761

* İktisadi ve İdari Bilimler Fakültesi

** Çalışma Ekonomisi Bölümü

3.3. Etik

Araştırma öncesi Süleyman Demirel Üniversitesi Tıp Fakültesi Etik Kurulu'ndan (05.04.2017 tarih ve 57 sayılı karar, EK-1), Süleyman Demirel Üniversitesi Rektörlüğü'nden gerekli izinler alındı. Ayrıca; İletişim Becerileri Ölçeği'ni geliştiren ve İnternet Bağımlılık Ölçeği'nin Türkçe uyarlama çalışmasını yapan araştırmacılardan ölçeklerin kullanımı için gerekli izinler alındı (EK-2).

3.4. Araştırmanın Hipotezi

İnternet bağımlılığı görülme sıklığı öğrencilerin sosyodemografik özelliklerine, aile ile ilgili özelliklerine, internet kullanım özelliklerine, oyun oynama ve sosyal medya kullanım özelliklerine, internet kullanımıyla ilişkili özelliklere, İletişim Becerileri Ölçeği toplam puanı ve alt alan puanlarına göre farklılık göstermektedir.

3.5. Araştırmada Kullanılan Bağımlı Değişken

- İnternet Bağımlılık Ölçeği toplam puanına göre internet bağımlısı olma durumu

3.6. Araştırmada Kullanılan Bağımsız Değişkenler

- Öğrencinin öğretim gördüğü sınıf
- Öğrencinin yaşı
- Öğrencinin cinsiyeti
- Öğrencinin sigara kullanma durumu
- Öğrencinin alkol kullanma durumu
- Öğrencinin konakladığı yer
- Öğrencinin en uzun süre yaşadığı yer
- Öğrencinin aile tipi
- Öğrencinin kardeş sayısı
- Öğrencinin annesinin eğitim durumu

- Öğrencinin babasının eğitim durumu
- Öğrencinin aile gelir düzeyi algısı
- Öğrencinin aile gelir gider dengesi
- Öğrencinin konakladığı yerde internet bağlantısı olma durumu
- Öğrencinin kendine ait bilgisayar olma durumu
- Öğrencinin genellikle internete girdiği cihaz/yer
- Öğrencinin genellikle internet kullanım amacı
- Öğrencinin haftalık internet kullandığı gün sayısı
- Öğrencinin günlük internet kullanım süresi
- Öğrencinin günlük internet kullanım süresi algısı
- Öğrencinin internetten oyun oynama durumu
- Öğrencinin internette geçirdiği toplam sürenin oyun oynayarak geçirdiği bölümü
- Öğrencinin sosyal paylaşım sitelerinden en az birinde hesabı olma durumu
- Öğrencinin günlük sosyal paylaşım sitelerinde harcadığı ortalama süre
- Öğrencinin internette geçirdiği toplam sürenin sosyal paylaşım sitelerinde geçirdiği bölümü
- Öğrencinin arkadaşlık kurma sitelerinde hesabı olma durumu
- Öğrencinin internet bağımlısı olduğunu düşünme durumu
- Öğrencinin internet kullanımı nedeniyle günlük işlerini aksatma durumu
- Öğrencinin internet kullanımı nedeniyle uyku düzeninin bozulma durumu
- Öğrencinin ebeveyninin internet kullanımına kısıtlama getirmesi durumu
- Öğrencinin sağlık algısı
- Öğrencinin derslerindeki başarı durumu algısı
- Öğrencinin aile bireyleriyle ilişki durumu algısı
- Öğrencinin arkadaşlarıyla ilişki durumu algısı
- Öğrencinin İletişim Becerileri Ölçeği toplam puanı
- Öğrencinin İletişim Becerileri Ölçeği “İletişim İlkeleri ve Temel Beceriler” alt alan puanı
- Öğrencinin İletişim Becerileri Ölçeği “Kendini İfade Etme” alt alan puanı
- Öğrencinin İletişim Becerileri Ölçeği “Etkin Dinleme ve Sözel Olmayan İletişim” alt alan puanı

- Öğrencinin İletişim Becerileri Ölçeği “İletişim Kurmaya İsteklilik” alt alan puanı

3.7. Veri Toplama ve Değerlendirme

Veri toplama işlemi; tanımlayıcı bilgi formu (EK-3), “İnternet Bağımlılık Ölçeği” (EK-4) ve “İletişim Becerileri Ölçeği” (EK-5) olmak üzere 3 bölümden oluşan anket gözlem altında uygulanarak gerçekleştirildi. Uygulama öncesinde öğrencilere araştırmanın amacı hakkında bilgi verildi. Anket formunun doldurulması her bir sınıf için ortalama 20 dakika sürdü.

3.7.1. Veri Toplama Araçları

3.7.1.1. Tanımlayıcı Bilgi Formu

Öğrencilerin sosyodemografik özelliklerini sorgulayan 7 soru, aile ile ilgili özelliklerini sorgulayan 6 soru, internet kullanım özelliklerini sorgulayan 7 soru, oyun oynama ve sosyal medya kullanım özelliklerini sorgulayan 6 soru ve internet kullanımıyla ilişkili özellikleri sorgulayan 8 soru olmak üzere toplam 34 sorudan oluşan bir formdur (EK-3).

Aile ile ilgili özelliklerde gelir düzeyi algısı, gelir gider dengesi; internet kullanım özelliklerinde günlük internet kullanım süresi algısı; internet kullanımıyla ilişkili özelliklerde internet bağımlısı olduğunu düşünme durumu, sağlık algısı, derslerindeki başarı durumu algısı, aile bireyleriyle ilişki durumu algısı, arkadaşlarıyla ilişki durumu algısı öğrencilerin kendi ifadelerine göre değerlendirildi.

Verilerin değerlendirilmesi sırasında bazı verilerde yeniden gruplamalar yapıldı: Araştırma grubundaki öğrencilerin yaşları 21’in altı, 21 ve üstü yaş grupları olarak; günlük internet kullanım süreleri 4 saatin altı, 4 saat ve üstü olarak; günlük sosyal paylaşım siteleri kullanım süreleri 3 saatin altı, 3 saat ve üstü olarak; kardeş sayısı 2’nin altı, 2 ve üstü olarak; anne ve baba eğitim durumu 5 yıl ve altı, 6-11 yıl, 12 yıl ve üstü olarak sınıflandırıldı.

3.7.1.2. İnternet Bağımlılık Ölçeği

İnternet Bağımlılık Ölçeği; internet bağımlılığını belirlemek için Nichols ve Nicki (2004) (68) tarafından temel bileşenler analiz (Principle-ComponentnAnalysis) yöntemi ile oluşturulan ve 31 maddeden oluşan bir ölçektir. Ölçeğin iç tutarlılık katsayısı (Cronbach alfa) 0,95, ölçeğe ilişkin varyans ise %46,5 olarak belirlenmiştir (68).

Türkçe'ye Kayri ve Günüş (2009) (66) tarafından uyarlaması yapılan ölçeğin orijinali 31 sorudan oluşmaktadır. Yapılan analizlerde 4. maddeye ait faktör yükünün 0,30'un altında olması nedeniyle ilgili maddenin yapı geçerliliği açısından ölçeğe katkı sağlamadığı belirlenmiştir. Bu sebeple Türkçe uyarlama çalışmasında 4.madde çıkarılarak 30 maddeye indirgenmiştir. Otuz maddelik Türkçe ölçeğin iç tutarlılık katsayısı (Cronbach alfa) 0,93, ölçeğe ilişkin varyans ise %33,959 olarak tespit edilmiştir (66).

Ölçek beşli likert tipi bir ölçek olup, katılımcılardan ölçekte yer alan maddelere "Asla", "Nadiren", "Bazen", "Sıklıkla" ve "Her zaman" seçeneklerinden birini işaretlemesi istenmektedir. Bu seçeneklere sırasıyla 1, 2, 3, 4, 5 puan verilerek ve tüm maddelere verilen puanlar toplanarak ölçek toplam puanı hesaplanmaktadır. Ölçekte yer alan tüm maddeler olumlu olup, ters puanlama yapılan madde bulunmamaktadır. Ölçekten alınabilecek toplam puan 30 ile 150 arasında değişmektedir. 90 ve üzeri puan alanlar internet bağımlısı olabileceği kabul edilmiştir (66).

3.7.1.3. İletişim Becerileri Ölçeği

İletişim Becerileri Ölçeği; Korkut-Owen ve Bugay (2014) (69) tarafından geliştirilen 25 maddeden oluşan beşli likert tipi bir ölçektir. Ölçeğin "İletişim İlkeleri ve Temel Becerileri-İİTB", "Kendini İfade Etme-KİE", "Etkin Dinleme ve Sözel Olmayan İletişim-EDSOİ" ve "İletişim Kurmaya İsteklilik-İKİ" olmak üzere dört alt boyutu vardır. Katılımcılardan ölçekte yer alan sorulara "Hiçbir zaman", "Nadiren", "Bazen", "Sıklıkla", "Her zaman" seçeneklerinden birini işaretlemesi istenmektedir. Bu seçeneklere sırasıyla 1, 2, 3, 4 ve 5 puan verilerek ve tüm maddelere verilen puanlar

toplanarak ölçek puanı hesaplanmaktadır. Bireyin yüksek puan alması iletişim becerisinin daha iyi olduğunun bir göstergesi olarak kabul edilir (69).

3.8. Ön Uygulama

Araştırma öncesinde araştırma evreninin dışında kalan 25 öğrenciye ön uygulama yapıldı. Ön uygulama sonrasında ankette herhangi bir değişiklik yapılmadı.

3.9. İstatistik Analiz

Veri bilgisayar ortamında SPSS 22.0 (Statistical Package for the Social Sciences, Version 22.0) programı kullanılarak değerlendirildi (70). Değişkenlerin normal dağılıma uygunluğu çarpıklık ve basıklık değerleri kullanılarak değerlendirildi. Çarpıklık ve basıklık değerlerinin -1,5 ile 1,5 arasında olduğu durumlarda normal dağılım gösterdiği kabul edildi (71). Tanımlayıcı istatistiklerde sayı, yüzde, ortalama, standart sapma, minimum ve maksimum (min-maks) değerler; tek değişkenli analizlerde ki-kare, bağımsız gruplarda t testi, Pearson korelasyon testi; çok değişkenli analizlerde binary lojistik regresyon analizi kullanıldı. Tüm analizlerde p değerinin 0,05'in altında olduğu durumlar istatistiksel olarak anlamlı kabul edildi. Bulgular bölümünde, analiz sonuçlarında elde edilen p değerlerinin gerçek değerleri verildi. Ancak, p değerinin 0,001'den küçük olduğu durumlar $p < 0,001$ olarak ifade edildi.

Korelasyon derecesi, korelasyon analizleri sonrasında elde edilen korelasyon katsayısı (r) ile ifade edildi. Korelasyon katsayısı değeri -1 ile +1 arasında değişmekle birlikte, mutlak değer 1'e yakın olan durumlar kuvvetli korelasyonu göstermektedir. Korelasyon katsayısına göre korelasyonun derecelendirilmesi aşağıda belirtilmiştir.

0,05-0,30	: Düşük ya da önemsiz korelasyon
0,30-0,40	: Düşük-orta derecede korelasyon
0,40-0,60	: Orta derecede korelasyon
0,60-0,70	: İyi derecede korelasyon
0,70-0,75	: Çok iyi derecede korelasyon
0,75-1,00	: Mükemmel korelasyon (72)

İnternet bağımlılık ölçeğine göre internet bağımlısı olma durumuna etki eden bağımsız prediktörlerin belirlenmesi amacıyla, tek değişkenli analizlerde (univariate) analizlerde anlamlı bulunan olası faktörler modele alınarak, binary lojistik regresyon analizi yapıldı. Modelin uyumunu değerlendirmek için Hosmer-Lemeshow testi kullanıldı. Testin p değerinin 0,05'ten büyük olduğu durum prediksyon durumu yüksek model olarak değerlendirildi (73).

Değişkenler regresyon modeline dahil edilmeden önce; ikili (dikotom) hale dönüştürüldü (günlük internet kullanım süresi için; fazla=1, orta/ az=0, internette geçirilen toplam sürenin oyun oynayarak geçirilen bölümü için; tamamı/ tama yakını/ yarısı/ yarıya yakını=1, hiç/ az bir bölümü=0, sağlık algısı için; kötü=1, iyi/ orta=0, derslerindeki başarı durumu algısı için; kötü=1, iyi/ orta=0, aile bireyleriyle ilişki durumu algısı için; orta/ kötü=1, iyi=0).

3.10. Araştırmanın Zamanlaması

	2016			2017												2018							
	10	11	12	1	2	3	4	5	6	7	8	9	10	11	12	1	2	3	4	5	6	7	
Konu Seçimi																							
Kaynak İnceleme																							
Hazırlık-Ön Çalışma																							
Veri Toplama																							
Analiz																							
Yazım																							

3.11. Araştırmanın Güçlü ve Kısıtlı Yanları

Araştırmada hesaplanan örnek byklgnn önemli bir bölümüne ulaşılması ve internet bağımlılığıyla ilişkili olabileceği düşünülen birçok değişkenin bir arada değerlendirilmesi araştırmanın güçlü yanlarıdır.

Araştırmanın Süleyman Demirel niversitesi birinci ğretim lisans ğrencilerinde yapılması nedeniyle, Süleyman Demirel niversitesi'nde öğrenim gören bütün öğrencileri yansıtması araştırmanın kısıtlı yanıdır. Bu araştırma kesitsel tipte bir araştırma olup, bağımlı değişkenin ve bağımsız değişkenlerin aynı anda değerlendirilmesi sebebiyle neden-sonuç ilişkisi bakımından kısıtlılıkları bulunmaktadır.



4. BULGULAR

Araştırma grubunun sosyodemografik özelliklere göre dağılımı Tablo 2’de yer almaktadır. Grubun %4,9’u hazırlık sınıfında, %20,6’sı 1.sınıfta, %31,0’ı 2.sınıfta, %17,9’u 3.sınıfta, %23,4’ü 4.sınıfta, %2,2’si 5.sınıfta öğretim görmekteydi. Yaş ortalaması $21,1 \pm 1,7$ yıldır (min=18 - maks=32) ve %61,9’u 21 ve üstü yaş grubunda yer almaktaydı. Yüzde 64,1’i kadındır. Araştırma grubunun %26,9’u sigara kullanıyordu. Yüzde 7,6’sı sıklıkla, %29,2’si nadiren alkol kullanıyordu. Grubun %50,9’u öğrenci evi ya da apartta konaklıyordu. Yüzde 34,7’sinin en uzun süre yaşadığı yer büyük kentti.



Tablo 2. Araştırma Grubunun Sosyodemografik Özellikleri

Değişkenler	Sayı	%	
Sınıf	Hazırlık	37	4,9
	1	157	20,6
	2	236	31,0
	3	136	17,9
	4	178	23,4
	5	17	2,2
Yaş	21 ve üstü	471	61,9
	21'in altı	290	38,1
Cinsiyet	Kadın	488	64,1
	Erkek	273	35,9
Sigara Kullanma Durumu	Kullanmıyor	516	67,8
	Kullanıyor	205	26,9
	Bırakmış	40	5,3
Alkol Kullanma Durumu	Kullanmıyor	481	63,2
	Nadiren kullanıyor	222	29,2
	Sıklıkla kullanıyor	58	7,6
Konaklanılan Yer	Öğrenci evi/Apart	387	50,9
	Devlet yurdu	152	20,0
	Özel yurt	149	19,6
	Ev (Aile/Akraba ile birlikte)	73	9,5
En Uzun Süre Yaşanılan Yer	Büyük kent	264	34,7
	Kent	255	33,5
	Köy-Kasaba-İlçe	242	31,8
Toplam	761	100,0	

Araştırma grubunun aile ile ilgili özelliklerine göre dağılımı Tablo 3'de yer almaktadır. Grubun %76,5'i çekirdek ailede yaşamaktaydı. Araştırma grubunun ortalama kardeş sayısı $1,8 \pm 1,2$ 'di ve %95,1'inin en az bir kardeşi vardı. Yüzde 52,2'sinin annesi, %34,7'sinin babası 5 yıl ve altında eğitim almıştı. Yüzde 45,9'unun aile gelir düzey algısı çok iyi/iyiydi ve %61,1'inin aile geliri giderine eşitti.

Tablo 3. Araştırma Grubunun Aile İle İlgili Özellikleri

Değişkenler	Sayı	%
Aile Tipi		
Çekirdek	582	76,5
Geniş	148	19,4
Dağılmış	31	4,1
Kardeş Sayısı		
Yok	37	4,9
1	355	46,6
2	211	27,7
3	98	12,9
4 ve üstü	60	7,9
Anne Eğitim Durumu		
Okuryazar değil	22	2,9
Okuryazar	38	5,0
İlkokul mezunu	337	44,3
Ortaokul mezunu	122	16,0
Lise mezunu	155	20,4
Üniversite mezunu	87	11,4
Baba Eğitim Durumu		
Okuryazar değil	3	0,4
Okuryazar	22	2,9
İlkokul mezunu	239	31,4
Ortaokul mezunu	134	17,6
Lise mezunu	174	22,9
Üniversite mezunu	189	24,8
Aile Gelir Düzey Algısı		
Çok iyi	18	2,4
İyi	331	43,5
Orta	380	49,9
Kötü	28	3,7
Çok kötü	4	0,5
Aile Gelir-Gider Dengesi		
Gelir giderden az	136	17,9
Gelir gidere eşit	465	61,1
Gelir giderden fazla	160	21,0
Toplam	761	100,0

Araştırma grubunun öğrenim gördükleri fakülte ve bölümlere göre dağılımı Tablo 4’de yer almaktadır.

Tablo 4. Araştırma Grubunun Öğrenim Gördükleri Fakülte ve Bölümlere Göre Dağılımı

Fakülte	Bölüm ve Sınıf	Sayı	%
İİBF*	ÇEKO** 2.Sınıf	129	17,0
Mühendislik Fakültesi	İnşaat 2.Sınıf	89	11,7
Hukuk Fakültesi	1.Sınıf	82	10,8
Fen-Edebiyat Fakültesi	Sosyoloji 3.Sınıf	67	8,8
Sağlık Bilimleri Fakültesi	Ebelik 4.Sınıf	58	7,6
Teknoloji Fakültesi	Elektrik-Elektronik 3.Sınıf	44	5,8
Tıp Fakültesi	4.Sınıf Dahiliye	42	5,5
İletişim Fakültesi	Radyo-TV-Sinema 1.Sınıf	41	5,4
İlahiyat Fakültesi	Hazırlık	37	4,9
Ziraat Fakültesi	Bahçe Bitkileri 1.Sınıf	34	4,5
Mühendislik Fakültesi	Kimya 4.Sınıf	29	3,8
Orman Fakültesi	Orman Endüstri Müh. 4.Sınıf	27	3,5
Eğitim Fakültesi	Sosyal Bilgiler 3.Sınıf	25	3,3
Mimarlık Fakültesi	Peyzaj 2.Sınıf	18	2,4
Güzel Sanatlar Fakültesi	Grafik Tasarım 4.Sınıf	17	2,2
Diş Hekimliği Fakültesi	5.Sınıf Çene Cerrahisi	9	1,2
Diş Hekimliği Fakültesi	5.Sınıf Ortodonti	8	1,0
Spor Bilimleri Fakültesi	4.Sınıf Tekvando	5	0,6
Toplam		761	100,0

* İktisadi ve İdari Bilimler Fakültesi

** Çalışma Ekonomisi Bölümü

Araştırma grubunun internet kullanım özelliklerine göre dağılımı Tablo 5’de yer almaktadır. Grubun %97,0’ının konakladığı yerde internet bağlantısı vardı. Yüzde 78,3’ünün kendisine ait bir bilgisayarı vardı. Yüzde 80,9’unun internete bağlandığı cihaz genellikle cep telefonuydu. Grubun %55,1’inin internet kullanım amacı genellikle sosyal ağlara bağlanmaktı. Yüzde 91,1’i haftanın her günü internete bağlanmaktaydı. Araştırma grubunun ortalama günlük internet kullanım süresi $4,3 \pm 2,8$ saatti (min=0 - maks=11) ve %52,0’ının günlük internet kullanım süresi 4 saat ve üstündeydi. Yüzde 51,1’inin günlük internet kullanım süresi algısı çok fazla/fazlaydı.



