

TÜRKİYE CUMHURİYETİ  
NECMETTİN ERBAKAN ÜNİVERSİTESİ  
SAĞLIK BİLİMLERİ ENSTİTÜSÜ

**LİSEDE ÖĞRENİM GÖREN ADÖLESLANLARIN  
İNTERNET KULLANIMININ VE PSİKOSOSYAL UYUM  
DÜZEYLERİNİN DEĞERLENDİRİLMESİ**

TUĞBA BİLGEHAN  
YÜKSEK LİSANS TEZİ  
HEMŞİRELİK ANABİLİM DALI

TEZ DANIŞMANI

Dr. Öğr. Üyesi DİLEK CİNGİL

KONYA 2018

TÜRKİYE CUMHURİYETİ  
NECMETTİN ERBAKAN ÜNİVERSİTESİ  
SAĞLIK BİLİMLERİ ENSTİTÜSÜ

**LİSEDE ÖĞRENİM GÖREN ADÖLESANLARIN  
İNTERNET KULLANIMININ VE PSİKOSOSYAL UYUM  
DÜZEYLERİNİN DEĞERLENDİRİLMESİ**

TUĞBA BİLGEHAN  
YÜKSEK LİSANS TEZİ  
HEMŞİRELİK ANABİLİM DALI

TEZ DANIŞMANI

Dr. Öğr. Üyesi DİLEK CİNGİL

KONYA 2018

Tez Onay Sayfası

Necmettin Erbakan Üniversitesi Sağlık Bilimleri Enstitüsü Hemşirelik Anabilim Dalı Yüksek Lisans Öğrencisi Tuğba BİLGEHAN'ın "Lisede Öğrenim Gören Adölesanların İnternet Kullanımının ve Psikososyal Uyum Düzeylerinin Değerlendirilmesi" başlıklı tezi tarafımızdan incelenmiş; amaç, kapsam ve kalite yönünden Yüksek Lisans Tezi olarak kabul edilmiştir.

Yer: Necmettin Erbakan Üniversitesi, Sağlık Bilimleri Fakültesi

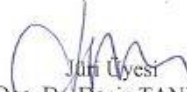
Tarih: 18.04.2018 09:00



Tez Danışmanı  
Dr. Öğr. Üyesi Dilek CİNGİL  
Necmettin Erbakan Üniversitesi  
Sağlık Bilimleri Fakültesi



Jüri Üyesi  
Prof. Dr. Filiz HİSAR  
Necmettin Erbakan Üniversitesi  
Sağlık Bilimleri Fakültesi



Jüri Üyesi  
Doç. Dr. Deniz TANYER  
Selçuk Üniversitesi  
Sağlık Bilimleri Fakültesi

Yukarıdaki tez, Necmettin Erbakan Üniversitesi Sağlık Bilimleri Enstitüsü Yönetim Kurulunun .../.../2018 tarih ve ..../..... sayılı kararı ile onaylanmıştır.

Prof. Dr. Kısmet Esra NURULLAHOĞLU ATALIK  
Enstitü Müdürü

APPROVAL

We certify that we have read this dissertation entitled "The Evaluation of Internet Use and Psychosocial Adjustment Levels in Adolescents Among High School Students" by "Tuğba BILGEHAN" that in our opinion it is fully adequate, in scope and quality, as dissertation for the degree of Master of Science in the Department of "Nursing", Institute of Health Sciences, University of Necmettin Erbakan

City: Necmettin Erbakan University, Faculty of Health Sciences

Date: 18.04.2018 09:00



Principal Advisor  
PhD. Lecturer Dilek CİNGİL  
Necmettin Erbakan University  
Faculty of Health Sciences



Examination Committee Member  
Prof. Dr. Filiz HİSAR  
Necmettin Erbakan University  
Faculty of Health Science



Examination Committee Member  
Assoc. Prof. Deniz TANYER  
Selçuk University  
Faculty of Health Science

This thesis has approved for the University of Necmettin Erbakan Institute of Health Sciences.

Prof. Dr. Kismet Esra NURULLAHOĞLU ATALIK  
Director of Institute of Health Sciences


## TEZ BEYAN SAYFASI

### BEYANAT

Bu tezin tamamının kendi çalışmam olduğunu, planlanmasından yazımına kadar hiçbir aşamasında etik dışı davranışımın olmadığını, tezdeki bütün bilgileri akademik ve etik kurallar içinde elde ettiğimi, tez çalışmasıyla elde edilmeyen bütün bilgi ve yorumlara kaynak gösterdiğimi ve bu kaynakları kaynaklar listesine aldığımı, tez çalışması ve yazımı sırasında patent ve telif haklarımı ihlal edici bir davranışımın olmadığını beyan ederim.

Tarih:18.04.2018

Öğrencinin Adı-Soyadı: Tuğba BİLGEHAN

İmzası: 

## İNTİHAL RAPORU

### LİSEDE ÖĞRENİM GÖREN ADÖLESANLARIN İNTERNET KULLANIMININ VE PSİKOSOSYAL UYUM DÜZEYLERİNİN DEĞERLENDİRİLMESİ-Tuğba BİLGEHAN

#### ORJİNALLİK RAPORU

% <b>15</b> BENZERLİK ENDEKSİ	% <b>13</b> İNTERNET KAYNAKLARI	% <b>9</b> YAYINLAR	% <b>8</b> ÖĞRENCİ ÖDEVLERİ
----------------------------------	------------------------------------	------------------------	--------------------------------

#### BİRİNCİL KAYNAKLAR

1	<a href="http://www.openaccess.hacettepe.edu.tr:8080">www.openaccess.hacettepe.edu.tr:8080</a> İnternet Kaynağı	%2
2	Submitted to Beykent Üniversitesi Öğrenci Ödevi	%1
3	<a href="http://nurdanyum.files.wordpress.com">nurdanyum.files.wordpress.com</a> İnternet Kaynağı	%1
4	<a href="http://docplayer.biz.tr">docplayer.biz.tr</a> İnternet Kaynağı	%1
5	<a href="http://pt.scribd.com">pt.scribd.com</a> İnternet Kaynağı	%1
6	Submitted to TechKnowledge Turkey Öğrenci Ödevi	%1
7	Submitted to Selçuk Üniversitesi Öğrenci Ödevi	<%1
8	"Poster Özetleri / Poster Abstracts", Turkish Journal of Biochemistry, 2015	<%1

Windows'u Etk  
Windows'u etkinleş

## ÖNSÖZ VE TEŞEKKÜR

Tez çalışmamın, planlamasında, araştırılmasında ve yürütülmesinde desteğini ve yardımını esirgemeyen, engin bilgi ve tecrübelerinden yararlandığım sabırlı, anlayışlı, hoşgörülü yaklaşımı ile beni cesaretlendiren ve daima özveride bulunan kullandığı her kelimenin hayatıma kattığı önemini asla unutmayacağım, bana mesleğimi daha da sevdiren, öğrencisi olmaktan gurur duyduğum, kişiliği ve başarısıyla kendime örnek aldığım değerli danışman hocam Dr. Öğr. Üyesi Dilek CİNGİL'e; araştırma boyunca yardımını ve desteğini esirgemeyen tez jüri üyesi Sayın Prof. Dr. Filiz HİSAR ve tez sınavında değerli katkıları ile jüri üyesi olan Sayın Doç. Dr. Deniz TANYER'e ve anabilim dalı başkanımız Sayın Prof. Dr. Emel EGE'ye teşekkürlerimi sunarım.

Tezimin uygulama aşamasında kurumsal olarak destek veren TC Milli Eğitim Bakanlığı Ankara/Çankaya Ümitköy Anadolu Lisesi ve Leyla Turgut Anadolu Lisesi saygıdeğer idareye, öğretmenlerine ve öğrencilerine teşekkürlerimi sunarım.

Tüm eğitim hayatım boyunca her daim yanımda olan benden maddi ve manevi desteklerini esirgemeyen, beni sevgi ve emekle yetiştiren, haklarını ne yapsam ödeyemeyeceğim, başarımın asıl mimarları olan sevgili annem Fatma FEDAİ ve babam Mustafa Kemal FEDAİ'ye; kardeşlerim Yasemin, Hayriye ve Umut FEDAİ'ye sonsuz teşekkürler.

Bu zorlu tez sürecinde benden desteğini bir an için bile esirgemeyen, her daim yardım eli uzatan değerli arkadaşım Özlem Ülkü BULUT'a teşekkürler.