Tablo 5. Araştırma Grubunun İnternet Kullanım Özellikleri

Değişkenler	Sayı	%
Konaklanılan Yerde İnternet Bağlantısı Olma Durumu		
Var	738	97,0
Yok	23	3,0
Kendine Ait Bilgisayarı Olma Durumu		
Var	596	78,3
Yok	165	21,7
Genellikle İnternete Girilen Cihaz/Yer		
Cep telefonundan	615	80,9
Ev bilgisayarından	144	18,9
Okul bilgisayarından	1	0,1
İnternet kafeden	1	0,1
Genellikle İnternet Kullanım Amacı		
Sosyal ağ kullanımı	419	55,1
İnternette gezinti	101	13,3
Film seyretmek/Müzik dinlemek	87	11,4
Mesaj/E-posta	76	10,0
Haber okumak/Ödev yapmak	48	6,3
Oyun oynamak	30	3,9
Haftalık İnternet Kullanılan Gün Sayısı		
Haftanın her günü	693	91,1
Haftanın bazı günleri	68	8,9
Günlük İnternet Kullanım Süresi		
4 saat ve üstü	396	52,0
4 saatin altı	365	48,0
Günlük İnternet Kullanım Süresi Algısı		
Çok fazla	105	13,8
Fazla	284	37,3
Orta	324	42,6
Az	45	5,9
Çok az	3	0,4
Toplam	761	100,0

Araştırma grubunun oyun oynama ve sosyal medya kullanım özelliklerine göre dağılımı Tablo 6'da yer almaktadır. Grubun %32,2'si internet üzerinden oyun oynamaktaydı. Yüzde 3,2'si internette geçirdiği sürenin tamamını/tamamına yakınını, %14,8'i yarısını/yarıya yakınını oyun oynayarak geçirmekteydi. Yüzde 90,9'u sosyal paylaşım sitelerinden en az birine üyeydi. Araştırma grubunun ortalama günlük sosyal paylaşım siteleri kullanım süresi $4,3 \pm 2,8$ saati (min=0 - maks=20) ve %41,5'inin günlük sosyal paylaşım siteleri kullanım süresi 3 saat ve üstündeydi. Yüzde 26,4'ü internette geçirdiği sürenin tamamını/tamamına yakınını, %52,7'si yarısını/yarıya yakınını sosyal paylaşım sitelerinde geçirmekteydi. Grubun %21,6'sı arkadaşlık kurma sitelerine üyeydi.



Tablo 6. Araştırma Grubunun Oyun Oynama ve Sosyal Medya Kullanım Özellikleri

Değişkenler	Sayı	%
İnternette Oyun Oynama Durumu		
Oynamıyor	516	67,8
Oynuyor	245	32,2
İnternette Geçirilen Toplam Sürenin Oyun Oynayarak Geçirilen Bölümü		
Hiç/Az bir bölümü	624	82,0
Yarısı/Yarıya yakını	113	14,8
Tamamı/Tamamına yakını	24	3,2
Sosyal Paylaşım Sitelerinden En Az Birinde Hesabı Olma Durumu		
Var	692	90,9
Yok	69	9,1
Günlük Sosyal Paylaşım Sitelerinde Harcanan Ortalama Süre		
3 saatin altı	445	58,5
3 saat ve üstü	316	41,5
İnternette Geçirilen Toplam Sürenin Sosyal Paylaşım Sitelerinde Geçirilen Bölümü		
Hiç/Az bir bölümü	159	20,9
Yarısı/Yarıya yakını	401	52,7
Tamamı/Tamamına yakını	201	26,4
Arkadaşlık Kurma Sitelerinde Hesabı Olma Durumu		
Yok	597	78,4
Var	164	21,6
Toplam	761	100,0

Araştırma grubunun internet kullanımıyla ilişkili özelliklerine göre dağılımı Tablo 7’de yer almaktadır. Grubun %27,7’si internet bağımlısı olduğunu düşünmekteydi. Yüzde 14,0’ı internet kullanımı nedeniyle günlük işlerini aksatmaktaydı. Yüzde 23,9’unun internet kullanımına bağlı olarak uyku düzeni bozulmuştu. Yüzde 10,2’sinin ebeveyni internet kullanımına kısıtlama getirmişti. Araştırma grubunun %69,4’ünün sağlık algısı, %45,9’unun derslerindeki başarı durumu algısı çok iyi/iyiydi. Yüzde 90,8’inin aile bireyleriyle, %87,8’inin arkadaşlarıyla ilişki durumu algısı çok iyi/iyiydi.



Tablo 7. Araştırma Grubunun İnternet Kullanımıyla İlişkili Özellikleri

Değişkenler	Sayı	%
İnternet Bağımlısı Olduğunu Düşünme Durumu		
Hayır	550	72,3
Evet	211	27,7
İnternet Kullanımı Nedeniyle Günlük İşlerini Aksatma Durumu		
Hayır	359	47,2
Kısmen	295	38,8
Evet	107	14,0
İnternet Kullanımı Nedeniyle Uyku Düzeni Bozulma Durumu		
Hayır	351	46,1
Kısmen	228	30,0
Evet	182	23,9
Ebeveynlerinin İnternet Kullanımına Kısıtlama Getirmesi Durumu		
Hayır	683	89,8
Evet	78	10,2
Sağlık Algısı		
Çok iyi	82	10,8
İyi	446	58,6
Orta	206	27,1
Kötü	23	3,0
Çok kötü	4	0,5
Derslerindeki Başarı Durumu Algısı		
Çok iyi	33	4,4
İyi	316	41,5
Orta	358	47,0
Kötü	48	6,3
Çok kötü	6	0,8
Aile Bireyleriyle İlişki Durumu Algısı		
Çok iyi	368	48,4
İyi	323	42,4
Orta	51	6,7
Kötü	14	1,8
Çok kötü	5	0,7
Arkadaşlarıyla İlişki Durumu Algısı		
Çok iyi	191	25,1
İyi	477	62,7
Orta	80	10,5
Kötü	6	0,8
Çok kötü	7	0,9
Toplam	761	100,0

Araştırma grubunun araştırmada kullanılan ölçeklerden aldıkları puanların ortalamaları Tablo 8’de yer almaktadır. Grubun İnternet Bağımlılık Ölçeği puan ortalaması $67,8 \pm 20,9$ (min=30 – maks=142) ve İletişim Becerileri Ölçeği puan ortalaması $97,7 \pm 13,3$ (min=25 – maks=125) olarak belirlenmiştir.

Tablo 8. Araştırma Grubunun Araştırmada Kullanılan Ölçeklerden Aldıkları Puanların Ortalamaları

Ölçek Puanları	Min	Maks	Ort±SS
İnternet Bağımlılık Ölçeği Toplam Puanı	30	142	$67,8 \pm 20,9$
İletişim Becerileri Ölçeği Toplam Puanı	25	125	$97,7 \pm 13,3$
İletişim Becerileri Ölçeği Alt Alan Puanları			
“İletişim İlkeleri ve Temel Beceriler”	10	50	$39,2 \pm 5,7$
“Kendini İfade Etme”	4	20	$15,8 \pm 3,0$
“Etkin Dinleme ve Sözel Olmayan İletişim”	6	30	$23,8 \pm 4,0$
“İletişim Kurmaya İsteklilik”	5	25	$18,9 \pm 3,2$

Min: Minimum, Maks: Maksimum, Ort: Ortalama, SS: Standart Sapma

Araştırma grubunun İnternet Bağımlılık Ölçeğine göre internet bağımlısı olma durumu Tablo 9’da yer almaktadır. Grubun internet bağımlılığı sıklığı %16,2 olarak belirlenmiştir.

Tablo 9. Araştırma Grubunun İnternet Bağımlılık Ölçeğine Göre İnternet Bağımlısı Olma Durumu

Değişken	Sayı	%
İnternet Bağımlısı Olma Durumu		
Bağımlı değil	638	83,8
Bağımlı	123	16,2
Toplam	761	100,0

Araştırma grubunun İnternet Bağımlılık Ölçeğine göre bağımlı olma durumunun öğrenim gördükleri fakültelere göre dağılımı Tablo 10’da yer almaktadır.

Tablo 10. Araştırma Grubunun İnternet Bağımlılık Ölçeğine Göre Bağımlı Olma Durumunun Öğrenim Gördükleri Fakülteleere Göre Dağılımı

Fakülte	Sayı	% ¹	İnternet Bağımlılık Ölçeğine Göre			
			Bağımlı		Bağımlı Değil	
			Sayı	% ²	Sayı	% ²
İİBF*	129	17,0	33	25,6	96	74,4
Mühendislik Fakültesi	118	15,5	14	11,9	104	88,1
Hukuk Fakültesi	82	10,8	10	12,2	72	87,8
Fen-Edebiyat Fakültesi	67	8,8	6	9,0	61	91,0
Sağlık Bilimleri Fakültesi	58	7,6	8	13,8	50	86,2
Teknoloji Fakültesi	44	5,8	9	20,5	35	79,5
Tıp Fakültesi	42	5,5	6	14,3	36	85,7
İletişim Fakültesi	41	5,4	8	19,5	33	80,5
İlahiyat Fakültesi	37	4,9	8	21,6	29	78,4
Ziraat Fakültesi	34	4,5	2	5,9	32	94,1
Orman Fakültesi	27	3,5	4	14,8	23	85,2
Eğitim Fakültesi	25	3,3	6	24,0	19	76,0
Mimarlık Fakültesi	18	2,4	3	16,7	15	83,3
Güzel Sanatlar Fakültesi	17	2,2	0	0,0	17	100,0
Diş Hekimliği Fakültesi	17	2,2	2	11,8	15	88,2
Spor Bilimleri Fakültesi	5	0,6	4	80,0	1	20,0
Toplam	761	100,0	123	16,2	638	83,8

* İktisadi ve İdari Bilimler Fakültesi

¹ Sütün yüzdesi

² Satır yüzdesi

Araştırma grubunun İnternet Bağımlılık Ölçeğine göre bağımlı olma durumunun sosyodemografik özelliklere göre dağılımı Tablo 11’de yer almaktadır. Erkeklerin internet bağımlılığı sıklığı (%23,1) kadınlardan (%12,3) daha yüksekti ($p < 0,001$). Sınıf, yaş grubu, sigara kullanma durumu, alkol kullanma durumu, konaklanılan yer, en uzun süre yaşanan yer ile internet bağımlısı olma durumu arasında anlamlı bir ilişki belirlenmedi (sırasıyla $p = 0,136$, $p = 0,860$, $p = 0,218$, $p = 0,110$, $p = 0,462$, $p = 0,196$).

Tablo 11. Araştırma Grubunun İnternet Bağımlılık Ölçeğine Göre Bağımlı Olma Durumunun Sosyodemografik Özelliklerine Göre Dağılımı

Sosyodemografik Özellikler	Sayı	% ¹	İnternet Bağımlılık Ölçeğine Göre				
			Bağımlı		Bağımlı Değil		
			Sayı	% ²	Sayı	% ²	
Sınıf							
3'ün altı	430	56,5	77	17,9	353	82,1	
3 ve üstü	331	43,5	46	13,9	285	86,1	
$\chi^2=2,219, p=0,136$							
Yaş							
21 ve üstü	471	61,9	77	16,3	394	83,7	
21'in altı	290	38,1	46	15,9	244	84,1	
$\chi^2=0,031, p=0,860$							
Cinsiyet							
Kadın	488	64,1	60	12,3	428	87,7	
Erkek	273	35,9	63	23,1	210	76,9	
$\chi^2=15,019, p<0,001$							
Sigara Kullanma Durumu							
Kullanmıyor	516	67,8	76	14,7	440	85,3	
Kullanıyor	205	26,9	41	20,0	164	80,0	
Bırakmış	40	5,3	6	15,0	34	85,0	
$\chi^2=3,051, p=0,218$							
Alkol Kullanma Durumu							
Kullanmıyor	481	63,2	75	15,6	406	84,4	
Nadiren Kullanıyor	222	29,2	33	14,9	189	85,1	
Sıklıkla Kullanıyor	58	7,6	15	25,9	43	74,1	
$\chi^2=4,418, p=0,110$							
Konaklanılan Yer							
Yurt/Öğrenci evi /Apart	688	90,5	109	15,8	579	84,2	
Aile/Akraba ile birlikte	73	9,5	14	19,2	59	80,8	
$\chi^2=0,542, p=0,462$							
En Uzun Süre Yaşanılan Yer							
Kent	519	68,2	90	17,3	429	82,7	
İlçe/Kasaba/Köy	242	31,8	33	13,6	209	86,4	
$\chi^2=1,672, p=0,196$							
Toplam	761	100,0	123	16,2	638	83,8	

¹ Sütün yüzdesi

² Satır yüzdesi

Araştırma grubunun İnternet Bağımlılık Ölçeğine göre bağımlı olma durumunun aile ile ilgili özelliklere göre dağılımı Tablo 12’de yer almaktadır. Aile tipi, kardeş sayısı, anne eğitim durumu, baba eğitim durumu, aile gelir durumu algısı, aile gelir gider dengesi ile internet bağımlısı olma durumu arasında anlamlı bir ilişki belirlenmedi (sırasıyla p=0,871, p=0,746, p=0,245, p=0,618, p=0,163, p=0,242).

Tablo 12. Araştırma Grubunun İnternet Bağımlılık Ölçeğine Göre Bağımlı Olma Durumunun Aile İle İlgili Özelliklere Göre Dağılımı

Aile İle İlgili Özellikler	Sayı	% ¹	İnternet Bağımlılık Ölçeğine Göre				
			Bağımlı		Bağımlı Değil		
			Sayı	% ²	Sayı	% ²	
Aile Tipi							
Çekirdek	582	76,5	94	16,2	488	83,8	
Geniş	148	19,4	23	15,5	125	84,5	
Dağılmış	31	4,1	6	19,4	25	80,6	
$\chi^2=0,275, p=0,871$							
Kardeş Sayısı							
2'nin altı	392	51,5	65	16,6	327	83,4	
2 ve üstü	369	48,5	58	15,7	311	84,3	
$\chi^2=0,105, p=0,746$							
Anne Eğitim Durumu							
5 yıl ve altı	397	52,2	58	14,6	339	85,4	
6-11 yıl	277	36,4	46	16,6	231	83,4	
12 yıl ve üstü	87	11,4	19	21,8	68	78,2	
$\chi^2=2,816, p=0,245$							
Baba Eğitim Durumu							
5 yıl ve altı	264	34,7	38	14,4	226	85,6	
6-11 yıl	308	40,5	52	16,9	256	83,1	
12 yıl ve üstü	189	24,8	33	17,5	156	82,5	
$\chi^2=0,962, p=0,618$							
Aile Gelir Durumu Algısı							
İyi	349	45,9	53	15,2	296	84,8	
Orta	380	49,9	61	16,1	319	83,9	
Kötü	32	4,2	9	28,1	23	71,9	
$\chi^2=3,628, p=0,163$							
Aile Gelir Gider Dengesi							
Gelir giderden az	136	17,9	28	20,6	108	79,4	
Gelir gidere eşit	465	61,1	68	14,6	397	85,4	
Gelir giderden fazla	160	21,0	27	16,9	133	83,1	
$\chi^2=2,838, p=0,242$							
Toplam	761	100,0	123	16,2	638	83,8	

¹ Sütün yüzdesi

² Satır yüzdesi

Araştırma grubunun İnternet Bağımlılık Ölçeğine göre bağımlı olma durumunun internet kullanım özelliklerine göre dağılımı Tablo 13’de yer almaktadır. İnternete genellikle bilgisayar ile bağlananların internet bağımlılığı sıklığı (%24,0) cep telefonu ile bağlanılardan (%14,3) daha yüksekti ($p=0,004$). Günlük internet kullanım süresi 4 saat ve üstünde olanların internet bağımlılığı sıklığı (%23,0) 4 saatin altında olanlardan (%8,8) daha yüksekti ($p<0,001$). Günlük internet kullanım süresi algısına göre internet bağımlısı olma durumu anlamlı farklılık göstermekteydi ($p<0,001$) ve farklılığı oluşturan grubun günlük internet kullanım süresi algısı fazla olan grup olduğu belirlendi. Konaklanılan yerde internet bağlantısı olma durumu, kendine ait bilgisayarı olma durumu, genellikle internet kullanım amacı, haftalık internet kullanılan gün sayısı ile internet bağımlısı olma durumu arasında anlamlı bir ilişki belirlenmedi (sırasıyla $p=0,680$, $p=0,690$, $p=0,137$, $p=0,168$).

Tablo 13. Araştırma Grubunun İnternet Bağımlılık Ölçeğine Göre Bağımlı Olma Durumunun İnternet Kullanım Özelliklerine Göre Dağılımı

İnternet Kullanım Özellikleri	Sayı	% ¹	İnternet Bağımlılık Ölçeğine Göre				
			Bağımlı		Bağımlı Değil		
			Sayı	% ²	Sayı	% ²	
Konaklanılan Yerde İnternet Bağlantısı Olma Durumu							
Var	738	97,0	120	16,3	618	83,7	
Yok	23	3,0	3	13,0	20	87,0	
$\chi^2=0,170, p=0,680$							
Kendine Ait Bilgisayarı Olma Durumu							
Var	596	78,3	98	16,4	498	83,6	
Yok	165	21,7	25	15,2	140	84,8	
$\chi^2=0,159, p=0,690$							
Genellikle İnternete Girilen Cihaz							
Cep telefonu	615	80,9	88	14,3	527	85,7	
Bilgisayar	146	19,1	35	24,0	111	76,0	
$\chi^2=8,131, p=0,004$							
Genellikle İnternet Kullanım Amacı							
Sosyal medya/ Oyun Oynama	449	59,0	80	17,8	369	82,2	
Diğer*	312	41,0	43	13,8	269	86,2	
$\chi^2=2,212, p=0,137$							
Haftalık İnternet Kullanılan Gün Sayısı							
Haftanın her günü	693	91,1	116	16,7	577	83,3	
Haftanın bazı günleri	68	8,9	7	10,3	61	89,7	
$\chi^2=1,898, p=0,168$							
Günlük İnternet Kullanım Süresi							
4 saat ve üstü	396	52,0	91	23,0	305	77,0	
4 saatin altı	365	48,0	32	8,8	333	91,2	
$\chi^2=28,314, p<0,001$							
Günlük İnternet Kullanım Süresi Algısı							
Fazla	389	51,1	83	21,3	306	78,7	
Orta	324	42,6	35	10,8	289	89,2	
Az	48	6,3	5	10,4	43	89,6	
$\chi^2=15,725, p<0,001$							
Toplam	761	100,0	123	16,2	638	83,8	

* Diğer: İnternette gezinti
Film seyretmek/Müzik dinlemek
Mesaj/E-posta
Haber okumak/Ödev yapmak seçeneklerinden birisi

¹ Sütun yüzdesi

² Satır yüzdesi

Araştırma grubunun İnternet Bağımlılık Ölçeğine göre bağımlı olma durumunun oyun oynama ve sosyal medya kullanım özelliklerine göre dağılımı Tablo 14’de yer almaktadır. İnternette oyun oynayanların internet bağımlılığı sıklığı (%21,6) oynamayanlardan (%13,6) daha yüksekti ($p=0,005$). İnternette geçirilen toplam sürenin oyun oynayarak geçirilen bölümüne göre internet bağımlısı olma durumu anlamlı farklılık göstermekteydi ($p<0,001$) ve farklılığı oluşturan grubun internette geçirdiği sürenin hiç/az bir bölümünü oyun oynayarak geçiren grup olduğu belirlendi. Günlük sosyal paylaşım sitelerinde 3 saat ve üstünde zaman geçirenlerin internet bağımlılığı sıklığı (%21,2) 3 saatin altında zaman geçirenlerden (%12,6) daha yüksekti ($p=0,001$). Arkadaşlık kurma sitelerinde hesabı olanların internet bağımlılığı sıklığı (%24,4) olmayanlardan (%13,9) daha yüksekti ($p=0,001$). Sosyal paylaşım sitelerinden en az birinde hesabı olma durumu, internette geçirilen toplam sürenin sosyal paylaşım sitelerinde geçirilen bölümü ile internet bağımlısı olma durumu arasında anlamlı bir ilişki belirlenmedi (sırasıyla $p=0,958$, $p=0,804$).