Son olarak çalışmalarım sırasında beni motive eden ve hayatımın her evresinde desteğini benden esirgemeyen, eşten öte her şeyim, canım kıymetli eşim Hakan BİLGEHAN'a ve hayatımızı daha da anlamlandıran Can'ım oğlum Çınar BİLGEHAN'a çok teşekkür ederim. İyi ki varsınız...

**Tuğba BİLGEHAN**

# İÇİNDEKİLER

<i>İç Kapak</i> .....	<i>i</i>
<b>İNTİHAL RAPORU</b> .....	<b>v</b>
<b>ÖNSÖZ VE TEŞEKKÜR</b> .....	<b>vi</b>
<b>İÇİNDEKİLER</b> .....	<b>vii</b>
<b>KISALTMALAR VE SİMGELER LİSTESİ</b> .....	<b>x</b>
<b>TABLolar LİSTESİ</b> .....	<b>xi</b>
<b>ŞEKİLLER LİSTESİ</b> .....	<b>xii</b>
<b>ÖZET</b> .....	<b>xiii</b>
<b>ABSTRACT</b> .....	<b>xv</b>
<b>1. GİRİŞ VE AMAÇ</b> .....	<b>1</b>
1.1. <i>Araştırma Soruları</i> .....	5
<b>2. GENEL BİLGİLER</b> .....	<b>6</b>
2.1. <i>Adölesanın Tanımı</i> .....	6
2.1.1. <i>Dünya'da ve Türkiye'de Adölesan</i> .....	6
2.1.2. <i>Adölesan Döneminde Fizyolojik Değişiklikler</i> .....	8
2.1.3. <i>Adölesan Dönemde Bilişsel ve Psikososyal Değişiklikler</i> .....	9
2.1.4. <i>Psikososyal Uyum ve Adölesan</i> .....	11
2.2. <i>İnternetin Kullanımı</i> .....	12
2.2.1. <i>Dünya'da ve Türkiye'de İnternet Kullanım</i> .....	12
2.2.2. <i>Sağlıklı İnternet Kullanımı</i> .....	14
2.2.3. <i>Problemlı İnternet Kullanımı</i> .....	15
2.2.4. <i>Problemlı İnternet Kullanımının Psikososyal Etkileri</i> .....	17
2.2.5. <i>Adölesanlarda Problemlı İnternet Kullanımı ve Psikososyal Uyum</i> .....	18
2.2.6. <i>Adölesanlarda Problemlı İnternet Kullanımı ve Psikososyal Uyumda Aile</i> .....	19
2.2.7. <i>Adölesanlarda Problemlı İnternet Kullanımı ve Psikososyal Uyumda Okul ve Arkadaş</i> .....	20
2.2.8. <i>Adölesanlarda Problemlı İnternet Kullanımı ve Psikososyal Uyuma Yönelik Halk Sağlığı Hemşiresinin Görev, Rol ve Sorumlulukları</i> .....	21



<b>3. GEREÇ VE YÖNTEM</b> .....	<b>23</b>
3.1. Araştırmanın Türü.....	23
3.2. Araştırmanın Yapıldığı Yer ve Özellikleri.....	23
3.3. Araştırmanın Evreni ve Örnekleme.....	23
3.4. Araştırmaya Alınma Kriterleri.....	24
3.5. Veri Toplama Tekniği ve Araçları.....	24
3.5.1. Sosyodemografik Soru Formu (Ek-1).....	24
3.5.2. İnternet Kullanımına Yönelik Bilgi Formu (Ek-2).....	24
3.5.3. Problemlı İnternet Kullanımı Ölçeği-Ergen (PİKÖ-E) (Ek-3).....	25
3.5.4. Güçler ve Güçlükler Anketi (GGA-E) (Ek-4).....	26
3.6. Ön Uygulama.....	28
3.7. Verilerin Toplanması.....	28
3.8. Araştırmanın Değişkenleri.....	29
3.9. Verilerin İstatistiksel Değerlendirmesi.....	29
3.10. Araştırmanın Sınırlılıkları.....	30
3.11. Araştırmanın Etik Boyutu.....	31
<b>4. BULGULAR</b> .....	<b>32</b>
4.1. Adölesanların sosyo-demografik ve internet kullanım özellikleri (Tablo 4.1).....	33
4.2. Adölesanların sosyo-demografik özellikleri ile PİKÖ-E ve alt boyut puanlarının karşılaştırılması (Tablo 4.2).....	35
4.3. Adölesanların sosyo-demografik özellikleri ile GGA-E ve altboyut puanlarının karşılaştırmaları (Tablo 4.3).....	40
4.4. Adölesanların bazı Değişkenler, PİKÖ-E ve GGA-E Puanlarının Korelasyonları (Tablo 4.4).....	44
4.5. Problemlı İnternet Kullanımının (PİKÖ-E) Belirleyicileri (çoklu regresyon analizi-hiyerarşik model)(Tablo 4.5.).....	47
<b>5. TARTIŞMA</b> .....	<b>49</b>
5.1 Adölesanların Sosyo-demografik ve internet kullanım özelliklerine ilişkin bulguların tartışılması (Tablo 4.1).....	50
5.2. Adölesanların sosyo-demografik özellikleri ile PİKÖ-E ve alt boyut puanlarının karşılaştırılmasına ilişkin bulguların tartışılması (Tablo 4.2).....	52