Tablo 14. Araştırma Grubunun İnternet Bağımlılık Ölçeğine Göre Bağımlı Olma Durumunun Oyun Oynama ve Sosyal Medya Kullanım Özelliklerine Göre Dağılımı

Oyun Oynama ve Sosyal Medya Kullanım Özellikleri	Sayı	% ¹	İnternet Bağımlılık Ölçeğine Göre				
			Bağımlı		Bağımlı Değil		
			Sayı	% ²	Sayı	% ²	
İnternette Oyun Oynama Durumu							
Oynamıyor	516	67,8	70	13,6	446	86,4	
Oynuyor	245	32,2	53	21,6	192	78,4	
$\chi^2=7,978, p=0,005$							
İnternette Geçirilen Toplam Sürenin Oyun Oynayarak Geçirilen Bölümü							
Hiç/Az bir bölümü	624	82,0	83	13,3	541	86,7	
Yarısı/ Yarıya yakını	113	14,8	34	30,1	79	69,9	
Tamamı/ Tamamına yakını	24	3,2	6	25,0	18	75,0	
$\chi^2=21,326, p<0,001$							
Sosyal Paylaşım Sitelerinden En Az Birinde Hesabı Olma Durumu							
Var	692	90,9	112	16,2	580	83,8	
Yok	69	9,1	11	15,9	58	84,1	
$\chi^2=0,003, p=0,958$							
Günlük Sosyal Paylaşım Sitelerinde Harcanan Ortalama Süre							
3 saatin altı	445	58,5	56	12,6	389	87,4	
3 saat ve üstü	316	41,5	67	21,2	249	78,8	
$\chi^2=10,129, p=0,001$							
İnternette Geçirilen Toplam Sürenin Sosyal Paylaşım Sitelerinde Geçirilen Bölümü							
Hiç/Az bir bölümü	159	20,9	23	14,5	136	85,5	
Yarısı/Yarıya yakını	401	52,7	67	16,7	334	83,3	
Tamamı/ Tamamına yakını	201	26,4	33	16,4	168	83,6	
$\chi^2=0,436, p=0,804$							
Arkadaşlık Kurma Sitelerinde Hesabı Olma Durumu							
Yok	597	78,4	83	13,9	514	86,1	
Var	164	21,6	40	24,4	124	75,6	
$\chi^2=10,443, p=0,001$							
Toplam	761	100,0	123	16,2	638	83,8	

¹ Sütün yüzdesi

² Satır yüzdesi

Araştırma grubunun İnternet Bağımlılık Ölçeğine göre bağımlı olma durumunun internet kullanımıyla ilişkili özelliklere göre dağılımı Tablo 15’de yer almaktadır. İnternet bağımlısı olduğunu düşünenlerin internet bağımlılığı sıklığı (%33,6) düşünmeyenlerden (%9,5) daha yüksekti ($p<0,001$). İnternet kullanımı nedeniyle günlük işlerini aksatanların internet bağımlılığı sıklığı (%22,9) aksatmayanlardan (%8,6) daha yüksekti ($p<0,001$). İnternet kullanımı nedeniyle uyku düzeni bozulanların internet bağımlılığı sıklığı (%22,7) bozulmayanlardan (%8,5) daha yüksekti ($p<0,001$). Ebeveynleri tarafından internet kullanımına kısıtlama getirilenlerin internet bağımlılığı sıklığı (%29,5) getirilmeyenlerden (%14,6) daha yüksekti ($p=0,001$). Sağlık algısına göre internet bağımlısı olma durumu anlamlı farklılık göstermekteydi ($p=0,005$) ve farklılığı oluşturan grubun sağlık algısı kötü olan grup olduğu belirlendi. Derslerindeki başarı durumu algısına göre internet bağımlısı olma durumu anlamlı farklılık göstermekteydi ($p=0,049$) ve farklılığı oluşturan grubun derslerindeki başarı durumu algısı kötü olan grup olduğu belirlendi. Aile bireyleriyle ilişki durumu algısına göre internet bağımlısı olma durumu anlamlı farklılık göstermekteydi ($p=0,004$) ve farklılığı oluşturan grubun aile bireyleriyle ilişki durumu algısı iyi olan grup olduğu belirlendi. Arkadaşlarıyla ilişki durumu algısı ile internet bağımlısı olma durumu arasında anlamlı bir ilişki belirlenmedi ($p=0,200$).

Tablo 15. Araştırma Grubunun İnternet Bağımlılık Ölçeğine Göre Bağımlı Olma Durumunun İnternet Kullanımıyla İlişkili Özelliklere Göre Dağılımı

İnternet Kullanımıyla İlişkili Özellikler	Sayı	% ¹	İnternet Bağımlılık Ölçeğine Göre				
			Bağımlı		Bağımlı Değil		
			Sayı	% ²	Sayı	% ²	
İnternet Bağımlısı Olduğunu Düşünme Durumu							
Hayır	550	72,3	52	9,5	498	90,5	
Evet	211	27,7	71	33,6	140	66,4	
			$\chi^2=65,879, p<0,001$				
İnternet Kullanımı Nedeniyle Günlük İşlerini Aksatma Durumu							
Hayır	359	47,2	31	8,6	328	91,4	
Evet	402	52,8	92	22,9	310	77,1	
			$\chi^2=28,421, p<0,001$				
İnternet Kullanımı Nedeniyle Uyku Düzeni Bozulma Durumu							
Hayır	351	46,1	30	8,5	321	91,5	
Evet	410	53,9	93	22,7	317	77,3	
			$\chi^2=27,887, p<0,001$				
Ebeveynlerinin İnternet Kullanımına Kısıtlama Getirmesi Durumu							
Hayır	683	89,8	100	14,6	583	85,4	
Evet	78	10,2	23	29,5	55	70,5	
			$\chi^2=11,386, p=0,001$				
Sağlık Algısı							
İyi	528	69,4	87	16,5	441	83,5	
Orta	206	27,1	36	15,5	197	84,5	
Kötü	27	3,5	10	37,0	17	63,0	
			$\chi^2=10,627, p=0,005$				
Derslerindeki Başarı Durumu Algısı							
İyi	349	45,9	51	14,6	298	85,4	
Orta	358	47,0	57	15,9	301	84,1	
Kötü	54	7,1	15	27,8	39	72,2	
			$\chi^2=6,010, p=0,049$				
Aile Bireyleriyle İlişki Durumu Algısı							
İyi	691	90,8	102	14,8	589	85,2	
Orta	51	6,7	16	31,4	35	68,6	
Kötü	19	2,5	5	26,3	14	73,7	
			$\chi^2=11,154, p=0,004$				
Arkadaşlarıyla İlişki Durumu Algısı							
İyi	668	87,8	102	15,3	566	84,7	
Orta	80	10,5	18	22,5	62	77,5	
Kötü	13	1,7	3	23,1	10	76,9	
			$\chi^2=3,223, p=0,200$				
Toplam	761	100,0	123	16,2	638	83,8	

¹ Sütün yüzdesi

² Satır yüzdesi

Araştırma grubunun İnternet Bağımlılık Ölçeğine göre bağımlı olma durumunun İletişim Becerileri Ölçeği puan ortalaması ve alt alanları puan ortalamalarına göre dağılımı Tablo 16’da yer almaktadır. İnternet bağımlılığı olanların İletişim Becerileri Ölçeği “*Kendini İfade Etme*” alt alanı puanı (15,1±3,2) internet bağımlılığı olmayanlardan (15,9±3,0) daha düşüktü (p=0,004). İletişim Becerileri Ölçeği toplam puanı ve İletişim Becerileri Ölçeği “*İletişim İlkeleri ve Temel Beceriler*”, “*Etkin Dinleme ve Sözel Olmayan İletişim*”, “*İletişim Kurmaya İsteklilik*” alt alan puanları ile internet bağımlısı olma durumu arasında anlamlı bir ilişki belirlenmedi (sırasıyla p=0,062, p=0,078, p=0,319, p=0,532).

Tablo 16. Araştırma Grubunun İnternet Bağımlılık Ölçeğine Göre Bağımlı Olma Durumunun İletişim Becerileri Ölçeği Puan Ortalaması ve Alt Alanları Puan Ortalamalarına Göre Dağılımı

Ölçek Puanları	Toplam Ort±SS*	İnternet Bağımlılık Ölçeğine Göre		p
		Bağımlı Ort±SS*	Bağımlı Değil Ort±SS*	
İletişim Becerileri Ölçeği Toplam Puanı	97,7±13,3	95,7±13,7	98,1±13,2	0,062
İletişim Becerileri Ölçeği Alt Alan Puanları				
“İletişim İlkeleri ve Temel Beceriler”	39,2±5,7	38,4±6,2	39,4±5,6	0,078
“Kendini İfade Etme”	15,8±3,0	15,1±3,2	15,9±3,0	0,004
“Etkin Dinleme ve Sözel Olmayan İletişim”	23,8±4,0	23,4±4,0	23,8±4,0	0,319
“İletişim Kurmaya İsteklilik”	18,9±3,2	18,7±3,4	18,9±3,2	0,532

* Ort±SS: Ortalama ± Standart Sapma

Araştırma grubunun araştırmada kullanılan ölçeklerden aldıkları puanların korelasyonu Tablo 17’de yer almaktadır. İnternet Bağımlılık Ölçeği toplam puanı, İletişim Becerileri Ölçeği toplam puanı ve İletişim Becerileri Ölçeği alt alan puanları ile negatif yönde anlamlı korelasyon göstermekteydi (r ve p değerleri için bakınız Tablo 17).

İletişim Becerileri Ölçeği toplam puanı, İletişim Becerileri Ölçeği alt alan puanları ile pozitif yönde anlamlı korelasyon göstermekteydi (r ve p değerleri için bakınız Tablo 17). İletişim Becerileri Ölçeği alt alan puanları kendi aralarında pozitif yönde anlamlı korelasyon göstermekteydi (r ve p değerleri için bakınız Tablo 17).



Tablo 17. Araştırmada Kullanılan Ölçek Puanlarının Korelasyonları

Değişkenler	İnternet Bağımlılık Ölçeği Toplam Puanı		İletişim Becerileri Ölçeği Toplam Puanı		“İletişim İlkeleri ve Temel Beceriler”		“Kendini İfade Etme”		“Etkin Dinleme ve Sözel Olmayan İletişim”		“İletişim Kurmaya İsteklilik”	
	r*	P	r*	P	r*	P	r*	P	r*	P	r*	P
İnternet Bağımlılık Ölçeği Toplam Puanı	1		-0,198	<0,001	-0,193	<0,001	-0,200	<0,001	-0,164	<0,001	-0,087	0,017
İletişim Becerileri Ölçeği Toplam Puanı			1		0,879	<0,001	0,789	<0,001	0,861	<0,001	0,765	<0,001
“İletişim İlkeleri ve Temel Beceriler”					1		0,536	<0,001	0,670	<0,001	0,522	<0,001
“Kendini İfade Etme”							1		0,627	<0,001	0,595	<0,001
“Etkin Dinleme ve Sözel Olmayan İletişim”									1		0,545	<0,001
“İletişim Kurmaya İsteklilik”											1	

* r: Pearson korelasyon katsayısı

Tek değişkenli analizlerde anlamlı bulunan değişkenler (cinsiyet, genellikle internete girilen cihaz, günlük internet kullanım süresi, günlük internet kullanım süresi algısı, internette oyun oynama durumu, internette geçirilen toplam sürenin oyun oynayarak geçirilen bölümü, günlük sosyal paylaşım sitelerinde harcanan ortalama süre, arkadaşlık kurma sitelerinde hesabı olma durumu, internet bağımlısı olduğunu düşünme durumu, internet kullanımı nedeniyle günlük işlerini aksatma durumu, internet kullanımı nedeniyle uyku düzeni bozulma durumu, ebeveynlerinin internet kullanımına kısıtlama getirmesi durumu, sağlık algısı, derslerindeki başarı durumu algısı, aile bireyleri ile ilişki durumu algısı, kendini ifade etme ölçek puanı) lojistik regresyon modeline alınarak internet bağımlısı olma durumuna etki eden değişkenler değerlendirildi. Modelin uyumunu değerlendirmek için kullanılan Hosmer-Lemeshow testinin p değerinin 0,688 olması nedeniyle modelin öngörüsü yüksek olarak yorumlandı.

Modele alınan değişkenlerden erkek olmanın (OR=1,9, %95 GA=1,1-3,1, p=0,014), genellikle internete bilgisayar aracılığı ile girmenin (OR=1,9, %95 GA=1,1-3,3, p=0,024), günlük internet kullanım süresinin 4 saat ve üstünde olmasının (OR=2,1, %95 GA=1,2-3,7, p=0,007), internet bağımlısı olduğunu düşünmesinin (OR=3,2, %95 GA=1,9-5,3, p<0,001), internet kullanımı nedeniyle günlük işlerini aksatmasının (OR=1,8, %95 GA=1,0-3,1, p=0,040), ebeveynlerinin internet kullanımına kısıtlama getirmesinin (OR=2,3, %95 GA=1,3-4,2, p=0,007), kötü düzeyde sağlık algısına sahip olmasının (OR=3,5, %95 GA=1,3-9,7, p=0,015) internet bağımlılığı açısından risk faktörleri olabileceği belirlendi (Tablo 18).

Tablo 18. Araştırma Grubunun İnternet Bağımlılığı ile İlişkili Değişkenlerle Oluşturulan Regresyon Modeli Sonuçları

Analize Alınan Değişkenler	P*	OR ¹ (%95 GA ²)
Cinsiyet (Erkek=1, Kadın=0)	0,014	1,9 (1,1-3,1)
Genellikle İnternete Girilen Cihaz (Bilgisayar=1, Cep telefonu=0)	0,024	1,9 (1,1-3,3)
Günlük İnternet Kullanım Süresi (4 saat ve üstü=1, 4 saatin altı=0)	0,007	2,1 (1,2-3,7)
Günlük İnternet Kullanım Süresi Algısı (Fazla=1, Orta/Az=0)	0,401	0,8 (0,5-1,4)
İnternette Oyun Oynama Durumu (Oynuyor=1, Oynamıyor=0)	0,620	0,9 (0,5-1,6)
İnternette Geçirilen Toplam Sürenin Oyun Oynayarak Geçirilen Bölümü (Tamamı/Tama yakını/Yarısı/Yarıya yakını=1, Hiç/Az bir bölümü=0)	0,156	1,7 (0,8-3,4)
Günlük Sosyal Paylaşım Sitelerinde Harcanan Ortalama Süre (3 saat ve üstü=1, 3 saatin altı=0)	0,220	1,4 (0,8-2,3)
Arkadaşlık Kurma Sitelerinde Hesabı Olma Durumu (Var=1, Yok=0)	0,180	1,4 (0,9-2,3)
İnternet Bağımlısı Olduğunu Düşünme Durumu (Evet=1, Hayır=0)	<0,001	3,2 (1,9-5,3)
İnternet Kullanımı Nedeniyle Günlük İşlerini Aksatma Durumu (Evet=1, Hayır=0)	0,040	1,8 (1,0-3,1)
İnternet Kullanımı Nedeniyle Uyku Düzeni Bozulma Durumu (Evet=1, Hayır=0)	0,194	1,4 (0,8-2,4)
Ebeveynlerinin İnternet Kullanımına Kısıtlama Getirmesi Durumu (Evet=1, Hayır=0)	0,007	2,3 (1,3-4,2)
Sağlık Algısı (Kötü=1, İyi/Orta=0)	0,015	3,5 (1,3-9,7)
Derslerindeki Başarı Durumu Algısı (Kötü=1, İyi/Orta=0)	0,624	1,2 (0,6-2,6)
Aile Bireyleriyle İlişki Durumu Algısı (Orta/Kötü=1, İyi=0)	0,739	1,1 (0,6-2,2)
Kendini İfade Etme Ölçek Puanı	0,179	1,0 (0,9-1,0)
Sabit	<0,001	0,042
Nagelkerke R ²		0,270
Hosmer-Lemeshow Testi		0,688

* Binary Lojistik regresyon analizi

¹ OR : Göreceli olasılıklar oranı

² %95 GA: %95 Güven aralığı

5. TARTIŞMA

Teknolojinin gelişmesiyle birlikte hayatımıza giren internet artık yaşamımızda vazgeçilmez bir yere sahip olmuştur. İnternet; insanların yaşamlarına önemli katkılar sunmakla birlikte aşırı ve kontrolsüz kullanımına bağlı olarak pek çok olumsuz durumu da beraberinde getirmektedir. İnternetin aşırı ve kontrolsüz kullanımı toplumu olumsuz etkileyen önemli bir halk sağlığı sorunu haline gelmiştir.

Bu çalışmada 2017 yılında Süleyman Demirel Üniversitesi birinci öğretim lisans öğrencilerinde internet bağımlılığı sıklığı belirlenmiş ve çeşitli etkenlerin internet bağımlılığı sıklığı üzerine olan etkisi değerlendirilmiştir.

Bu çalışmada; yaklaşık her altı öğrenciden birinin internet bağımlısı olduğu tespit edilmiştir. Ülkemizde Nichols ve Nicki İnternet Bağımlılık Ölçeği'nin Türkçe versiyonu kullanılarak üniversite öğrencilerinde yapılan çalışmalar değerlendirildiğinde; Dalbudak ve arkadaşlarının (28) Ankara'da 319 üniversite öğrencisinde yaptıkları bir çalışmada, öğrencilerin %12,2'sinin internet bağımlısı olduğu ya da internet bağımlılığı açısından yüksek riske sahip olduğu belirlenmiştir. Turgut Özal Üniversitesi'nde 271 öğrenciyle yapılan bir çalışmada internet bağımlılığı sıklığının %10,0 olduğu bildirilmiştir (29). Şenormancı ve arkadaşlarının (30) Bülent Ecevit Üniversitesi'nde İngilizce hazırlık sınıfı öğrencilerinde yaptıkları çalışmada internet bağımlılığı sıklığının %7,2 olduğu belirlenmiştir. Baysan Arslan ve arkadaşlarının (31) 1107 üniversite öğrencisinde yaptıkları araştırmada öğrencilerin %13,5'inin internet bağımlısı olduğu tespit edilmiştir. Osmangazi Üniversitesi'nde yapılan bir çalışmada öğrencilerin %14,6'sının internet bağımlılığı açısından yüksek riske sahip olduğu bildirilmiştir (32). Canan ve arkadaşlarının (74) Düzce Üniversitesi'nde yaptıkları bir çalışmada internet bağımlılığı sıklığının %9,7 olduğu belirlenmiştir.

Yurtdışında üniversite öğrencilerinde yapılan çalışmalar değerlendirildiğinde; İspanya'da 337 üniversite öğrencisinin katıldığı bir çalışmada DSM kriterlerine göre belirlenen patolojik internet kullanım sıklığının %6,2 olduğu belirlenmiştir (75). Çin'de 3557 üniversite öğrencisinde Young İnternet Bağımlılığı Ölçeği kullanılarak yapılan bir çalışmada internet bağımlılığı sıklığının %6,4 olduğu tespit edilmiştir (76).

Tayvan’da 3616 üniversite öğrencisinde Chen İnternet Bağımlılığı Ölçeği kullanılarak yapılan bir çalışmada internet bağımlılığı sıklığının %15,3 olduğu belirlenmiştir (77). Amerika’da 1470 üniversite öğrencisinde Young İnternet Bağımlılığı Ölçeği kullanılarak yapılan bir çalışmada internet bağımlılığı sıklığının %6,0 olduğu bildirilmiştir (78).

Çalışmalarda bulunan internet bağımlılığı sıklıkları benzerdir ve farklılıkların kullanılan ölçeklere bağlı geliştiği düşünülmektedir. Bu durumun sebebi internet bağımlılığı tanı kriterlerinde kesin bir anlaşmaya varılamamış olması olabilir (27).

Bu çalışma internetle genç yaşta tanışan ve bu nedenle internet kuşağı olarak ifade edilen “Y kuşağı” (1980-1999) yaş grubunda yapılmıştır (79). Bu kuşağın ardından gelen ve teknoloji ile iç içe yaşayan “Z kuşağı”nın interneti daha yoğun kullandığı düşünüldüğünde, üniversite öğrencilerinde internet bağımlılığı sıklığının daha da artacağı öngörülebilir.