5.3. Adölesanların sosyo-demografik özellikleri ile GGA-E ve alt boyut puanlarının karşılaştırılmasına ilişkin bulguların tartışılması (Tablo 4.3).....	58
5.4. Adölesanların Bazı Değişkenler, PİKÖ-E ve GGA-E Puanlarının Korelasyonlarına İlişkin Bulguların Tartışılması (Tablo 4.4) .....	59
5.5. Problemlı İnternet Kullanımının (PİKÖ-E) Belirleyicileri (çoklu regresyon analizi-hiyerarşik model) (Tablo 4.5).....	60
<b>6. SONUÇ VE ÖNERİLER.....</b>	<b>62</b>
6.1. Sonuçlar .....	62
6.2. Öneriler .....	63
<b>7. KAYNAKLAR .....</b>	<b>67</b>
<b>8. EKLER.....</b>	<b>75</b>
EK-A: Sosyodemografik Bilgi Formu .....	75
EK-B: İnternet Kullanımına Yönelik Bilgi Formu .....	77
EK-C: Problemlı İnternet Kullanımı Ölçeği- Ergen (PİKÖ-E) .....	79
EK-D: Güçler ve Güçlükler Anket .....	81
EK-E: Problemlı İnternet Kullanımı Ölçeği İzin Yazısı.....	82
EK-F: Güçler ve Güçlükler Anketi Kullanım İzin Yazısı .....	83
EK-G: Etik Kurul Raporu .....	84
EK-H: Kurum İzni .....	85
EK-I: Öğrenci Aydınlatılmış Onam Formu.....	86
Ek-İ: Veli Aydınlatılmış Onam Formu .....	88
<b>9. ÖZGEÇMİŞ.....</b>	<b>90</b>

## KISALTMALAR VE SİMGELER LİSTESİ

<b>AAP</b>	: American Academy of Pediatrics (Amerikan Pediatri Akademisi)
<b>ARPANET</b>	:Advanced Research Projects Agency Network (İleri Araştırma Projeleri Ajansı Ağı)
<b>BTİK</b>	: Bilgi Teknolojileri ve İletişim Kurumu
<b>DSÖ</b>	: Dünya Sağlık Örgütü
<b>ICC</b>	: International Children's Center (Uluslararası Çocuk Merkezi)
<b>INSAFE</b>	: European Safer Internet Network (Avrupa Güvenli İnternet Ağı)
<b>IWS</b>	: İnternet World Stats (İnternet Dünya İstatistikleri)
<b>İTÜBİDB</b>	: İstanbul Teknik Üniversitesi Bilgi İşlem Daire Başkanlığı
<b>TDK</b>	: Türk Dil Kurumu
<b>TEPA</b>	: Türkiye Ergen Profili Araştırması
<b>TNSA</b>	: Türkiye Nüfus ve Sağlık Araştırması
<b>TÜİK</b>	: Türkiye İstatistik Kurumu
<b>TÜSP</b>	: Türkiye Üreme Sağlığı Programı
<b>UNESCO</b>	: United Nations Educational, Scientific and Cultural Organization (Birleşmiş Milletler Eğitim, Bilim ve Kültür Organizasyonu)
<b>UNICEF</b>	:United Nations International Children's Emergency Fund (Birleşmiş Milletler Uluslararası Çocuk Acil Yardım Fonu)
<b>WHO</b>	: World Health Organization (Dünya Sağlık Örgütü)