Bu çalışmada erkek olmanın internet bağımlılığı sıklığını yaklaşık iki kat artırdığı belirlenmiştir. Literatürde yapılan çalışmaların birçoğunda erkeklerin internet bağımlılığı sıklığının kadınlardan daha fazla olduğu bildirilmiştir. Tayvan da 8 üniversitede yapılan ve toplamda 2619 üniversite öğrencisinin katıldığı bir çalışmada erkeklerin internet bağımlılığı sıklığının (%20) kadınlardan (%9,4) daha yüksek olduğu tespit edilmiştir (80). Çakır-Balta ve Horzum’un (81) Ankara Üniversitesi Eğitim Fakültesi’nde 292 öğrencinin katılımıyla yaptıkları bir çalışmada erkek öğrencilerin internet bağımlılık düzeylerinin kadınlardan daha yüksek olduğu belirlenmiştir. Benzer şekilde Üneri ve Tanıdır’ın (82) Ankara il merkezinde bir lisede 211 öğrenci ile gerçekleştirdikleri bir çalışmada erkeklerin internet bağımlılığı düzeyinin kadınlara göre daha fazla olduğu saptanmıştır. Esen’in (83) İzmir ili Çeşme ilçesinde lise öğrencilerinde yürüttüğü bir tez çalışmasında erkek öğrencilerin internet bağımlılığı ölçek puan ortalamalarının kadın öğrencilerden yüksek olduğu gözlenmiştir. İstanbul’da 32 farklı okulda 2209 öğrencinin katılımıyla yapılan bir çalışmada erkek olmanın internet bağımlılığı riskini yaklaşık 3 kat artırdığı belirlenmiştir (84).

Az sayıda çalışmada ise cinsiyete göre internet bağımlılığının farklılık göstermediği bildirilmiştir (50, 85).

Erkeklerin internet üzerinden oyun ve kumar oynama, sanal seks gibi internetin patolojik kullanımı ile ilişkili olan aktivitelerle kadınlara göre daha fazla meşgul olmaları nedeniyle erkeklerin internet bağımlılığı sıklığının daha fazla olduğu düşünülebilir.

Bu çalışmada internete genellikle bilgisayar aracılığı ile girmenin internet bağımlılığı sıklığını yaklaşık iki kat artırdığı tespit edilmiştir. Şahin'in (86) Gebze'de 11 ilköğretim okulunda 710 öğrencinin katılımıyla yürüttüğü bir tez çalışmasında evinde bilgisayar olan öğrencilerin internet bağımlılığına daha yatkın olduğu belirlenmiştir. Benzer şekilde Aslanbay (87) tarafından 296 öğrencide yürütülen bir tez çalışmasında da evde bilgisayar bulunma durumunun internet bağımlılığına olan yatkınlığı artırdığı bildirilmiştir. İnan'ın (88) ilköğretim II. Kademe ve ortaöğretim öğrencilerinde yürüttüğü bir tez çalışmasında evde bilgisayar bulunma durumunun internet bağımlılığı açısından bir risk faktörü olabileceği değerlendirilmiştir. Ege Üniversitesi Hemşirelik Yüksekokulu'nda yapılan bir çalışmada, öğrencilerin yaşadıkları yerde bilgisayar ve internet bağlantısı olmasının internet kullanımını artırdığı bildirilmiştir (89). İzmir ili Çiğli ilçesinde ortaokul öğrencilerinde yürütülen bir tez çalışmasında evlerinde bilgisayar ve internet bağlantısı olan öğrencilerin internet bağımlılığına daha yatkın oldukları belirlenmiştir (90).

TÜİK tarafından yürütülen Hanehalkı Bilişim Teknolojileri Kullanım Araştırması sonuçları incelendiğinde ülkemizde son 5 yılda internete erişim imkânı olan hane oranının %47,2'den %80,7'ye, 16-74 yaş grubundaki bireylerde internet kullanım oranının %47,4'den %66,8'e, 16-74 yaş grubundaki bireylerde bilgisayar kullanım oranının %48,7'den %56,6'ya yükseldiği gözlenmiştir (12, 91). İnternetin sağlıksız kullanımı durumunda internete kolay ulaşılabilirliğin sağlanması ile birlikte internet bağımlılığı riskinin arttığı düşünülebilir.

Bu çalışmada günlük internet kullanım süresinin 4 saat ve üstünde olmasının internet bağımlılığı sıklığını yaklaşık iki kat artırdığı belirlenmiştir. Tuna (11) tarafından 231 ortaokul öğrencisinde yürütülen bir tez çalışmasında günlük 4 saatin üzerinde internet kullanmanın internet bağımlılığına olan yatkınlığı artırdığı bildirilmiştir. Şahin (92) tarafından 518 lise öğrencisinin katılımıyla yürütülen bir tez çalışmasında internet kullanım sıklığı ile internet bağımlılığı arasında anlamlı ilişki

belirlenmiş, internet kullanma sıklığı arttıkça internet bağımlısı olma durumunun da arttığı gözlenmiştir. Pamukkale Üniversitesi Tıp Fakültesi öğrencilerinde yapılan bir çalışmada günlük 2 saatten fazla internet kullananların 2 saatten az kullananlara göre internet bağımlılık oranının iki kat fazla olduğu belirlenmiştir (93). Bilge'nin (94) yapmış olduğu bir çalışmada günde 2 ve 3 saat internet kullananların 1 saat kullananlara göre internet bağımlılığına daha yatkın oldukları tespit edilmiştir. Trabzon il merkezinde 17583 lise öğrencisi ile yürütülen bir tez çalışmasında günlük 5 saat ve üzerinde internet kullananların 5 saatin altında kullananlara göre internet bağımlılığına daha yatkın olduğu bildirilmiştir (95).

Literatürdeki çalışmalar incelendiğinde internet kullanım süresi artışının internet bağımlılığına olan yatkınlığı artırdığı gözlenmiştir (94, 96-99). İnternet bağımlılığı bireyin internet kullanma konusunda kendisini sınırlayamaması, interneti tekrar kullanabilmek için aşırı zihinsel uğraş, beklenen etkinin sağlanabilmesi için giderek artan miktarda internet kullanma ihtiyacı, internetten uzak kalınan durumlarda gergin olunması, sıkıntı hissedilmesi ve internete tekrar bağlanılacak zamanın düşünülmesi gibi bulgularla ifade edilebilir (4). Tsai ve Lin (100) tarafından Tayvan'da yapılan bir çalışmada, internet bağımlısı olan öğrencilerin internet kullanım sürelerini yönetmede zorluk yaşamaları sebebiyle internet başında uzun zaman geçirdikleri belirlenmiştir. Bu bulgular dahilinde interneti uzun süre kullanmanın internet bağımlılığı için risk faktörü olmasının beklenen bir durum olduğu düşünülebilir.

Bu çalışmada internet bağımlısı olduğunu düşünmenin internet bağımlılığı sıklığını yaklaşık üç kat artırdığı belirlenmiştir. Ancak bunun yanı sıra çalışmada kullanılan internet bağımlılık ölçeğine göre internet bağımlısı olan öğrencilerin %42'sinin kendisini internet bağımlısı olarak görmediği belirlenmiştir. Bu durum, internet bağımlısı olan öğrencilerin yaklaşık yarısının internet bağımlısı olduklarının farkında olmadıklarının bir göstergesidir. İnternet bağımlısı olmadığını düşünen bağımlı bireyler, yanlış algıları nedeniyle internet bağımlılığı ile ve internet bağımlılığının getirdiği olumsuzluklar ile mücadele için herhangi bir çaba sarf etmeyebilirler. İnternet bağımlılığına yönelik doğru algı, internet bağımlısı bireylerin interneti sağlıklı kullanmaya yönlendirilmesi için internet bağımlılığının ve beraberinde getirdiği olumsuzlukların önlenmesi noktasında kilit bir öneme sahiptir.

Öner'in (95) lise öğrencilerinde yürüttüğü bir tez çalışmasında, kendilerini internet bağımlısı olarak nitelendiren öğrencilerin internet bağımlılık düzeylerinin internet bağımlısı olmadığını düşünen öğrencilere göre daha yüksek olduğu belirlenmiştir.

Bu çalışmada internet kullanımı nedeniyle günlük işlerini aksatmanın internet bağımlılığı sıklığını yaklaşık iki kat artırdığı belirlenmiştir. Ancak daha doğru olanın internet bağımlısı olan bireylerin internet kullanımları nedeniyle günlük işlerini aksattığı yönündeki yorum olduğu düşünülebilir. Shapira ve arkadaşlarının (24) 2003 yılında ortaya koydukları internet bağımlılığına ilişkin tanı ölçütlerinde “internet kullanımının ya da aşırı zihinsel meşguliyetin iş, sosyal yaşantı ya da diğer önemli alanlarda işlevsel kayba veya klinik belirtilere yol açması” ölçütü yer almıştır. Bu sebeple internet bağımlısı olan bireylerin internet kullanımları nedeniyle günlük işlerini aksatmaları beklenen bir durum olarak düşünülebilir. Tayvan'da 753 lise öğrencisinin katılımıyla yapılan bir çalışmada internet bağımlısı bireylerin problemleri internet kullanımları nedeniyle günlük rutin işlerini bile aksattıkları tespit edilmiştir (101). Cengizhan'ın (102) üniversite öğrencilerinde yaptığı bir çalışmada öğrencilerin yarısının internet kullanımlarına bağlı olarak zaman kaybı yaşadıkları ve ders çalışma, ödevler, projeler gibi işler için zaman ayıramadıkları bildirilmiştir. Yine aynı çalışmada öğrencilerin günlük internet kullanım süreleri ile işlerini aksatma durumları arasında anlamlı ilişki tespit edilmiştir. Günlük 4-6 saat internet kullananların işlerini aksatma oranı 1-3 saat kullananlara göre daha yüksek bulunmuştur (102). İnternet bağımlısı olan bireylerin internetin aşırı kullanımına bağlı olarak yaşadıkları problemlerin farkında olmaları internet bağımlılığı ile mücadelede önemli bir motivasyon sağlayabileceği düşünülebilir.

Bu çalışmada ebeveynlerin internet kullanımına kısıtlama getirmesinin internet bağımlılığı sıklığını yaklaşık iki buçuk kat artırdığı belirlenmiştir. Ancak daha akla yatkın çocuğu internet bağımlısı olan ailelerin, internetin aşırı kullanımını önlemek amacıyla çocuklarına kısıtlama getirdiği yönündeki yorum olduğu düşünülebilir. Literatürdeki sonuçlar farklılık göstermektedir. Doğrusever'in (62) 1063 ortaokul öğrencisinin katılımıyla yürüttüğü bir tez çalışmasında aileleri tarafından internet kullanımlarına kısıtlama getirilmeyen öğrencilerin internet bağımlılığı ölçek puanlarının daha yüksek olduğu, ancak farkın istatistiksel olarak anlamlı bulunmadığı bildirilmiştir. Singapur'da 12-18 yaş grubu 2735 öğrencide yapılan bir çalışmada evde

internet kullanımıyla ilgili kural olmamasının internetin aşırı kullanımıyla ilişkili olduğu belirlenmiştir (103). Doğan'ın (104) ortaokul ve lise öğrencilerinde yaptığı bir çalışmada öğrencilerin internet kullanımlarının ebeveynleri tarafından denetlenmesi ile internet bağımlısı olma durumu arasında anlamlı bir ilişki bulunmadığı bildirilmiştir. İzmir'de 1410 ortaokul öğrencisinin katıldığı bir çalışmada öğrencilerin internet kullanımları esnasında ebeveynleri tarafından denetlenmesi ile internet bağımlısı olma durumu arasında anlamlı bir ilişki saptanmamıştır (90). Bingöl-Karagöz (105) tarafından 11-13 yaş grubu 740 öğrencinin katılımıyla yapılan bir tez çalışmasında müsamahakar aile yapısına sahip olanların internet bağımlılığına daha yatkın olduğu belirlenmiştir.

Her ne kadar literatürdeki sonuçlar birbirinden farklı olsa da, çocukların internet kullanımlarının, ebeveynleri tarafından aşırıya kaçmadan uygun bir şekilde takip edilmesi gereklidir. Ancak bu takibin çocuklarda internet bağımlılığı gelişmeden önce yapılması önemlidir. Yapılacak olan takibin, çocukların interneti sağlıklı kullanmasına ve buradan hareketle sağlıklı bireyler olarak gelişmesine önemli katkı sağlayacağı düşünülebilir.

Bu çalışmada kötü düzeyde sağlık algısına sahip olmanın internet bağımlılığı sıklığını üç buçuk kat artırdığı belirlenmiştir. İnternetin aşırı kullanımına bağlı olarak bireylerin sağlık algılarının bozulmasının birçok sebebi olabilir. İnternetin aşırı kullanımına bağlı olarak gelişen obezite, anksiyete, depresyon, dikkat eksikliği ve hiperaktivite bozukluğu, karpal tünel sendromu, sırt ağrısı, baş ağrısı, postür bozukluğu, uyku bozukluğu bunlardan bazıları olabilir.

Yıldız (106) tarafından Dokuz Eylül Üniversitesi öğrencilerinde yürütülen bir tez çalışmasında obez ya da fazla kilolu öğrencilerde internet bağımlılığı ölçek puanının daha yüksek olduğu bildirilmiştir. Portekiz'de 450 adölesanın katılımı ile yapılan bir çalışmada günde 4 saatten fazla internet kullanmanın fazla kilolu olma / obezite sıklığını yaklaşık altı kat artırdığı belirlenmiştir (107). Çin'de ortaokul öğrencilerinde yapılan bir çalışmada obez ya da fazla kilolu öğrencilerde internet bağımlılığı sıklığının daha yüksek olduğu tespit edilmiştir (108). İnternet bağımlısı bireyler zamanlarının büyük bölümünü internet başında geçirmeleri sebebiyle sınırlı fiziksel aktiviteye sahiptirler. Bu durumun yanı sıra, internet bağımlılığı gelişen

bireylerde aşırı zihinsel meşguliyet nedeniyle çoğu zaman birincil ihtiyaçlarını bile göz ardı edebilirler. İnternet bağımlısı bireyler internet kullanımları esnasında öğün atlayabilir, beslenme ihtiyaçlarını internetten ayrılmadan sağlıksız atıştırma ile giderebilir, farkında olmadan aşırı miktarda yemek yiyebilir ve bu sebeple kilo problemi yaşayabilirler.

Literatürde internet bağımlılığının bazı psikiyatrik problemlere neden olduğu ve bu sebeple genel sağlık durumunu olumsuz yönde etkilediği belirlenmiştir. Strittmatter ve arkadaşlarının (109) yaptıkları bir çalışmada problemlili internet kullanımının davranışsal bozukluklarla, hiperaktivite ve dikkatsizlikle, kendisine zarar verici davranışlarla ve intihar düşüncesi ile ilişkili olduğu tespit edilmiştir. Çam ve Nur (110) tarafından adölesanlarda yapılan bir çalışmada problemlili internet kullanımının psikopatolojik semptomlarla (depresyon, anksiyete vb.) ilişkili olduğu belirlenmiştir. Ha ve arkadaşlarının (111) Güney Kore’de yaptıkları bir çalışmada internet bağımlılığı ile depresif belirtiler ve obsesif kompulsif semptomlar arasında ilişki saptanmıştır.

Literatürde problemlili internet kullanımının karpal tünel sendromuna, sırt ağrısına ve postür bozukluklarına neden olabileceği belirtilmektedir (60, 112). Bu durum internet bağımlısı bireylerin sağlık algılarını olumsuz yönde etkileyebilir. İzmir İli Çiğli İlçesinde ortaokul öğrencilerinde yürütülen bir tez çalışmasında internet bağımlılığına olan yatkınlığın bel-sırt ağrısı yaşama sıklığı ile ilişkili olduğu tespit edilmiştir. Yine aynı çalışmada, internet bağımlılığına olan yatkınlığın el-kol-bilek ağrısı yaşama sıklığı ile ilişkili olduğu belirlenmiştir (90). Kuzu ve arkadaşları (113) tarafından yapılan bir çalışmada internetin aşırı kullanımına bağlı olarak en sık yaşanan fizyolojik sorunların sırası ile göz kızarıklığı, boyun-sırt ağrısı, baş ağrısı, kas-eklem ağrısı, yorgunluk ve uykusuzluk olduğu tespit edilmiştir.

Bu çalışmada tek değişkenli analizlerde İletişim Becerileri Ölçeği toplam puanı ve İletişim Becerileri Ölçeği “İletişim İlkeleri ve Temel Beceriler”, “Etkin Dinleme ve Sözel Olmayan İletişim”, “İletişim Kurmaya İsteklilik” alt alan puanları ile internet bağımlısı olma durumu arasında anlamlı bir ilişki belirlenmemiştir. Literatürdeki sonuçlar farklılık göstermektedir. Önay (114) tarafından 14-16 yaş grubu öğrencilerde yürütülen bir tez çalışmasında, öğrencilerin internet kullanım süreleri ile

iletişim becerileri arasında negatif yönde anlamlı bir ilişki tespit edilmiştir. Ceyhan ve Yelpeze (115) tarafından lisans öğrencilerinde yapılan bir çalışmada algılanan iletişim becerileri düzeyi ile internet kullanım süresi arasında anlamlı bir ilişki belirlenmemiştir. İlköğretim öğrencilerinin katılımıyla yapılan bir çalışmada öğrencilerin internet kullanım süreleri ile iletişim becerileri arasında negatif yönde anlamlı bir ilişki tespit edilmiştir (116). Yiğit'in (117) lise öğrencilerinde yürüttüğü bir tez çalışmasında internetin problemlili kullanımı ile iletişim becerileri arasında anlamlı bir ilişki belirlenmemiştir.

Bu çalışmada tek değişkenli analizlerde internet bağımlılığı olanların İletişim Becerileri Ölçeği "*Kendini İfade Etme*" alt alanı puanının internet bağımlılığı olmayanlardan daha düşük olduğu belirlenmiş olsa da; çoklu analizlerde İletişim Becerileri Ölçeği "*Kendini İfade Etme*" alt alanı puanının düşük olmasının bir risk faktörü olmadığı görülmüştür. Özçınar'ın (118) yaptığı bir çalışmada kişilerarasında yaşanan iletişim problemi ile internet bağımlılığı arasında güçlü bir ilişki bulunduğu, kişilerarası iletişimde yaşanan problemler arttıkça internet bağımlılığının arttığı bildirilmiştir. Tanrıverdi (119) tarafından ortaöğretim öğrencilerinde yürütülen bir tez çalışmasında arkadaşlık kurmada güçlük yaşayanların internet bağımlılığına daha yatkın oldukları belirlenmiştir. İletişim kurmada ve kendini ifade etmede problem yaşayan bireyler yüz yüze iletişim kurmak yerine internet ortamında tanımadığı kişilerle yazılı olarak iletişim kurmaya yönelebilirler. Bu durumun yanı sıra, söz konusu bireyler yaşadıkları iletişim problemi nedeniyle içine kapanma, zamanını yalnız geçirme gibi eğilimlerde bulunabileceği düşünülebilir.

Bu çalışmada tek değişkenli analizlerde internette oyun oynayanların daha fazla internet bağımlılığına sahip olduğu belirlenmiş olsa da çoklu analizlerde internette oyun oynama durumunun bir risk faktörü olmadığı görülmüştür. Ak ve arkadaşları (120) tarafından adölesanlarda yapılan bir çalışmada online oyun oynayanların internet bağımlılığına daha yatkın olduğu tespit edilmiştir. Yunanistan'da tıp öğrencilerinde yapılan bir çalışmada online oyun oynamanın internet bağımlılığı sıklığını yaklaşık iki kat artırdığı bildirilmiştir (121). Son dönemde gençlerin boş vakitlerinin önemli bir bölümünü çok oyunculu çevirim içi oyunlara (Massive Multiplayer Online Games-MMOG) ayırdıkları belirlenmiştir (122).