## TABLolar LİSTESİ

Tablo 3.1. PİKÖ-E ölçek ve alt boyutlarının madde sayısı, alınan puanın anlamı, alınabilecek max. ve min. puan, cronbach $\alpha$ değerleri, bu çalışmada alınan min. ve max. puanı, ortalama ve standart sapma .....	26
Tablo 3.2. GGA-E ölçek ve alt boyutlarının madde sayısı, alınan puanın anlamı, alınabilecek max. ve min. puan, cronbach $\alpha$ değerleri, bu çalışmada alınan min. ve max. puanı, ortalama ve standart sapma .....	28
Tablo 3.3. GGA-E ölçeğinin gerçek maddeleri ve MEB Tarafından Değiştirilen Madde ifadeleri .....	31
Tablo 4.2. Adölesanların sosyodemografik özellikleri ile PİKÖ-E ve altboyut puanlarının karşılaştırılması (n=250) .....	35
Tablo 4.3. Adölesanların sosyo-demografik özellikleri ile GGA-E ve alt boyut puanlarının karşılaştırması (n=250) .....	42
Tablo 4.4. Adölesanların bazı değişkenler, PİKÖ-E ve GGA-E puanlarının korelasyonları (n=250) .....	46
Tablo 4.5. Problemlİ İnternet Kullanımının (PİKÖ-E) Belirleyicileri (çoklu regresyon analizi-hiyerarşik model).....	48

## ŞEKİLLER LİSTESİ

- Şekil 2.1. Türkiye nüfusunun “15-24” yaş grubundaki genç nüfus oranı ..... 7
- Şekil 2.2. Türkiye 2017 Nüfus Pramidi ..... 7
- Şekil 2.3. Türkiye 2007-2015 yılları arasındaki nüfusun yıllara ve cinsiyete göre 13-19 yaş grubu nüfus oranı ..... 8
- Şekil 2.4. 2007-2017 yılları arasında internete erişim imkanı olan haneler, 16-74 yaş grubu bireylerde bilgisayar kullanma ve internet kullanma oranları .. 14



# ÖZET

T.C. NECMETTİN ERBAKAN ÜNİVERSİTESİ

SAĞLIK BİLİMLERİ ENSTİTÜSÜ

## **Lisede Öğrenim Gören Adölesanların İnternet Kullanımının Ve Psikososyal Uyum Düzeylerinin Değerlendirilmesi**

Tuğba BİLGEHAN

Hemşirelik Anabilim Dalı

Yüksek Lisans TEZİ / KONYA-2018

Dünyada ve Türkiye’de internet kullanımı her geçen yıl artmaktadır. Özellikle adölesanlar problemlili internet kullanımı (PİK) bakımından riskli bir gruptur. Bu araştırma, adölesanların internet kullanımı ve psikososyal uyum düzeyleri ile ilişkili faktörlerin belirlenmesi amacıyla tanımlayıcı ve ilişkisel olarak yapılmıştır. Araştırmaya kamuya ait bir lisede öğrenim gören 250 öğrenci dahil edilmiştir. Veri toplama araçları olarak; sosyo demografik bilgi formu, internet kullanım bilgi formu, Problemlili İnternet Kullanım Ölçeği (PİKÖ-E) ve Güçler ve Güçlükler Anketi (GGA-E) kullanılmıştır. Bu çalışmada PİKÖ-E'nin ortalaması  $68.9 \pm 21.9$ ; GGA-E'nin ortalaması  $48.2 \pm 5.1$  olarak bulunmuştur. Araştırma sonucunda; cinsiyet, ailenin aylık geliri, aile-arkadaş ilişki memnuniyeti, okul sorunu yaşama, internete bağlanılan yer, internet kullanım beceri düzeyi, ailenin internete girmeyi yasaklama durumu, aile internete girmeyi yasakladığında internet kafeye gitme durumu, internet kullanırken fiziksel herhangi bir ağrının olması PİK düzeyinde istatistiksel olarak anlamlı bir farklılık gösterirken; anne-babanın eğitimi, aile tipi, sosyal paylaşım ağında hesabın bulunması, internet kullanırken gerçek adı kullanma durumu ile PİK düzeyinde istatistiksel olarak anlamlı bir farklılık göstermediği belirlenmiştir. Aile ile olan ilişki, internet kullanım beceri düzeyi, ailenin internete girmeyi yasaklama durumu, internet kullanırken gerçek adı kullanma durumu internet kullanırken fiziksel herhangi bir ağrının olması durumu ile GGA-E düzeyi istatistiksel olarak anlamlı bir farklılık gösterirken; cinsiyet, ailenin aylık geliri, anne-babanın eğitim durumu, aile tipi, arkadaş ilişki memnuniyeti, okul sorunu

yaşama, internete bağlanılan yer, aile internete girmeyi yasakladığında internet kafeye gitme durumu, sosyal paylaşım ağında hesabın bulunma durumu ile GGA-E düzeyinin istatistiksel olarak anlamlı bir farklılık göstermediği belirlenmiştir. Lisede öğrenim gören adölesanlarda PİKÖ-E'nin belirleyicileri hiyerarşik çoklu regresyon analizi ile değerlendirilmiştir. Model 1'de sosyo-demografik değişkenlerin, Model 2'de internet kullanımına ilişkin değişkenlerin ve Model 3'te GGA-E değişkeninin belirleyicilikte etkisi değerlendirilmiştir. Problemlili internet kullanımını Model 1 %20 oranında, Model 2 %43 oranında açıklamaktadır ve Model 3'te GGA-E değişkeninin belirleyici bir etkisinin olmadığı bulunmuştur.

Sonuç olarak PİK bireyin sosyal ilişkilerini, aile-arkadaş ilişkisini, okul akademik başarısını etkilemektedir. PİK gittikçe artan önemli bir halk sağlığı sorunu haline gelmektedir. Bu sorunun artmasını engellemek için etkili önlemler alınmalı ve uygulanmalıdır.

**Anahtar Sözcükler:** Adölesan; İnternet; Problemlili İnternet Kullanımı; Psikososyal Uyum

# ABSTRACT

NECMETTİN ERBAKAN UNIVERSITY

INSTITUTE OF HEALTH SCIENCES

## **The Evaluation of Internet Use and Psychosocial Adjustment Levels in Adolescents Among High School Students**

Tuğba BİLGEHAN

Nursing Department

Master Thesis / KONYA-2018

Internet use is increasing every year both in the world and Turkey. Adolescents are particularly at risk of problematic internet use (PIC). This descriptive study aims to determine the factors related to internet use among adolescents and their psychosocial adjustment levels. 250 students studying at a public high school participated in the study. Data collection tools included sociodemographic information form, internet use information form, Problematic Internet Usage Scale (PIUS), and Strengths and Difficulties Questionnaire (SDQ). In this study, the averages of PIUS and SDQ are found as  $68.9 \pm 21.9$  and  $48.2 \pm 5.1$  respectively. The results of the study indicated that there were statistically significant differences between PIU levels and gender, the monthly income of the family, satisfaction from family-friend relationship, experiencing school-related problems, the place of connecting to the internet, the skill level of internet use, families' banning children from connecting to internet, going to internet cafes when it is not allowed by the family, and having physical pain while using the internet; however, there were no statistically significant differences between PIU levels and the education levels of parents, family type, having an account on a social networking site, and using real name when using the internet. While there was a statistically significant difference between SDQ levels and relationship with the family, the skill level of internet use, using real name when using the internet, and the presence of physical pain while using the internet, there were no statistically significant differences between SDQ levels and gender, the monthly income of the family, the education levels of parents, family type, satisfaction from family-friend relationship, experiencing school-related problems, the place of connecting to the internet, going to internet cafes when it is not allowed by the family, and having an account on a social networking site. Predictors Problematic Internet Usage Scale (PIUS) for the adolescents in high school were assessed with a deterministic hierarchical multiple regression analysis. Effects of sociodemographic variables in Model 1, variables related to internet use in Model 2 and SDQ variable in Model 3 were evaluated. The



problematic internet use is explained by Model 1 at 20%, Model 2 at 43%; but it was identified that SDQ variable in Model 3 does not have a predictors effect.