MMOG tipi oyun oynayanlar ile çevirimdışı oyun oynayanların karşılaştırıldığı bir çalışmada MMOG tipi oyun oynayanların çevirimdışı oyun oynayanlara göre vakitlerinin daha büyük bölümünü oyun başında geçirdikleri tespit edilmiştir (123). Online oyun oynayan bireylerin haftada 40 saat ve üzerinde oyun başında vakit geçirdikleri bildirilmiştir. Bu süre, tam zamanlı çalışılan bir işte geçirilen süre ile eşit ya da daha fazladır (6). Online oyun oynamanın, internet bağımlılığı gelişmesi ve internet bağımlılığına ilişkin olumsuzlukların ortaya çıkması açısından en riskli online etkinlik olduğu bildirilmiştir (124).

Bu çalışmada tek değişkenli analizlerde sosyal paylaşım sitelerinde günde 3 saat ve üzerinde zaman harcayanların daha fazla internet bağımlılığına sahip olduğu belirlenmiş olsa da çoklu analizlerde sosyal paylaşım sitelerinde günde 3 saat ve üzerinde zaman harcamanın bir risk faktörü olmadığı görülmüştür. Tsimsiou ve arkadaşlarının (121) yaptıkları bir çalışmada Facebook ve Twitter kullanmanın internet bağımlılığı sıklığını yaklaşık iki buçuk kat artırdığı belirlenmiştir. Turan (1) tarafından üniversite öğrencilerinde yürütülen bir tez çalışmasında öğrencilerin sosyal ağlarda geçirdikleri süre ile internet bağımlılığı arasında anlamlı ilişki belirlenmiştir. Impraim'in (125) İstanbul'da 370 lise öğrencisinde yürüttüğü tez çalışmasında Facebook'ta geçirilen süre ile internet bağımlılığı ölçek puanı arasında ilişki bulunduğu ve Facebook'ta geçirilen süre arttıkça internet bağımlılığının düzeyinin arttığı belirlenmiştir. Sakarya'da İl Milli Eğitim Müdürlüğü'ne bağlı ortaokul ve liselerde öğrenim gören öğrencilerde yapılan bir çalışmada Facebook kullanımının internet bağımlılığına olan yatkınlığı artırdığı tespit edilmiştir (126). Doğrusever (62) tarafından Siirt'te ortaokul öğrencilerinde yürütülen bir tez çalışmasında sosyal paylaşım sitelerinden herhangi birine üye olan öğrencilerin internet bağımlılığına daha yatkın oldukları belirlenmiştir. Young (127) tarafından yapılan bir çalışmada internetteki interaktif işlevlerin (sohbet odaları, vb.) bağımlılık oluşturma potansiyellerinin yüksek olduğu, internette bilgi arama davranışının ise en az bağımlılık oluşturan işlev olduğu bildirilmiştir. İnteraktif işlevlerin sosyal desteğe, cinsel uyarılmaya ve kimlik değiştirmeye imkan sağlaması nedeniyle bağımlılık potansiyelinin yüksek olduğu belirtilmiştir (127).

Bu çalışmada tek değişkenli analizlerde arkadaşlık kurma sitelerinde hesabı olanların daha fazla internet bağımlılığına sahip olduğu belirlenmiş olsa da çoklu analizlerde arkadaşlık kurma sitelerinde hesabı olma durumunun bir risk faktörü olmadığı görülmüştür. Trabzon'da lise öğrencilerinde yürütölen bir tez çalışmasında sanal arkadaşlık kurma sitelerinde üyeliği bulunan öğrencilerin internet bağımlılık düzeylerinin üyeliği bulunmayanlardan daha yüksek olduğu tespit edilmiştir (95). Yine aynı çalışmada sanal arkadaşlık kurma sitelerinden arkadaş seçenlerin internet bağımlılık düzeylerinin seçmeyenlerden daha yüksek olduğu bildirilmiştir (95). Sakarya ve Doğan'ın (128) Ankara Üniversitesi'nde lisans öğrencilerinde yaptıkları bir çalışmada internetin öncelikle arkadaş ya da eş bulma amacıyla kullanımı ile internet bağımlılığı ölçek puanı arasında pozitif yönde anlamlı ilişki tespit edilmiştir. Gerçek yaşamda kaliteli sosyal ilişkiler kuramayan bireyler bu gereksinimlerini gidermek için internet üzerinden sanal ilişkiler kurmaya çalışıyor olabilirler. Sohbet odalarında tanıştıkları kişilerden sosyal destek gördüğünü düşünebilir, hiç tanımadıkları kişileri kendileri için özel bir insan olarak algılayabilirler. Bu iletişim yöntemi bireyler tarafından daha kolay ve daha az riskli olarak algılanabilir. Bu sebeple bireyler yüz yüze ilişkiler yerine internetteki sohbet ortamını tercih ettiği ve bu ortam aracılığı ile sosyal destek arayışında olduğu düşünölebilir.

Bu çalışmada tek değişkenli analizlerde internet kullanımı nedeniyle uyku düzeni bozulanların daha fazla internet bağımlılığına sahip olduğu belirlenmiş olsa da çoklu analizlerde internet kullanımı nedeniyle uyku düzeni bozulma durumunun bir risk faktörü olmadığı görülmüştür. Hatay'da 1212 ergenin katılımıyla yapılan bir çalışmada internet bağımlılığı ölçek puanı yüksek olan ergenlerin düşük olanlara göre gece uyumaya daha geç gittiği, uykuya dalma süresinin daha uzun olduğu ve geceleri daha sık uyandığı bildirilmiştir (129). Koçaş (130) tarafından Mersin'de lise öğrencilerinde yürütölen bir tez çalışmasında internet bağımlılığı olan öğrencilerin bağımlı olmayanlara göre kötü uyku kalitesine sahip olma durumunun yaklaşık iki buçuk kat daha fazla olduğu belirlenmiştir. Yine aynı çalışmada internet bağımlılığı bulunmasının, uyku kalitesinin kötü olması açısından en önemli belirleyici etmen olduğu tespit edilmiştir (130). Dokuz Eylül Üniversitesi Tıp Faköltesi 1,2 ve 3. sınıflarda öğrenim gören 477 öğrencinin katılımı ile yapılan bir çalışmada uyku bozukluğu olanların internet bağımlılık ölçeği puan ortalamasının olmayanlardan daha

yüksek olduğu belirlenmiştir (131). Çam (132) tarafından İzmir’de ortaokul öğrencilerinde yapılan bir tez çalışmasında problemlili internet kullanımına sahip olan öğrencilerde uyku düzensizliği sıklığının normal internet kullanıcılarına göre daha yüksek olduğu tespit edilmiştir. Isparta’da 1569 lise öğrencisinin katılımıyla yapılan bir çalışmada günde 6 saatten az uyuyan öğrencilerde internet bağımlılığı sıklığının günde 6 saat ve üzerinde uyuyanlara göre daha yüksek olduğu belirlenmiştir (133). Her ne kadar bu çalışmada internet bağımlılığı açısından böyle bir risk saptanmamış olsa da literatürdeki çalışmalarda internet bağımlılığı olan öğrencilerin uykularından ödün vermek suretiyle internette daha fazla zaman geçirdikleri gözlenmektedir. Bu durumun yanı sıra bireylerin internet kullanımları esnasında çokça tükettikleri çay, kahve, kola gibi içecekler bireyler üzerinde uyarıcı etki göstererek uyanık kalmaya zorluyor olabilir. Diğer taraftan bilgisayar ya da cep telefonlarının cihazların ekranlarındaki ışık, uyku için gerekli olan hormonların salgılarını olumsuz yönde etkileyebilir. Bu sebeple söz konusu cihazların uyku öncesinde kullanılması uykuya geçişi geciktirebilir.

Bu çalışmada tek değişkenli analizlerde derslerindeki başarı durumu algısı kötü olanların daha fazla internet bağımlılığına sahip olduğu belirlenmiş olsa da çoklu analizlerde derslerindeki başarı durumu algısının kötü olmasının bir risk faktörü olmadığı görülmüştür. İnan (88) tarafından ilköğretim II. Kademe ve ortaöğretim öğrencilerinde yürütülen bir tez çalışmasında öğrencilerin akademik başarı puanları ile internet bağımlılığı ölçek puanları arasında ters yönde anlamlı ilişki bulunduğu bildirilmiştir. Doğrusever (62) tarafından Siirt’te ortaokul öğrencilerinde yürütülen bir tez çalışmasında öğrencilerin algıladıkları akademik başarı düzeyleri ile internet bağımlılık ölçeğinden aldıkları puan ortalamaları arasında anlamlı ilişkinin bulunduğu, algılanan akademik başarı düzeyi arttıkça internet bağımlılığı ölçek puanının azaldığı tespit edilmiştir. İzmir’de lise öğrencilerinde yürütülen bir tez çalışmasında algılanan akademik başarının internet bağımlılığının yordayıcısı olduğu bildirilmiştir (83). Bayraktar ve Gün (134) tarafından yapılan bir çalışmada öğrencilerin not ortalamaları ile patolojik internet kullanımları arasında ters yönde anlamlı ilişki bulunduğu tespit edilmiştir. Taçyıldız (135) tarafından lise öğrencilerinde yürütülen bir tez çalışmasında internet bağımlılığı olanların akademik başarılarının internet bağımlılığı olmayanlara göre daha düşük olduğu belirlenmiştir. İnternet ortamında oynanan özellikle şiddet

içeren oyunlar başarı konusunda bireyleri tatmin edebilir. Başarı konusunda tatmin olan birey akademik başarısızlığı bir eksiklik olarak göremeyebilir ve bu durumdan ötürü rahatsızlık hissetmeyebilir. Bu sebeple başarısız öğrencilerde internet bağımlılığı gelişmeden önce danışman öğretim üyeleri tarafından önlem alınmasının, internet bağımlılığına giden durumun önlenmesi açısından kritik öneme sahip olduğu düşünülebilir.

Bu çalışmada tek değişkenli analizlerde aile bireyleri ile ilişki durumu algısı orta ya da kötü olanların iyi olanlara göre daha fazla internet bağımlılığına sahip olduğu belirlenmiş olsa da çoklu analizlerde aile bireyleri ile ilişki durumu algısının orta ya da kötü olmasının bir risk faktörü olmadığı görülmüştür. Çam (132) tarafından adölesanlarda yürütülen bir tez çalışmasında aile üyeleri ile çatışmalı olan adölesanların problemleri internet kullanım sıklığının daha yüksek olduğu belirlenmiştir. Esen (83) tarafından lise öğrencilerinde yürütülen bir tez çalışmasında aileden algılanan sosyal destek ile internet bağımlılığı arasında ters yönde anlamlı ilişki olduğu bildirilmiştir. Taçyıldız (135) tarafından lise öğrencilerinde yürütülen bir tez çalışmasında aileden algılanan sosyal desteğin internet bağımlılığını yordadığı, internet bağımlısı olan grupta aileden algılanan sosyal desteğin daha düşük olduğu belirlenmiştir. Günüç'ün (96) 165 ergenin katılımıyla yaptığı bir çalışmada aileden algılanan sosyal destek ile internet bağımlılığı arasında ters yönde ilişki bulunduğu, aileden algılanan sosyal destek düzeyi düştükçe internet bağımlılığına olan yatkınlığın arttığı tespit edilmiştir. Ailesi ile ilişkisi kötü olan ve ailesinden yeterli sosyal desteği göremeyen birey bu gereksinimi internet üzerinden gidermeye çalışıyor olabilir. Yaşadığı sorunları ailesine anlatamayan ve yalnız kalan birey, internette sohbet odalarında tanımadığı insanlarla paylaşımda bulunmak isteyebilir. Ayrıca ailesi ile ilişkisi kötü olan ve ailesi tarafından değersiz görüldüğünü düşünen birey değersizlik duygusundan dolayı aile bireyleri ile iletişimde bulunmak yerine interneti aşırı kullanmak isteyebilir. Bu durumda, aile denetimi devreye girmediği takdirde birey internet bağımlılığı ile karşı karşıya kalabilir.

6. SONUÇ ve ÖNERİLER

Bu çalışmada Süleyman Demirel Üniversitesi birinci öğretim lisans öğrencilerinde internet bağımlılığı sıklığı ve çeşitli etkenlerin internet bağımlılığı sıklığı üzerine olan etkisi incelenmiştir. Buna göre elde edilen sonuçlar aşağıda yer almaktadır.

1. Çalışmaya katılan öğrencilerin yaş ortalaması $21,1\pm 1,7$ yıldır. Araştırma grubunun çoğunluğu (%64,1) kadındır. Yaklaşık her dört öğrenciden biri sigara, her üç öğrenciden biri alkol kullanmaktadır. Grubun yarıdan fazlası öğrenci evi ya da apartta konaklamaktadır.
2. Öğrencilerin tamamına yakınının konakladığı yerde internet bağlantısı vardır. Gruptaki her beş öğrenciden dördünün kendisine ait bilgisayarını vardır. Her beş öğrenciden dördü internete genellikle cep telefonundan bağlanmaktadır. Araştırma grubunun ortalama günlük internet kullanım süresi $4,3\pm 2,8$ saattir ve yarisından fazlasının günlük internet kullanım süresi 4 saat ve üstündedir. Öğrencilerin yarıdan fazlasının günlük internet kullanım süresi algısı çok fazla/fazladır.
3. Araştırma grubunun üçte biri internet üzerinden oyun oynamaktadır. Her on öğrenciden dokuzu sosyal paylaşım sitelerinden en az birine üyedir. Grubun ortalama günlük sosyal paylaşım siteleri kullanım süresi $4,3\pm 2,8$ saattir. Her dört öğrenciden biri internette geçirdiği sürenin tamamını ya da tamamına yakını sosyal paylaşım sitelerinde geçirmektedir. Her beş öğrenciden biri arkadaşlık kurma sitelerine üyedir.
4. Grubun %27,7'si internet bağımlısı olduğunu düşünmektedir, %14,0'ı internet kullanımını nedeniyle günlük işlerini aksatmaktadır. Her dört öğrenciden birinin internet kullanımına bağlı olarak uyku düzeni bozulmuştur. Her on öğrenciden birinin ebeveyni internet kullanımına kısıtlama getirmiştir.
5. Öğrencilerin İnternet Bağımlılık Ölçeği puan ortalaması $67,8\pm 20,9$ ve İletişim Becerileri Ölçeği puan ortalaması $97,7\pm 13,3$ 'tür.

6. Öğrencilerin İnternet Bağımlılık Ölçeğine göre internet bağımlılığı sıklığı %16,2'dir.
7. Erkek öğrencilerin internet bağımlılığı sıklığı (%23,1) kadın öğrencilerden (%12,3) daha yüksektir.
8. Öğrencilerin sınıfı, yaş grubu, sigara kullanma durumu, alkol kullanma durumu, konakladığı yer ve en uzun süre yaşadığı yer internet bağımlısı olma durumunu etkilememektedir.
9. Grubun aile tipi, kardeş sayısı, anne eğitim durumu, baba eğitim durumu, aile gelir durumu algısı, aile gelir gider dengesi internet bağımlısı olma durumunu etkilememektedir.
10. İnternete genellikle bilgisayar ile bağlanan öğrencilerin internet bağımlılığı sıklığı (%24,0) cep telefonu ile bağlanan öğrencilerden (%14,3) daha yüksektir.
11. Günlük internet kullanım süresi 4 saat ve üstünde olan öğrencilerin internet bağımlılığı sıklığı (%23,0) 4 saatin altında olan öğrencilerden (%8,8) daha yüksektir.
12. İleri analizlerde anlamlı bulunmamakla birlikte günlük internet kullanım süresi algısı fazla olan öğrencilerin internet bağımlılığı sıklığı orta ve az olan öğrencilerden daha yüksektir.
13. Öğrencilerin konakladıkları yerde internet bağlantısı olma durumu, kendine ait bilgisayar olma durumu, genellikle internet kullanım amacı, haftalık internet kullanılan gün sayısı internet bağımlısı olma durumunu etkilememektedir.
14. İleri analizlerde anlamlı bulunmamakla birlikte internetten oyun oynayan öğrencilerin internet bağımlılığı sıklığı (%21,6) oynamayan öğrencilerden (%13,6) daha yüksektir.
15. İleri analizlerde anlamlı bulunmamakla birlikte internette geçirdiği sürenin hiç/az bir bölümünü oyun oynayarak geçiren öğrencilerin internet bağımlılığı sıklığı daha düşüktür.
16. İleri analizlerde anlamlı bulunmamakla birlikte sosyal paylaşım sitelerinde günlük 3 saat ve üstünde zaman geçiren öğrencilerin internet bağımlılığı

sıklığı (%21,2) 3 saatin altında zaman geçiren öğrencilerden (%12,6) daha yüksektir.

17. İleri analizlerde anlamlı bulunmamakla birlikte arkadaşlık kurma sitelerinde hesabı olan öğrencilerin internet bağımlılığı sıklığı (%24,4) olmayan öğrencilerden (%13,9) daha yüksektir.
18. Öğrencilerin sosyal paylaşım sitelerinden en az birinde hesabı olma durumu ile internette geçirilen toplam sürenin sosyal paylaşım sitelerinde geçirilen bölümü internet bağımlısı olma durumunu etkilememektedir.
19. İnternet bağımlısı olduğunu düşünen öğrencilerin internet bağımlılığı sıklığı (%33,6) düşünmeyen öğrencilerden (%9,5) daha yüksektir.
20. İnternet kullanımı nedeniyle günlük işlerini aksatan öğrencilerin internet bağımlılığı sıklığı (%22,9) aksatmayan öğrencilerden (%8,6) daha yüksektir.
21. İleri analizlerde anlamlı bulunmamakla birlikte internet kullanımı nedeniyle uyku düzeni bozulan öğrencilerin internet bağımlılığı sıklığı (%22,7) bozulmayan öğrencilerden (%8,5) daha yüksektir.
22. Ebeveynleri tarafından internet kullanımına kısıtlama getirilen öğrencilerin internet bağımlılığı sıklığı (%29,5) getirilmeyen öğrencilerden (%14,6) daha yüksektir.
23. Sağlık algısı kötü olan öğrencilerin internet bağımlılığı sıklığı daha yüksektir.
24. İleri analizlerde anlamlı bulunmamakla birlikte aile bireyleriyle ilişki durumu algısı iyi olan öğrencilerin internet bağımlılığı sıklığı daha düşüktür.
25. İleri analizlerde anlamlı bulunmamakla birlikte derslerindeki başarı durumu algısı kötü olan öğrencilerin internet bağımlılığı sıklığı daha yüksektir.
26. Öğrencilerin arkadaşlarıyla ilişki durumu algısı internet bağımlısı olma durumunu etkilememektedir.
27. İleri analizlerde anlamlı bulunmamakla birlikte internet bağımlılığı olan öğrencilerin İletişim Becerileri Ölçeği “*Kendini İfade Etme*” alt alanı puanı internet bağımlılığı olmayan öğrencilerden daha düşüktür.

28. Öğrencilerin İletişim Becerileri Ölçeği toplam puanı ile İletişim Becerileri Ölçeği “İletişim İlkeleri ve Temel Beceriler”, “Etkin Dinleme ve Sözel Olmayan İletişim”, “İletişim Kurmaya İsteklilik” alt alan puanları internet bağımlısı olma durumunu etkilememektedir.

Araştırmadan elde edilen sonuçlara göre aşağıda yer alan önerilerde bulunulabilir;

- Öncelikli olarak internet bağımlısı olan bireyler belirlenmelidir. Bireyin internet bağımlısı olduğunu bilmesi bağımlılıkla mücadelede büyük öneme sahiptir. İnternet bağımlılığı olan bireylere bağımlılıkla baş etme konusunda profesyonel destek verilmelidir.
- Ebeveynlere çocuklarının interneti problemlili kullanmaları durumunda yapmaları gerekenler konusunda eğitim verilmelidir.
- İnternet bağımlılığı ve sağlık üzerine olan olumsuz sonuçları hakkında bireylere ve ailelerine erken yaştan itibaren farkındalık eğitimleri düzenlenmelidir.
- İnternet bağımlılığı gelişmeden önce ebeveynler tarafından aşırıya kaçmadan çocukların internet kullanımlarının takip edilmesi gerekir.
- Bireyler aileleri tarafından internette zamanlarını boşa harcamaları yerine sportif ve kültürel etkinliklere yönlendirilmelidir. Bu durum, bireylerin yüz yüze iletişim becerilerini güçlendirmesi açısından önem arz etmektedir.
- Aile içi ilişkiler geliştirilmeli, aile bireylerinin birlikte daha fazla vakit geçirmeleri sağlanmalıdır. Bireyin ailesinden sosyal destek görmesi durumunda, sorunlarını internette sohbet odalarında tanımadığı insanlarla paylaşmak yerine aile bireyleriyle paylaşacağı düşünülmektedir.
- İnternetin problemlili kullanımının sağlık üzerine olan olumsuz etkilerine yönelik çalışmalar yapılmalıdır.