In conclusion, PIU has an impact on social relations, family-friend relationship, and academic achievement at school. PIU is becoming an increasingly important public health problem. Effective measures should be taken and implemented to prevent this problem from escalating.

**Keywords:** Adolescent; Internet; Problematic Internet Use; Psychosocial Adjustment



## 1. GİRİŞ VE AMAÇ

12-21 yaş aralığı olarak kabul edilen adölesan dönem belirgin fiziksel değişimlerle birlikte; duygu, düşünce, davranış ve tutumu geliştirme çabasının yaşandığı, psikolojik yönden farklılaşma ve sosyal olgunluğa geçiş dönemi olarak tanımlanır (Güler ve Akın 2015). Dünya Sağlık Örgütü'ne (DSÖ) göre; adölesan dönem 10-19 yaş arası olarak kabul edilirken; 15-24 yaş arası gençlik dönem, 10-24 yaş arası ise genç insan olarak tanımlanmıştır (World Health Organization-WHO 2012). Adölesan dönem fiziksel ve duygusal süreçlerin yol açtığı cinsel ve psiko-sosyal olgunlaşma ile başlayıp, bireyde görülen hızlı fiziksel, psikolojik ve sosyal değişimler ile ortaya çıkan bir süreçtir (İnternational Children's Center-ICC 2012). Dünya'da yaklaşık 6 kişiden 1'i adölesandır ve dünya nüfusunun 1.2 milyarı 10-19 yaş arası adölesanlardan oluşmaktadır (WHO 2015; WHO 2016).

Sosyalleşme, toplumun sosyo-kültürel değerlerini içinde yaşadığı topluluğun istediği biçimde biri haline gelmesi için çocuğa bu değerleri aktarma sürecidir (Steinberg 2017). "Uyumlu adölesan" demek yaşının ve kendi döneminin özelliklerinin getirdiği bedensel, devimsel, zihinsel, dilsel, toplumsal, duygusal ve ruhsal davranışları göstermesidir. Adölesan desteklenmediğinde; anne, baba, öğretmen yanlış tutum gösterdiğinde, birçok olağan sorun büyümekte ve uyum bozuklukları ortaya çıkmaktadır (Bakırcıoğlu 2010).

İnternet, birden fazla sayıda bilgisayarın birbirleriyle uzaktan bağlantı kurmasıyla oluşan, dünya çapında kullanılan bilgisayar ağlarına dayalı bir iletişim sistemidir (İçel 2017). İnternet kullanan kişi sayısı 2017 yılında 3.885.567.619 kişi olup, dünya nüfusunun %51,7'sini oluşturmaktadır (İnternet World Stats-IWS 2017). 2014 yılının ilk üç ayında yapılan araştırmada hemen her gün veya haftada en az bir defa interneti kullanan '16-74 yaş grubu' düzenli internet kullanıcılarının oranı %44,9 iken, 2016 yılında bu oran %94,9'a yükselmiştir (Türkiye İstatistik Kurumu-TÜİK 2014; TÜİK 2016). 16-24 yaş arası bireylerin bilgisayar ve internet kullanım oranlarının en yüksek olduğu yaş grubunu oluşturmakta ve tüm yaş gruplarında erkek cinsiyetin internet ve bilgisayar kullanımının daha yüksek olduğu görülmektedir (TÜİK 2014).

“Sağlıklı internet kullanımı” uygun bir zaman diliminde, düşünsel veya davranışsal bir rahatsızlık duymadan interneti istenilen amaç doğrultusunda kullanmaktır. İnterneti sağlıklı kullanmak; gençlerin deneyimlerini geliştirmelerine, internet kullanım sürelerini ayarlamalarına ve interneti kullanırken çeşitli becerilerini kullanmalarına yardımcı olmaktadır (Shapira ve ark. 2000). İnternette geçirilen zamanın giderek artması, planlanan süreden daha fazla internette kalmak, internette geçirilen süre için yalan söylemek, internete girmesi engellendiğinde huzursuzluk mutsuzluk yaşaması, ailesinin ve arkadaşlarının internette fazla zaman geçirmesiyle ilgili memnuniyetsizliği, önceden yaptığı sosyal faaliyetler yerine internette olmayı tercih etmek, internette çok fazla zaman geçirmeye bağlı fiziksel rahatsızlıklar yaşamak problemleri internet kullanımının alarm veren belirtilerindendir (Göka 2017). Dolayısıyla internetin sağladığı faydalar mevcutken problemleri kullanımının da çeşitli psikososyal problemlere yol açtığı görülmektedir (İkiz ve ark. 2015). Özellikle adölesan çağındakiler (12-17 yaş) daha fazla eriştiklerinden internete daha ilgilidirler (Pew Research Center 2012) ve bu nedenle problemleri internet kullanımı açısından daha fazla risk altındadırlar.