ÖZET

Bir Üniversitenin Birinci Öğretim Lisans Öğrencilerinde İnternet Bağımlılığı ve İlişkili Faktörler

İnternet bağımlılığı özellikle üniversite öğrencilerde yeni ve ciddi bir sağlık problemi haline gelmiştir. Bu yaş grubunda yer alan gençler, daha uzun süre sosyal ağlarda vakit geçirmeleri ve online oyun oynamaları nedeniyle internet bağımlılığı açısından riskli grupta yer almaktadır. Bu araştırmanın amacı; Süleyman Demirel Üniversitesi birinci öğretim lisans öğrencilerinde internet bağımlılığı sıklığını belirlemek, çeşitli etkenlerin internet bağımlılığı sıklığı üzerine olan etkisini tespit etmek ve buradan hareketle internet bağımlılığı konusunda farkındalık düzeyini artırmaktır.

Kesitsel analitik tipteki bu çalışmanın evrenini; Süleyman Demirel Üniversitesi'nde öğrenim gören birinci öğretim lisans öğrencileri oluşturmaktadır (N=20.813). Örneklem yöntemi sonucunda 927 öğrenciye ulaşılmaya hedeflenmiştir. Ancak devamsızlık, araştırmaya katılmayı kabul etmeme gibi nedenlerden dolayı 761 öğrenciye ulaşılmıştır (Ulaşma düzeyi: %82,1). Veri toplama işlemi; tanımlayıcı bilgi formu, "İnternet Bağımlılık Ölçeği" ve "İletişim Becerileri Ölçeği" olmak üzere 3 bölümden oluşan anket gözlem altında uygulanarak gerçekleştirilmiştir. Tek değişkenli analizlerde ki-kare, bağımsız gruplarda t testi, Pearson korelasyon testi; çok değişkenli analizlerde binary lojistik regresyon analizi kullanılmıştır.

Bu çalışmada internet bağımlılığı sıklığı %16,2 olarak belirlenmiştir. Çok değişkenli analizlerde erkek olmanın, genellikle internete bilgisayar aracılığı ile girmenin, günlük internet kullanım süresinin 4 saat ve üstünde olmasının, internet bağımlısı olduğunu düşünmesinin, internet kullanımı nedeniyle günlük işlerini aksatmasının, ebeveynlerinin internet kullanımına kısıtlama getirmesinin, kötü düzeyde sağlık algısına sahip olmasının internet bağımlılığı açısından risk faktörleri olabileceği belirlenmiştir.

İnternet bağımlılığı olan bireylere bağımlılıkla baş etme konusunda profesyonel destek verilmelidir. Aile içi ilişkiler geliştirilmeli, aile bireylerinin birlikte daha fazla vakit geçirmeleri sağlanmalıdır. Bireyin ailesinden sosyal destek görmesi durumunda, sorunlarını internette sohbet odalarında tanımadığı insanlarla paylaşmak yerine aile bireyleriyle paylaşacaktır.

Anahtar Kelimeler: İnternet bağımlılığı, üniversite öğrencileri, sıklık, sosyal ağ

ABSTRACT

Internet Addiction and Related Factors in First Educational Undergraduate Students of an University

Internet addiction has become a serious health problem especially for university students. Young people are risky because they spend longer time on internet. The purpose of this study is to determine the frequency of internet addiction in the undergraduate students of Süleyman Demirel University, the effect of factors on the frequency of internet addiction and to increase the level of awareness about internet addiction.

The sample of this cross-sectional study consisted of undergraduate students in Süleyman Demirel University (N=20.813). Because of the sampling method, it was aimed to reach 927 students. However, 761 students were included due to discontinuity or refusal to participation (Reach level: 82,1%). Data collection process was conducted by administration of descriptive information form, "Internet Addiction Scale" and "Communication Skills Scale" under observation. Chi-square test, t test and Pearson correlation tests and binary logistic regression analysis were used in univariate analyzes, independent groups and multivariate analyzes, respectively.

Internet addiction frequency was 16.2%. In multivariate analyzes; it was determined that the following conditions may be risk factors; male gender, entering the internet via computer, having 4 hours or more daily internet usage time, thinking of having an internet addiction, interrupting daily activities, parents restricting the internet usage and having a poor perception of health.

Professional support for internet addiction should be given. Family relationships should be developed and families should spend more time together. If individuals receive social support from families, they will share their problems with them rather than people they do not know on the internet.

Keywords: Internet addiction, university students, frequency, social network

KAYNAKLAR

1. Turan RT. Başkent Üniversitesi öğrencilerinde internet bağımlılığı sıklığı ve ilişkili faktörler [Tıpta Uzmanlık Tezi]: Başkent Üniversitesi Tıp Fakültesi, Aile Hekimliği Anabilim Dalı, Ankara; 2015.
2. Yılmaz D. Çocuk Ruh Sağlığı ve Hastalıkları Anabilim Dalına Başvuran Çocuk ve Ergenlerde Bilgisayar Oyunu ve İnternet Kullanımı İle Utangaçlık ve Sosyal Fobi İlişkinin İncelenmesi. Uzmanlık Tezi, Uludağ Üniversitesi Tıp Fakültesi, Bursa. 2010.
3. Young KS. Internet addiction: A new clinical phenomenon and its consequences. American behavioral scientist. 2004;48(4):402-15.
4. Alaçam H. Denizli bölgesi üniversite öğrencilerinde internet bağımlılığının görülme sıklığı ve yetişkin dikkat eksikliği hiperaktivite bozukluğu ile ilişkisi. [Tıpta Uzmanlık Tezi]: Pamukkale Üniversitesi Tıp Fakültesi, Psikiyatri Anabilim Dalı, Denizli; 2012.
5. Günüş S, Kayri M. Türkiye’de internet bağımlılık profili ve internet bağımlılık ölçeğinin geliştirilmesi: Geçerlik-güvenirlik çalışması. Hacettepe Üniversitesi Eğitim Fakültesi Dergisi. 2010;39(39).
6. Saatçioğlu H. İnternet Bağımlılığı Tanısı Alan Ergenlerin Sosyal Bilişsel Becerilerinin Değerlendirilmesi [Tıpta Uzmanlık Tezi]: Ege Üniversitesi Tıp Fakültesi, Çocuk ve Ergen Ruh Sağlığı ve Hastalıkları A.D., İzmir; 2016.
7. Yar A. Ruhsal Bozukluğu Olan ve Olmayan Ergenlerde İnternet Bağımlılığı Yaygınlığı [Uzmanlık Tezi]: Kocaeli Üniversitesi Tıp Fakültesi, Çocuk ve Ergen Ruh Sağlığı ve Hastalıkları A.D., ; 2012.
8. Günüş S. İnternet bağımlılık ölçeğinin geliştirilmesi ve bazı demografik değişkenler ile internet bağımlılığı arasındaki ilişkilerin incelenmesi. Yüksek Lisans Tezi, Yüzüncü Yıl Üniversitesi Sosyal Bilimler Enstitüsü, Van. 2009.
9. Yalçın C. Sosyolojik bir bakış açısıyla internet. Cumhuriyet Üniversitesi Sosyal Bilimler Dergisi. 2003;27(1):77-89.
10. Arısoy Ö. İnternet bağımlılığı ve tedavisi. Psikiyatride Güncel Yaklaşımlar. 2009;1(1).
11. Tuna C. Ortaokul Öğrencilerinin Ebeveynleriyle Olan Bağlanma İlişkinin İnternet Bağımlılığına Etkisi [Yüksek Lisans Tezi]: Nişantaşı Üniversitesi Sosyal Bilimler Enstitüsü, Psikoloji A.D.; 2015.
12. Tuik T. Hanehalki Bilisim Teknolojileri Kullanım Arastirmasi. 2017.
13. Egger O, Rauterberg M. Internet Behavior and Addiction [monograph on the Internet]. Work and Organizational Psychology Unit (IfAP), Swiss Federal Institute of Technology, Zurich. 1996.
14. WHO. (Word Health Organization). Management of Substance Abuse; (19.03.2018). Available from: http://www.who.int/substance_abuse/terminology/definition1/en/.
15. VanGelder S. Internet addiction: is the internet a ‘pathological agent’includable as a disorder separate from other psychiatric diagnoses. Journal of Addictive Disorders. 2003;44:1-20.
16. Morahan-Martin J, Schumacher P. Incidence and correlates of pathological Internet use among college students☆. Computers in human behavior. 2000;16(1):13-29.
17. Davis RA. A cognitive-behavioral model of pathological Internet use. Computers in human behavior. 2001;17(2):187-95.
18. Eşgi N. The Adaptation of Parent-Child Internet Addiction Scale Into Turkish: The Study of Validity and Reliability. Kastamonu Education Journal. 2014;22(2):807-39.
19. Young KS. Internet addiction: symptoms, evaluation and treatment. Innovations in clinical practice: A source book. 1999;17:19-31.
20. Goldberg I. Internet addiction disorder. Retrieved November. 1996;24:2004.

21. Young KS. Internet addiction: The emergence of a new clinical disorder. *Cyberpsychology & behavior*. 1998;1(3):237-44.
22. Suler JR. To get what you need: healthy and pathological Internet use. *CyberPsychology & Behavior*. 1999;2(5):385-93.
23. Beard KW, Wolf EM. Modification in the proposed diagnostic criteria for Internet addiction. *CyberPsychology & Behavior*. 2001;4(3):377-83.
24. Shapira NA, Lessig MC, Goldsmith TD, Szabo ST, Lazoritz M, Gold MS, et al. Problematic internet use: proposed classification and diagnostic criteria. *Depression and anxiety*. 2003;17(4):207-16.
25. Chen S-H, Weng L-J, Su Y-J, Wu H-M, Yang P-F. Development of a Chinese Internet addiction scale and its psychometric study. *Chinese Journal of Psychology*. 2003.
26. Ko C-H, Yen J-Y, Chen C-C, Chen S-H, Yen C-F. Gender differences and related factors affecting online gaming addiction among Taiwanese adolescents. *The Journal of nervous and mental disease*. 2005;193(4):273-7.
27. Spada MM. An overview of problematic Internet use. *Addictive behaviors*. 2014;39(1):3-6.
28. Dalbudak E, Evren C, Aldemir S, Coskun KS, Ugurlu H, Yildirim FG. Relationship of internet addiction severity with depression, anxiety, and alexithymia, temperament and character in university students. *Cyberpsychology, Behavior, and Social Networking*. 2013;16(4):272-8.
29. Dalbudak E, Evren C. The relationship of Internet addiction severity with Attention Deficit Hyperactivity Disorder symptoms in Turkish University students; impact of personality traits, depression and anxiety. *Comprehensive psychiatry*. 2014;55(3):497-503.
30. Şenormancı Ö, Saraçlı Ö, Atasoy N, Şenormancı G, Koptürk F, Atik L. Relationship of Internet addiction with cognitive style, personality, and depression in university students. *Comprehensive Psychiatry*. 2014;55(6):1385-90.
31. Baysan-Arslan S, Cebeci S, Kaya M, Canbal M. Relationship between internet addiction and alexithymia among university students. *Clinical & Investigative Medicine*. 2016;39(6):111-5.
32. Budak E, Taymur I, Askin R, Gungor BB, Demirci H, Akgul AI, et al. Relationship between internet addiction, psychopathology and self-esteem among university students. *The European Research Journal*. 2015;1(3):128.
33. Gönül AS. Patolojik internet kullanımı (İnternet bağımlılığı/Kötüye kullanım). *Yeni Symposium*. 2002;40(3):105-10.
34. Grohol JM. Internet addiction guide. *Recuperado el*. 1999;6:25-6.
35. Caplan SE. Problematic Internet use and psychosocial well-being: development of a theory-based cognitive-behavioral measurement instrument. *Computers in human behavior*. 2002;18(5):553-75.
36. Kandel ER, Schwartz JH, Jessell TM, Siegelbaum SA, Hudspeth AJ. *Principles of neural science: McGraw-hill New York*; 2000.
37. Öztürk Ö, Odabaşoğlu G, Eraslan D, Genç Y, Kalyoncu ÖA. İnternet bağımlılığı: Kliniği ve tedavisi. *Bağımlılık Dergisi*. 2007;8(1):36-41.
38. Blum K, Braverman ER, Holder JM, Lubar JF, Monastra VJ, Miller D, et al. The reward deficiency syndrome: a biogenetic model for the diagnosis and treatment of impulsive, addictive and compulsive behaviors. *Journal of psychoactive drugs*. 2000;32(sup1):1-112.
39. Potenza M. The neurobiology of pathological gambling. *Seminars in clinical neuropsychiatry*. 2001;6(3):217-26.
40. Johansson A, Götestam KG. Problems with computer games without monetary reward: similarity to pathological gambling. *Psychological reports*. 2004;95(2):641-50.

41. Park HS, Kim SH, Bang SA, Yoon EJ, Cho SS, Kim SE. Altered regional cerebral glucose metabolism in internet game overusers: a 18 F-fluorodeoxyglucose positron emission tomography study. *CNS spectrums*. 2010;15(3):159-66.
42. Zhou Y, Lin F-c, Du Y-s, Zhao Z-m, Xu J-R, Lei H. Gray matter abnormalities in Internet addiction: a voxel-based morphometry study. *European journal of radiology*. 2011;79(1):92-5.
43. Lee YS, Han DH, Yang KC, Daniels MA, Na C, Kee BS, et al. Depression like characteristics of 5HTTLPR polymorphism and temperament in excessive internet users. *Journal of affective disorders*. 2008;109(1):165-9.
44. Douglas AC, Mills JE, Niang M, Stepchenkova S, Byun S, Ruffini C, et al. Internet addiction: Meta-synthesis of qualitative research for the decade 1996–2006. *Computers in human behavior*. 2008;24(6):3027-44.
45. Shaw M, Black DW. Internet addiction. *CNS drugs*. 2008;22(5):353-65.
46. Young KS, Rogers RC. The relationship between depression and Internet addiction. *Cyberpsychology & behavior*. 1998;1(1):25-8.
47. Amichai-Hamburger Y, Ben-Artzi E. Loneliness and Internet use. *Computers in human behavior*. 2003;19(1):71-80.
48. Sanders CE, Field TM, Miguel D, Kaplan M. The relationship of Internet use to depression and social isolation among adolescents. *Adolescence*. 2000;35(138):237.
49. Whang LS-M, Lee S, Chang G. Internet over-users' psychological profiles: a behavior sampling analysis on internet addiction. *Cyberpsychology & behavior*. 2003;6(2):143-50.
50. Kim K, Ryu E, Chon M-Y, Yeun E-J, Choi S-Y, Seo J-S, et al. Internet addiction in Korean adolescents and its relation to depression and suicidal ideation: a questionnaire survey. *International journal of nursing studies*. 2006;43(2):185-92.
51. Turnalar Kurtaran G. İnternet Bağımlılığını Yordayan Değişkenlerin İncelenmesi. Yayımlanmamış Yüksek Lisans Tezi Mersin Üniversitesi Sosyal Bilimler Enstitüsü Mersin. 2008.
52. Kohut H. The analysis of the self: A systematic approach to the psychoanalytic treatment of narcissistic personality disorders: University of Chicago Press; 2013.
53. Üçkardeş EA. Mersin Üniversitesi Öğrencileri Arasında İnternet Bağımlılığının Değerlendirilmesi. Uzmanlık Tezi, Mersin Üniversitesi Tıp Fakültesi, Psikiyatri Anabilim Dalı, Mersin. 2010.
54. Ko C-H, Yen J-Y, Yen C-F, Chen C-S, Wang S-Y. The association between Internet addiction and belief of frustration intolerance: the gender difference. *Cyberpsychology & Behavior*. 2008;11(3):273-8.
55. APA. (American Psychiatric Association). Diagnostic and statistical manual of mental disorders (DSM-5®). 2013.
56. Chou C, Condrón L, Belland JC. A review of the research on Internet addiction. *Educational Psychology Review*. 2005;17(4):363-88.
57. Griffiths M. Does Internet and computer" addiction" exist? Some case study evidence. *CyberPsychology and Behavior*. 2000;3(2):211-8.
58. Murali V, George S. Lost online: an overview of internet addiction. *Advances in Psychiatric Treatment*. 2007;13(1):24-30.
59. Suhail K, Bargees Z. Effects of excessive Internet use on undergraduate students in Pakistan. *CyberPsychology & Behavior*. 2006;9(3):297-307.
60. Jacobs K, Baker NA. The association between children's computer use and musculoskeletal discomfort. *Work*. 2002;18(3):221-6.
61. Young K, Pistner M, O'MARA J, Buchanan J. Cyber disorders: the mental health concern for the new millennium. *CyberPsychology & Behavior*. 1999;2(5):475-9.

62. Doğrusever C. Analyzing Internet addiction of pre-adolescents in terms of loneliness, social skills, and some socio-demographic variables: Master's thesis, Çukurova University, Turkey). Retrieved from <https://tez.yok.gov.tr/UlusalTezMerkezi>; 2015.
63. Atmaca M. A case of problematic internet use successfully treated with an SSRI-antipsychotic combination. *Progress in Neuro-Psychopharmacology and Biological Psychiatry*. 2007;31(4):961-2.
64. Sattar P, Ramaswamy S. Internet gaming addiction. *The Canadian Journal of Psychiatry*. 2004;49(12):871-2.
65. Young KS. Cognitive behavior therapy with Internet addicts: treatment outcomes and implications. *CyberPsychology & Behavior*. 2007;10(5):671-9.
66. Kayri M, Günüç S. The adaptation of internet addiction scale into Turkish: The study of validity and reliability. *Ankara University, Journal of Faculty of Educational Sciences*. 2009;42(1):157-75.
67. Dean A, Sullivan K, Soe M. OpenEpi: Open source epidemiologic statistics for public health, version. 2014.
68. Nichols LA, Nicki R. Development of a psychometrically sound internet addiction scale: A preliminary step. *Psychology of Addictive Behaviors*. 2004;18(4):381.
69. Korkut Owen F, Bugay A. İletişim becerileri ölçeği'nin geliştirilmesi: geçerlik ve güvenilirlik çalışması. *Mersin Üniversitesi Eğitim Fakültesi Dergisi*. 2014;10(2).
70. Spss I. IBM SPSS statistics 22. New York: IBM Corp. 2013.
71. Tabachnick BG, Fidell LS. *Using multivariate statistics*: Allyn & Bacon/Pearson Education; 2007.
72. Hayran M, Hayran M. Pearson korelasyon analizi. Sağlık araştırmaları için temel istatistik Ankara, Türkiye, Art Ofset Matbaacılık Organizasyon Ltd Şti. 2011:313.
73. Hayran M. Sağlık araştırmaları için temel istatistik: Omega Araştırma; 2011.
74. Canan F, Ataoglu A, Ozcetin A, Icmeli C. The association between Internet addiction and dissociation among Turkish college students. *Comprehensive psychiatry*. 2012;53(5):422-6.
75. Jenaro C, Flores N, Gómez-Vela M, González-Gil F, Caballo C. Problematic internet and cell-phone use: Psychological, behavioral, and health correlates. *Addiction research & theory*. 2007;15(3):309-20.
76. Ni X, Yan H, Chen S, Liu Z. Factors influencing internet addiction in a sample of freshmen university students in China. *Cyberpsychology & behavior*. 2009;12(3):327-30.
77. Lin M-P, Ko H-C, Wu JY-W. Prevalence and psychosocial risk factors associated with Internet addiction in a nationally representative sample of college students in Taiwan. *Cyberpsychology, Behavior, and Social Networking*. 2011;14(12):741-6.
78. Yates TM, Gregor MA, Haviland MG. Child maltreatment, alexithymia, and problematic internet use in young adulthood. *Cyberpsychology, Behavior, and Social Networking*. 2012;15(4):219-25.
79. Kuyucu M. Y Kuşağı ve Facebook: Y Kuşağının Facebook Kullanım Alışkanlıkları Üzerine Bir İnceleme. *Elektronik Sosyal Bilimler Dergisi*. 2014;49(49).
80. Yen J-Y, Yen C-F, Chen C-S, Tang T-C, Ko C-H. The association between adult ADHD symptoms and internet addiction among college students: the gender difference. *Cyberpsychology & Behavior*. 2009;12(2):187-91.
81. Balta ÖÇ, Horzum MB. The factors that affect internet addiction of students in a web based learning environment. *Ankara University, Journal of Faculty of Educational Sciences*. 2008;41(1):187-205.
82. Üneri Ö, Tanıdır C. Bir grup lise öğrencisinde internet bağımlılığı değerlendirilmesi: Kesitsel bir çalışma [Evaluation of Internet addiction in a group of high school students: A cross-sectional study]. *Düşünen Adam Psikiyatri ve Nörolojik Bilimler Dergisi*. 2011:265-72.


83. Esen E. Ergenlerde internet bağımlılığını yordayan psiko-sosyal değişkenlerin incelenmesi [Yüksek Lisans Tezi]: DEÜ Eğitim Bilimleri Enstitüsü, İzmir; 2010.
84. Cömert IT, Ögel K. İstanbul örnekleminde internet ve bilgisayar bağımlılığının yaygınlığı ve farklı etkenlerle ilişkisi. *Türkiye Klinikleri Journal of Forensic Medicine and Forensic Sciences*. 2009;6(1):9-16.
85. Odacı H, Çelik ÇB. Who are problematic internet users? An investigation of the correlations between problematic internet use and shyness, loneliness, narcissism, aggression and self-perception. *Computers in Human Behavior*. 2013;29(6):2382-7.
86. Şahin M. İlköğretim okulu öğrencilerindeki internet bağımlılığı. Yüksek Lisans Tezi, Yeditepe Üniversitesi Sosyal Bilimler Enstitüsü, İstanbul. 2011.
87. Aslanbay M. A compulsive consumption: Internet use addiction tendency. Yüksek lisans tezi, Marmara Üniversitesi Sosyal Bilimler Enstitüsü, İstanbul. 2006.
88. İnan A. İlköğretim II. kademe ve ortaöğretim öğrencilerinde internet bağımlılığı. Yüksek lisans tezi, Atatürk Üniversitesi Sosyal Bilimler Enstitüsü, Erzurum. 2010.
89. Ersun A, Köze BŞ, Muslu G, Beytut D, Başbakkal Z, Zeynep C. Hemşirelik Yüksekokulu Öğrencilerinde İnternet Kullanımı ile Sosyal Destek Sistemi Arasındaki İlişkinin İncelenmesi. *Florence Nightingale Hemşirelik Dergisi*. 2012;20(2):86-92.
90. Kaplan N. Ortaokul öğrencilerinde internet bağımlılık düzeylerinin sağlık üzerine etkilerinin incelenmesi [Yüksek Lisans Tezi]: İzmir Katip Çelebi Üniversitesi Sağlık Bilimleri Enstitüsü, İzmir; 2016.
91. Tuik T. Hanehalki Bilisim Teknolojileri Kullanım Arastirmasi. 2012.
92. Şahin N. Ergenlik problemleri ve baş etme yöntemleri ile internet bağımlılığı arasındaki ilişki: Master thesis, Halic University, Istanbul; 2014.
93. Ergin A, Uzun SU, Bozkurt AI. Tıp fakültesi öğrencilerinde internet bağımlılığı sıklığı ve etkileyen etmenler. *Pamukkale Tıp Dergisi*. 2013(3):134-42.
94. Bilge F. Bir Grup İlköğretim Öğrencisinde Bilgisayara Yönelik Bağımlılık Eğilimi Değerlendirmesi. *Hacettepe Üniversitesi Eğitim Fakültesi Dergisi*. 2012;43(43).
95. Öner K. Lise öğrencisi ergenlerde depresyon, internet bağımlılığı ve ilişkili faktörler [Yüksek Lisans Tezi]: Adnan Menderes Üniversitesi, Sağlık Bilimleri Enstitüsü, Aydın; 2015.
96. Günüş S. İnternet Bağımlılığını Yordayan Bazı Değişkenlerin Cart ve Chaid Analizleri ile İncelenmesi. *Türk Psikoloji Dergisi*. 2013;28(71):88.
97. Eldeleklioğlu J, Vural M. Predictive effects of academic achievement, internet use duration, loneliness and shyness on internet addiction. *Hacettepe Üniversitesi Eğitim Fakültesi Dergisi*. 2013;28(28-1).
98. Durak M, Durak EŞ. Gençlerde Sosyal Kaygı ve Depresyonun Problemler İnternet Kullanımıyla İlgili Bilişlerle İlişkisi. *Eğitim ve Bilim*. 2013;38(169).
99. Kır İ, Sulak Ş. Eğitim Fakültesi Öğrencilerinin İnternet Bağımlılık Düzeylerinin İncelenmesi. *Elektronik Sosyal Bilimler Dergisi*. 2014;13(51).
100. Tsai C-C, Lin SS. Internet addiction of adolescents in Taiwan: An interview study. *CyberPsychology & Behavior*. 2003;6(6):649-52.
101. Lin SS, Tsai C-C. Sensation seeking and internet dependence of Taiwanese high school adolescents. *Computers in human behavior*. 2002;18(4):411-26.
102. Cengizhan C. Öğrencilerin bilgisayar ve internet kullanımında yeni bir boyut: internet bağımlılığı. *MÜ Atatürk Eğitim Fakültesi Eğitim Bilimleri Dergisi*. 2005(22):83-98.
103. 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.
104. Doğan A. İnternet Bağımlılığı Yaygınlığı, Yayınlanmamış Yüksek Lisans Tezi. İzmir, Dokuz Eylül Üniversitesi Eğitim Bilimleri Enstitüsü. 2013.
105. Bingöl Karagöz D. İnternet bağımlılığı ve bilgisayar oyun bağımlılığı yaygınlığının, ilişkili etkenlerin incelenmesi [Tıpta Uzmanlık Tezi]: Kocaeli Üniversitesi Tıp Fakültesi; 2017.

106. Yıldız Ü. Üniversite öğrencilerinde obezite oluşumunda internet bağımlılığının etkisinin saptanması [Tıpta Uzmanlık Tezi]: Dokuz Eylül Üniversitesi Tıp Fakültesi, Aile Hekimliği Anabilim Dalı, İzmir; 2014.
107. Mota J, Ribeiro J, Santos MP, Gomes H. Obesity, physical activity, computer use, and TV viewing in Portuguese adolescents. *Pediatric Exercise Science*. 2006;18(1):113-21.
108. Li M, Deng Y, Ren Y, Guo S, He X. Obesity status of middle school students in Xiangtan and its relationship with Internet addiction. *Obesity*. 2014;22(2):482-7.
109. Strittmatter E, Kaess M, Parzer P, Fischer G, Carli V, Hoven CW, et al. Pathological Internet use among adolescents: Comparing gamers and non-gamers. *Psychiatry research*. 2015;228(1):128-35.
110. Çam HH, Nur N. Adölesanlarda internet bağımlılığı prevalansı ile psikopatolojik semptomlar ve obezite arasındaki ilişkinin incelenmesi. *TAF Preventive Medicine Bulletin*. 2015;14(3):181-8.
111. Ha JH, Kim SY, Bae SC, Bae S, Kim H, Sim M, et al. Depression and Internet addiction in adolescents. *Psychopathology*. 2007;40(6):424-30.
112. Sevindik F. Fırat üniversitesi öğrencilerinde problemlerli internet kullanımı ve sağlıklı yaşam biçimi davranışlarının belirlenmesi [Doktora Tezi]: İnönü Üniversitesi Sağlık Bilimleri Enstitüsü, Malatya; 2011.
113. Kuzu A, Odabaşı F, Erişti S, Kabakçı I, Kurt A, Akbulut Y, et al. İnternet kullanımı ve aile. T. C. Başbakanlık Aile ve Sosyal Araştırmalar Genel Müdürlüğü Bilim Serisi ed2008.
114. Önay N. Ergenlerde internet bağımlılığı yordayıcıları olarak ana baba tutumları, iletişim becerisi ve yalnızlık algısı: İstanbul Arel Üniversitesi; 2014.
115. Ceyhan AA, Yalpaze İ. Genç yetişkinlerin Facebook kullanım davranışları ve algılanan iletişim becerileri. *Dokuz Eylül Üniversitesi Buca Eğitim Fakültesi Dergisi*. 2017(44):152-68.
116. Karatekin K, Sönmez ÖF, Kuş Z. İlköğretim Öğrencilerinin İletişim Becerilerinin Çeşitli Değişkenler Açısından İncelenmesi *Turkish Studies*. 2012;7(3):1695-708.
117. Yiğit Z. 13-18 yaş aralığındaki ergenlerde, problemlerli internet kullanımı, öz anlayış ve iletişim becerileri arasındaki ilişkinin incelenmesi: İstanbul Arel Üniversitesi; 2015.
118. Ozcinar Z. The relationship between internet addiction and communication, educational and physical problems of adolescents in North Cyprus. *Journal of psychologists and counsellors in schools*. 2011;21(1):22-32.
119. Tanriverdi S. Ortaöğretim öğrencilerinde internet bağımlılığı ile algılanan sosyal destek arasındaki ilişkinin incelenmesi. Yayımlanmamış Yüksek Lisans Tezi Van Yüzüncü Yıl Üniversitesi, Eğitim Bilimleri Enstitüsü, Van. 2012.
120. 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):205-9.
121. Tsimtsiou Z, Haidich A-B, Spachos D, Kokkali S, Bamidis P, Dardavesis T, et al. Internet addiction in Greek medical students: an online survey. *Academic Psychiatry*. 2015;39(3):300-4.
122. Williams D, Yee N, Caplan SE. Who plays, how much, and why? Debunking the stereotypical gamer profile. *Journal of computer-mediated communication*. 2008;13(4):993-1018.
123. Ng BD, Wiemer-Hastings P. Addiction to the internet and online gaming. *Cyberpsychology & behavior*. 2005;8(2):110-3.
124. Blinka L, Škařupová K, Ševčíková A, Wölfling K, Müller KW, Dreier M. Excessive internet use in European adolescents: What determines differences in severity? *International journal of public health*. 2015;60(2):249-56.
125. Impraim S. The relationship among internet addiction, use of facebook and academic performance [Yayımlanmamış yüksek lisans tezi]: Fatih Üniversitesi, İstanbul; 2012.

126. Taylan HH, Işık M. Sakarya'da Ortaokul Ve Lise Öğrencilerinde İnternet Bağımlılığı. International Periodical For The Languages, Literature and History of Turkish or Turkic. 2015;10/6:855-74.
127. Young KS, editor What makes the Internet addictive: Potential explanations for pathological Internet use. 105th annual conference of the American Psychological Association; 1997: Chicago.
128. Sakarya D, Doğan YB. Erkek Üniversite Öğrencilerinde İnternet Kullanım Örüntüleri ve Kullanım Örüntülerinin Psikopatolojiyle İlişkisi: Epidemiyolojik Bir Araştırma. Kriz Dergisi.19(1-2-3):29-36.
129. Ekinci Ö, Çelik T, Savaş N, Toros F. Association between internet use and sleep problems in adolescents. Nöro Psikiyatri Arşivi. 2014;51(2):122.
130. Koçaş F. Mersin'de lise öğrencilerinde sanal iletişim araçlarının kullanımı ve internet bağımlılığının uyku kalitesi ile ilişkisinin araştırılması [Tıpta Uzmanlık Tezi]: Mersin Üniversitesi 2017.
131. Demirci A, Doğan R, Matrak YC, Kuruoglu E, Mevsim V. The Effect of Problematic Internet Use on the Sleep Quality of Medical Students. Turkish Journal of Family Medicine & Primary Care. 2015;9(4):143-9.
132. Çam HH. Adölesanlarda internet bağımlılığı prevalansı ile psikopatolojik semptomlar ve obezite arasındaki ilişkinin incelenmesi [Doktora Tezi]: Cumhuriyet Üniversitesi, Sağlık Bilimleri Enstitüsü, Sivas; 2014.
133. Aktepe E, Olgaç-Dündar N, Soyöz Ö, Sönmez Y. Possible internet addiction in high school students in the city center of Isparta and associated factors: a cross-sectional study. Turkish Journal of Pediatrics. 2013;55(4).
134. Bayraktar F, Gün Z. Incidence and correlates of Internet usage among adolescents in North Cyprus. CyberPsychology & Behavior. 2006;10(2):191-7.
135. Taçyıldız Ö. Lise öğrencilerinin internet bağımlılığı düzeylerinin bazı değişkenlere göre yordanması. Yayınlanmamış Yüksek Lisans Tezi, Ege Üniversitesi, İzmir. 2010.

EKLER


Ek 1. Etik Kurulu Kararı

 T.C.
SÜLEYMAN DEMİREL ÜNİVERSİTESİ
Tıp Fakültesi Klinik Araştırmalar Etik Kurulu Başkanlığı

Sayı : 72867572.050.01- 67012 13 -04- 2017
Konu : Etik Kurul Kararı

Sayın Prof. Dr. Ahmet Nesimi KİŞİOĞLU
Tıp Fakültesi
Halk Sağlığı Anabilim Dalı

Sorumlu araştırmacı olduğunuz “Bir Üniversitenin Birinci Öğretim Lisans Öğrencilerinde İnternet Bağımlılığı ve İlişkili Faktörler” isimli çalışmanızın kurulumuz tarafından uygun görüldüğüne ilişkin 05/04/2017 tarih ve 57 sayılı Süleyman Demirel Üniversitesi Tıp Fakültesi Klinik Araştırmalar Etik Kurulu Kararı yazımız ekinde gönderilmiştir.
Bilgilerinizi rica ederim.


Prof. Dr. Mekin SEZİK
Başkan

Ek : Etik Kurulu Kararı (2 Sayfa)

S.D.Ü. Tıp Fakültesi Dekanlığı Doğu Kampusu 32260 - ISPARTA Bilgi İçin : İ.Etem YETİŞEN
Tel : 0 (246) 2113704 Faks : 0 (246) 2371165 Bilgisayar İşletmeni
e-posta : tipetik@sdu.edu.tr İnternet Adresi : www.tip.sdu.edu.tr Tel : 0 (246) 2113704

KLİNİK ARAŞTIRMALAR ETİK KURULU KARAR FORMU

Araştırmanın Açık Adı Araştırmanın Protokol Kodu	Bir Üniversitenin Birinci Öğretim Lisans Öğrencilerinde İnternet Bağımlılığı ve İlişkili Faktörler. (05.04.2017 tarih ve 57 sayılı karar)
---	---

ETİK KURUL BİLGİLERİ	ETİK KURULUN ADI	Süleyman Demirel Üniversitesi Tıp Fakültesi Klinik Araştırmalar Etik Kurulu Başkanlığı - (2012-KAEK-38)			
	AÇIK ADRESİ	S.D.Ü. Doğu Kampüsü Tıp Fakültesi Dekanlığı Binası – ISPARTA			
	TELEFON	246.2113704			
	FAKS	246.2371165			
	E-POSTA	tipetik@sdu.edu.tr			
BAŞVURU BİLGİLERİ	KOORDİNATÖR/SORUMLU ARAŞTIRMACI UNVANI/ADI/SOYADI	Prof. Dr. Ahmet Nesimi KİŞİOĞLU			
	KOORDİNATÖR/SORUMLU ARAŞTIRMACININ UZMANLIK ALANI	Halk Sağlığı			
	KOORDİNATÖR/SORUMLU ARAŞTIRMACININ BULUNDUĞU MERKEZ	Süleyman Demirel Üniversitesi Tıp Fakültesi Halk Sağlığı Anabilim Dalı			
	VARSA İDARİ SORUMLU UNVANI/ADI/SOYADI				
	DESTEKLEYİCİ				
	PROJE YÜRÜTÜCÜSÜ UNVANI/ADI/SOYADI (TÜBİTAK vb. gibi kaynaklardan destek alanlar için)				
	DESTEKLEYİCİNİN YASAL TEMSİLCİSİ				
	ARAŞTIRMANIN FAZI VE TÜRÜ	FAZ 1 : <input type="checkbox"/>	FAZ 2 : <input type="checkbox"/>	FAZ 3 : <input type="checkbox"/>	FAZ 4 : <input type="checkbox"/>
		Gözlemsel ilaç çalışması	<input type="checkbox"/>		
		Tıbbi cihaz klinik araştırması	<input type="checkbox"/>		
İn vitro tıbbi tanı cihazları ile yapılan performans değerlendirme çalışmaları		<input type="checkbox"/>			
İlaç dışı klinik araştırma		<input type="checkbox"/>			
	Diğer ise belirtiniz : Anket				
ARAŞTIRMAYA KATILAN MERKEZLER	TEK MERKEZ <input checked="" type="checkbox"/>	ÇOK MERKEZLİ <input type="checkbox"/>	ULUSAL <input checked="" type="checkbox"/>	ULUSLARARASI <input type="checkbox"/>	
DEĞERLENDİRİLEN BELGELER	Belge Adı	Tarihi	Versiyon Numarası	Dili	
	ARAŞTIRMA PROTOKOLÜ			Türkçe <input type="checkbox"/> İngilizce <input type="checkbox"/> Diğer <input type="checkbox"/>	
	BİLGİLENDİRİLMİŞ GÖNÜLLÜ OLUR FORMU			Türkçe <input type="checkbox"/> İngilizce <input type="checkbox"/> Diğer <input type="checkbox"/>	
	OLGU RAPOR FORMU			Türkçe <input type="checkbox"/> İngilizce <input type="checkbox"/> Diğer <input type="checkbox"/>	
ARAŞTIRMA BROŞÜRÜ			Türkçe <input type="checkbox"/> İngilizce <input type="checkbox"/> Diğer <input type="checkbox"/>		
DEĞERLENDİRİLEN DİĞER BELGELER	Belge Adı	Açıklama			
	SİGORTA	<input type="checkbox"/>			
	ARAŞTIRMA BÜTÇESİ	<input type="checkbox"/>			
	BİYOLOJİK MATERYEL TRANSFER FORMU	<input type="checkbox"/>			
	İLAN	<input type="checkbox"/>			
	YILLIK BİLDİRİM	<input type="checkbox"/>			
	SONUÇ RAPORU	<input type="checkbox"/>			
	GÜVENLİLİK BİLDİRİMLERİ	<input type="checkbox"/>			
DİĞER	<input checked="" type="checkbox"/>	Anket Örneği			

Prof. Dr. Mekin SEZİK
Etik Kurul Başkanı



KLİNİK ARAŞTIRMALAR ETİK KURULU KARAR FORMU

Araştırmanın Açık Adı Araştırmanın Protokol Kodu		Bir Üniversitenin Birinci Öğretim Lisans Öğrencilerinde İnternet Bağımlılığı ve İlişkili Faktörler						
KARAR BİLGİLERİ	Karar No: 57		Tarih: 05.04.2017					
	Yukarıda bilgileri verilen başvuru dosyası ile ilgili belgeler araştırmanın/çalışmanın gerekçe, amaç, yaklaşım ve yöntemleri dikkate alınarak incelenmiş ve uygun bulunmuş olup araştırmanın/çalışmanın başvuru dosyasında belirtilen merkezlerde gerçekleştirilmesinde etik ve bilimsel sakınca bulunmadığına toplantıya katılan etik kurul üye tam sayısının salt çoğunluğu ile karar verilmiştir.							
SÜLEYMAN DEMİREL ÜNİVERSİTESİ TIP FAKÜLTESİ KLİNİK ARAŞTIRMALAR ETİK KURULU								
ETİK KURULUN ÇALIŞMA ESASI		İlaç ve Biyolojik Ürünlerin Klinik Araştırmaları Hakkında Yönetmelik, İy Klinik Uygulamaları Kılavuzu						
BAŞKANIN UNVANI / ADI / SOYADI:		Prof. Dr. Mekin SEZİK						
Unvanı/Adı/Soyadı	Uzmanlık Alanı	Kurumu	Cinsiyet		Araştırma ile ilişkisi		Katılım *	İmza
Prof. Dr. Mekin SEZİK	Kadın Hast. ve Doğum	SDÜ Tıp Fakültesi	E <input checked="" type="checkbox"/>	K <input type="checkbox"/>	E <input type="checkbox"/>	H <input checked="" type="checkbox"/>	E <input checked="" type="checkbox"/> H <input type="checkbox"/>	
Prof. Dr. Mustafa TÜZ	Kulak Burun Boğaz Hast.	SDÜ Tıp Fakültesi	E <input checked="" type="checkbox"/>	K <input type="checkbox"/>	E <input type="checkbox"/>	H <input checked="" type="checkbox"/>	E <input checked="" type="checkbox"/> H <input type="checkbox"/>	
Prof. Dr. Buket ARIDOĞAN	Tıbbi Mikrobiyoloji	SDÜ Tıp Fakültesi	E <input type="checkbox"/>	K <input checked="" type="checkbox"/>	E <input type="checkbox"/>	H <input checked="" type="checkbox"/>	E <input checked="" type="checkbox"/> H <input type="checkbox"/>	
Prof. Dr. Ahmet Nesimi KİŞİOĞLU	Halk Sağlığı	SDÜ Tıp Fakültesi	E <input checked="" type="checkbox"/>	K <input type="checkbox"/>	E <input checked="" type="checkbox"/>	H <input type="checkbox"/>	E <input type="checkbox"/> H <input checked="" type="checkbox"/>	Sorumlu Araştırmacı
Doç. Dr. Mehmet Fahrettin ÖNDER	Hukuk	SDÜ Hukuk Fakültesi	E <input checked="" type="checkbox"/>	K <input type="checkbox"/>	E <input type="checkbox"/>	H <input checked="" type="checkbox"/>	E <input checked="" type="checkbox"/> H <input type="checkbox"/>	
Doç. Dr. Derya YILDIRIM	Ağız Diş ve Çene Radyoloji	SDÜ Diş Hek. Fak.	E <input type="checkbox"/>	K <input checked="" type="checkbox"/>	E <input type="checkbox"/>	H <input checked="" type="checkbox"/>	E <input checked="" type="checkbox"/> H <input type="checkbox"/>	
Yrd. Doç. Dr. Halil AŞCI	Farmakoloji	SDÜ Tıp Fakültesi	E <input checked="" type="checkbox"/>	K <input type="checkbox"/>	E <input type="checkbox"/>	H <input checked="" type="checkbox"/>	E <input checked="" type="checkbox"/> H <input type="checkbox"/>	
Yrd. Doç. Dr. Derya CEYHAN	Pedodonti	SDÜ Diş Hek. Fak.	E <input type="checkbox"/>	K <input checked="" type="checkbox"/>	E <input type="checkbox"/>	H <input checked="" type="checkbox"/>	E <input checked="" type="checkbox"/> H <input type="checkbox"/>	
Yrd. Doç. Dr. Abdullah Meriç ÜNAL	Ortopedi ve Travmatoloji	SDÜ Tıp Fakültesi	E <input checked="" type="checkbox"/>	K <input type="checkbox"/>	E <input type="checkbox"/>	H <input checked="" type="checkbox"/>	E <input checked="" type="checkbox"/> H <input type="checkbox"/>	
Uzman Dr. Seçkin AYDIN SAVAŞ	Plastik ve Estetik Cerrahi	Isparta Kamu Hastaneleri	E <input type="checkbox"/>	K <input checked="" type="checkbox"/>	E <input type="checkbox"/>	H <input checked="" type="checkbox"/>	E <input checked="" type="checkbox"/> H <input type="checkbox"/>	
Uzman Dr. Murat YILDIRIM	Kalp ve Damar Cerrahisi	Isparta Kamu Hastaneleri	E <input checked="" type="checkbox"/>	K <input type="checkbox"/>	E <input type="checkbox"/>	H <input checked="" type="checkbox"/>	E <input type="checkbox"/> H <input checked="" type="checkbox"/>	GÖREVLİ
Öğr. Gör. Mehmet Erhan ŞAHİN	Biyomedikal ve Cihaz Teknoloji	SDÜ Teknik Bil. M.Y.O.	E <input checked="" type="checkbox"/>	K <input type="checkbox"/>	E <input type="checkbox"/>	H <input checked="" type="checkbox"/>	E <input checked="" type="checkbox"/> H <input type="checkbox"/>	
Osman PARÇAOĞLU	Sivil Üye	Esnaf	E <input checked="" type="checkbox"/>	K <input type="checkbox"/>	E <input type="checkbox"/>	H <input checked="" type="checkbox"/>	E <input checked="" type="checkbox"/> H <input type="checkbox"/>	

* : Toplantıda Bulunma

Ek 2. Araştırmada Kullanılan Ölçeklerin Kullanım İzinleri



Murat Kayri <murat.kayri@batman.edu.tr>
17.03.2017 (Cum), 15:13
Siz

Yanıtla

Serdar Bey, elbette ölçeğimizi kullanabilirsiniz. Ölçek formuna ihtiyacınız olursa selimgunuc@hotmail.com adresinden (Yrd.Doç.Dr. Selim Günüş Bey'den) talep edebilirsiniz. Kolaylıklar dilerim.

Gönderen: serdar yıldırım <dr.serdaryildirim@hotmail.com>

Gönderildi: 16 Mart 2017 Perşembe 20:29

Kime: Murat Kayri

Konu: İnternet Bağımlılık Ölçeği-Kullanım İzni

Sayın Hocam;

"Bir üniversitenin Birinci Öğretim Lisans Öğrencilerinde İnternet Bağımlılığı ve İlişkili Faktörler" başlıklı tıpta uzmanlık tezimde tarafınızca geçerlilik ve güvenilirlik çalışması yapılan "İnternet Bağımlılık Ölçeği "ni (Kayri ve Günüş (2009)) kullanabilmek için izin ve müsaadelerinizi talep ediyorum. Saygılarımla;

Arş. Gör. Dr. Serdar YILDIRIM
SDÜ Tıp Fakültesi Halk Sağlığı A.D.



Fidan KORKUT <korkut@hacettepe.edu.tr>
10.03.2017 (Cum), 16:55
Siz

Yanıtla

13.03.2017 15:02 tarihinde yanıt verdiniz.



İBO maddeleri ve anaht...
23 KB

İndir OneDrive - Kişisel konumuna kaydet

Sayın Yıldırım

Üniversitelerle çalışacağınız için İletişim Becerilerini Değerlendirme Ölçeği (Korkut 1996) yerine size daha yenilerde bir geliştirdiğim ölçeği (Korkut Owen ve Bugay, 2104) kullanmanızı önereceğim. İlgili makaleye ulaşabileceğiniz link ekte..
<http://dergipark.ulakbim.gov.tr/mersinefd/article/view/5000013912>

Ölçek maddeleri ve anahtarını da ekledim..

Kolaylıklar dilerim
Fidan Korkut Owen

On 03/10/17 07:25 AM, **serdar yıldırım** <dr.serdaryildirim@hotmail.com> wrote:

Sayın Hocam;

"Bir üniversitenin Birinci Öğretim Lisans Öğrencilerinde İnternet Bağımlılığı ve İlişkili Faktörler" başlıklı tıpta uzmanlık tezimde tarafınızca geliştirilen "İletişim Becerilerini Değerlendirme Ölçeği"ni kullanabilmek için izin ve müsaadelerinizi talep ediyorum.

Saygılarımla;

Ek 3. Tanımlayıcı Bilgi Formu

Anket no:

Elinizdeki anket Süleyman Demirel Üniversitesi Tıp Fakültesi Halk Sağlığı Anabilim Dalı'nda görev yapan Arş. Gör. Dr. Serdar Yıldırım'ın Tıpta Uzmanlık Tezi kapsamında hazırlanmış olup, "Bir Üniversitenin Birinci Öğretim Lisans Öğrencilerinde İnternet Bağımlılığı ve İlişkili Faktörler" başlıklı bir tez çalışmasına aittir. Elde edilen bilgiler yalnızca araştırma amaçlı kullanılacak ve başka amaçla paylaşılmayacaktır. Katılımcıların bilgileri gizli tutulacaktır. Katılarınız için teşekkür ederiz.

Arş. Gör. Dr. Serdar YILDIRIM
Süleyman Demirel Üniversitesi Tıp Fakültesi
Halk Sağlığı Anabilim Dalı

1. Fakülteniz:
2. Bölümünüz:
3. Sınıfınız:
4. Yaşınız:.....
5. Cinsiyetiniz: 1. Erkek 2. Kadın
6. Sigara içiyor musunuz? 1.Evet 2.Hayır (Hiç kullanmamış) 3.Bırakmış
7. Sigara içiyor iseniz günde kaç adet içiyorsunuz?.....adet/gün
8. Alkol kullanıyor musunuz? 1.Hiç kullanmıyorum 2.Nadiren kullanıyorum 3.Sıklıkla kullanıyorum
9. Kendi sağlığınızı nasıl algılıyorsunuz?
1. Çok iyi(mükemmel) 2. İyi 3. Orta 4. Kötü 5.Çok kötü
10. Derslerinizdeki başarı durumunuzu nasıl değerlendirirsiniz?
1. Çok iyi(mükemmel) 2. İyi 3. Orta 4. Kötü 5.Çok kötü
11. Nerede konaklıyorsunuz?
1. Devlet yurdu 2. Özel yurt 3. Öğrenci evi/ apart 4. Aile/ akraba ile birlikte
12. Yaşamınızın büyük bölümünü nerede geçirdiniz?
1. Köy-kasaba-ilçe 2. Kent 3. Büyük kent(nüfusu 750.000'in üzerinde olan kentler)
13. Arkadaşlarınızla ilişkilerinizi nasıl değerlendirirsiniz?
1. Çok iyi(mükemmel) 2. İyi 3. Orta 4. Kötü 5.Çok kötü
14. Aile bireylerinizle ilişkilerinizi nasıl değerlendirirsiniz?
1. Çok iyi(mükemmel) 2. İyi 3. Orta 4. Kötü 5.Çok kötü
15. Ailenizin gelir düzeyini nasıl algılıyorsunuz?
1. Çok kötü 2. Kötü 3. Orta 4. İyi 5. Çok iyi
16. Ailenizin gelir-gider dengesi aşağıdakilerden hangisine uyar?
1. Geliri giderinden az 2. Geliri-giderine eşit 3. Geliri giderinden fazla
17. Ailenizin özelliği hangisine uymaktadır?
1. Çekirdek aile 2.Geniş aile 3. Dağılmış aile
18. Annenizin eğitim durumu nedir?
1.Okur/yazar değil 2.Okuryazar 3.İlkokul mezunu
4.Ortaokul mezunu 5.Lise mezunu 6.Üniversite mezunu
19. Babanızın eğitim durumu nedir?
1.Okur/yazar değil 2.Okuryazar 3.İlkokul mezunu
4.Ortaokul mezunu 5.Lise mezunu 6.Üniversite mezunu
20. Kendiniz hariç kaç kardeşiniz bulunmakta?.....
21. Haftada kaç gün internete girersiniz?
22. Günde ortalama kaç saat internete girersiniz? saat/gün
23. Sizce internette ne kadar zaman geçiriyorsunuz?
1. Çok fazla 2. Fazla 3. Orta 4. Az 5.Çok az
24. Kendinize ait bir bilgisayarınız var mı? 1. Var 2. Yok
25. Konakladığınız yerde internet bağlantısı var mı? 1. Var 2. Yok
26. İnternete genellikle nereden giriyorsunuz?
1. Ev bilgisayarından 2. Okul bilgisayarından 3. İnternet kafeden 4. Cep telefonundan
27. Genellikle internete hangi amaç için giriyorsunuz? (lütfen tek seçenek işaretleyiniz)
1. Sosyal medyaya için 2. Mesajlaşmak için 3. Haber okumak/ödev yapmak için 4. Oyun oynamak için
5. Film izlemek/müzik dinlemek için 6. İnternette gezinti yapmak için 7. Diğer.....
28. İnternet üzerinden oyun oynuyor musunuz? 1. Evet 2. Hayır

29. İnternette geçirdiğiniz sürenin ne kadarını oyun oynayarak harcıyorsunuz?
1. Hiç/Az bir kısmını 2. Yarısını/Yarisına yakınını 3. Tamamını/Tamamına yakınını
30. Sosyal paylaşım sitelerinden herhangi birine üyeliğiniz var mı? 1. Evet 2. Hayır
31. Sosyal paylaşım sitelerinde günde ortalama ne kadar zaman harcıyorsunuz?
32. İnternette geçirdiğiniz sürenin ne kadarını sosyal paylaşım sitelerinde harcıyorsunuz?
1. Hiç/Az bir kısmını 2. Yarısını/Yarisına yakınını 3. Tamamını/Tamamına yakınını
33. Ebeveynleriniz internet kullanımınıza kısıtlama getirirler mi? 1. Evet 2. Hayır
34. Arkadaşlık sitelerine üyeliğiniz var mı? 1. Var 2. Yok
35. İnternet bağımlısı olduğunuzu düşünüyor musunuz? 1. Evet 2. Hayır
36. İnternet kullanımınıza bağlı olarak günlük işlerinizi aksattığınızı düşünüyor musunuz?
1. Evet 2. Hayır 3. Kismen
37. İnternet kullanımınızın uyku düzeninizi bozduğunu düşünüyor musunuz?
1. Evet 2. Hayır 3. Kismen



Ek 4. İnternet Bağımlılık Ölçeği

İNTERNET BAĞIMLILIK ÖLÇEĞİ

	Aşağıdaki ifadelerden size en yakın olan şıkkı işaretleyiniz.	Asla	Nadiren	Bazen	Sıklıkla	Her zaman
1	İnternet kullanımımı yarıda kesmem gereken durumlarda kendimi sınırlı buluyorum, ancak internete geri döndüğümde kendimi rahatlamış hissedirim.					
2	İnterneti kullanmadığımda kendimi kullandığım kadar iyi hissetmiyorum.					
3	İnternet ortamında, planladığımdan daha uzun süre kalırım.					
4	Bazen internet kullanımına ayırmış olduğum zamanı "gizlemeye" çalışırım.					
5	İnternete daha fazla takılmam için özel bir eğlence etkinliğinden vazgeçerim.					
6	İnternet kullanımından kaynaklı çalışmalarım sekteye uğramaktadır.					
7	Kendi kendime "internette daha fazla kalayım" diye söylerim.					
8	İnternet kullanımından dolayı uykumun kaçtığı olur.					
9	İnternete ayırmış olduğum zamandan kaynaklı arkadaşlarımı çok sık görmem.					
10	İnternetsiz bir hayatın sıkıcı ve boş olacağını hissedirim.					
11	Önemli ve yapılması gereken şeyleri, internette dolaylı ihmal ederim.					
12	Her defasında aynı zevki almak için daha fazla internet kullanmaya gereksinim duyarım.					
13	İnterneti uzun zaman kullanmadığım durumlarda kendimi daha sınırlı hissedirim.					
14	İnterneti kullandığım an kendimi mutlu hissedirim.					
15	İnternete çok zaman ayırmış olmamdan kaynaklı sınıfa/işime geç kaldığım olur.					
16	İnternet hayatımı olumsuz yönde etkilemektedir.					
17	İnternete kullanırken bağlandığımda, kendimi uzun bir zaman kalmış gibi hissedirim.					
18	İnternete daha az zaman ayırmayı denedim ama bunu başaramadım.					
19	Gece geç vakitlere kadar internete takıldığım zamanlarda, geç uyur geç kalkırım.					
20	İnternette iken kendimi yapmayı planladığım şeylerden daha fazlasını yapmış olarak buluyorum. (örneğin;sadece e-postalarımı kontrol edeyim dersen, bir de bakmışım ki sohbet (chat) odalarındayım.)					
21	İnterneti gerçek dünyadan bir kaçış yolu olarak kullanırım.					
22	İnternete tekrar gireceğim zamanı ipe çekerim.					
23	İnterneti kullanmaktan çok heyecan duyar ya da çok zevk alırım.					
24	İnternete "alışmış" olduğumdan daha az zaman ayırmam halinde oldukça üzülürüm.					
25	İnterneti aşırı kullanmaktan dolayı kendimi "sınırlandırmakta" başarısız olurum.					
26	İnterneti kullandığım günden itibaren şu ifadeyi söylemişimdir: "İnternet kullanımına ayırdığım zamanı artırmama rağmen doyuma ulaşamamışım."					
27	İnternet ortamında planlamış olduğumdan daha fazla bilgiye ulaşmış olarak kendimi bulurum.					
28	İnternet kullanmayı terk etme ya da control altına alma hususunda kendimi çok istekli hissedirim.					
29	Kendimi yalnız hissettiğim durumlarda, internette chat (sohbet) yaparım.					
30	İnternete çok zaman ayırdığımda, kaybettiğim bu zamanı telafi etmek zorunda kalırım.					

Ek 5. İletişim Becerileri Ölçeği

İLETİŞİM BECERİLERİ ÖLÇEĞİ

YÖNERGE: Bu ölçek iletişimle ilgili bazı özelliklerinizi ölçmeye yöneliktir. Aşağıda sunulan ifadeleri, o ifadelerle ilgili genelde kendinizi nasıl bulduğunuzu düşünerek okuyunuz. İlişkilerimizdeki özelliklerimiz elbette kiminle, hangi koşullarda, ne zaman ilişkide bulunduğumuza bağlı olarak farklılıklar göstermektedir. O nedenle ifadeleri **genelde** gösterdiğiniz tepkilere göre değerlendiriniz. Değerlendirmenizi 1-hiçbir zaman 2-nadiren, 3-bazen, 4-sıklıkla, 5-her zaman olmak üzere yaptıktan sonra ifadenin karşısındaki uygun yere (X) işareti koyarak belirtiniz. Hiç bir ifadeyi boş bırakmamanız sonuçları daha sağlıklı değerlendirmemize yarayacaktır. Teşekkür ederiz.

	İfadeler	Hiçbir zaman	Nadiren	Bazen	Sıklıkla	Her zaman
1	İnsanları oldukları gibi kabul ederim.					
2	Düşüncelerimi istediğim zaman anlaşılır biçimde ifade edebilirim.					
3	Başkalarını önyargısız dinlerim.					
4	Yaşadığım olaylardaki duygularımı sözlerimle ve beden dilimle başkalarına iletebilirim.					
5	Karşımdakini dinlerken anlamadığım bir ayrıntı olduğunda konunun açığa kavuşması için sorular sorarım.					
6	Birisi ile iletişim içindeyken sakin bir ses tonuyla konuşurum.					
7	İnsanlara yakın ilgi duyarım.					
8	Diğer insanlarla kolaylıkla sohbet başlatabilirim.					
9	İlişkide bulunduğum kişilerin anlatmak istediklerini dinlemek için onlara zaman ayırırım.					
10	Konuşurken söylediklerimle beden dilimin uyuşmasına dikkat ederim.					
11	Birini dinlerken ne karşılık vereceğimden çok onun ne demek istediğini anlamaya çalışırım.					
12	Konuşmaları dinlerken, içerikle yüz ifadesinin ya da beden duruşunun uyumuna dikkat ederim.					
13	Benimle herhangi bir konuda konuşmayı istemeyen birisini konuşmaya zorlamam.					
14	Başkalarına içtenlikle iltifat ederim.					
15	Başkaları konuşurken yanıt vermeden önce onların sözlerini bitirmelerini beklerim.					
16	Birileriyle konuşurken onları rahatsız edebilecek kadar yakınlarında olmamaya özen gösteririm.					
17	Duygularımı rahatlıkla dile getirebilirim.					
18	Birisini dinlerken söylenenlerin altında yatan duyguları anlayabilirim.					
19	Yüz yüze olmasak da konuştuğum kişinin duygusunu ses tonundan anlayabilirim.					
20	Düşüncelerimi sözel olarak ifade edebilirim.					
21	Birisiyle konuşurken ona yanıt vermeden önce onu doğru anlayıp anlamadığımı yoklarım.					
22	Yazışırken seçilen sözcüklerin de önemli olduğunu aklımda tutarım.					
23	Karşımdakini dinlerken onu anladığımı uygun bir dille ifade ederim.					
24	Birisine bir öneride bulunmadan önce, onun öneri vermeme isteyip istemediğine dikkat ederim.					
25	Eğer karşımdakinin işine yarayacaksa yaşadığım benzer deneyimleri onunla paylaşıyorum.					