Hızla ilerleyen teknolojiyle beraber ebeveynler internetin değişimine ayak uyduramayıp sahip oldukları zaman darlığı sebebiyle de çocuklarını kontrol etmekte zorlanmaktadır (Eijnden ve ark. 2010). Ebeveynler çocuklarını birçok yönden kontrol altına almışlardır ama özellikle internet kullanımını sınırlama, engelleme açısından çabaları oldukça yetersizdir. Teknik becerileri yetişkin ve ebeveynlerden daha iyi gelişmiş olan adölesan bir yolunu bulup internete ulaşabilmektedir. Günümüzde aile üyeleri birbirlerine daha az zaman ayırmalarına rağmen, birbirleriyle vakit geçirmek yerine ellerindeki cihazlarla vakit geçirmektedir (Göka 2017). Adölesanların internette fazla zaman geçirmeleri aile bireyleriyle ilişkilerini sınırlandırmasına yol açmaktadır (Aile ve Sosyal Politikalar Bakanlığı 2014). Adölesan dönemde arkadaş ilişkisi ön plana çıkmaktadır. Adölesanın interneti etkin kullanması arkadaş ilişkilerini olumlu yönde geliştirebilir fakat interneti aşırı kullanması sonucunda adölesanın arkadaş ilişkisini olumsuz etkileyerek sosyalleşme sürecini sekteye uğratabilir bu durumda adölesanın toplumdan uzaklaşmasına neden olabilmektedir (Yücel ve Gürsoy 2013).

Literatürde problemlı internet kullanımının cinsiyet (Tsai ve ark. 2009; Çağır ve Gürcan 2010; Nichols ve ark 2010; Batıgün ve Kılıç 2011; Çelik ve Odacı 2012; Gökçearslan ve Günbatar 2012; Adiele ve Olatokun 2014; Tanrıverdi ve Sağır 2014; Say ve Batıgün 2016; Yüksel ve Yılmaz 2016; Kaya ve ark.2016), ailenin aylık gelir düzeyi (Batıgün ve Kılıç 2011; Cao ve ark. 2011), aile ile olan ilişki memnuniyeti (Şimşek ve ark. 2015; Aktürk ve Çiçek 2017), arkadaşıyla ilişki memnuniyeti (Selfhout ve ark. 2009; Şimşek ve ark. 2015), internete bağlanılan yer (Sarıkaya ve Seferoğlu 2013; Cengizhan 2013; Derin ve Bilge 2016), internet kullanım beceri düzeyi (Ayas ve Horzum 2013), internet kullanırken gerçek adını kullanma (Çetin ve Ceyhan 2014), fiziksel herhangi bir ağrı hissetme durumu (Çam ve Nur 2015; Avcı ve ark. 2016; Gür ve ark. 2016; Köse 2016; Ceritli ve Bal 2017; Küçük 2017) gibi değişkenlere göre farklılaştığı görülmüştür.

Ceyhan'ın (2008) internet bağımlılığı ile ilgili yaptığı çalışmada da belirttiği gibi; problemlı internet kullanımı tüm toplumlarda yetişkinler kadar adölesanlar için de tehdit olduğu bir gerçektir. Problemlı internet kullanımı adölesanların gelişiminde ve sosyal yaşamında olumsuz sonuçlara sebep olabilmektedir; bu durum adölesanın okul ve aile yaşamına zarar verebileceğinden problemlı internet kullanımına neden olan faktörlerin belirlenmesi ve önlem alınması adölesan ve toplum için önem arz etmektedir.

Amerikan Ulusal Okul Sağlığı Hemşireliği Birliği okul sağlığı hemşireliğini, öğrencilerin sağlığını geliştirmek ve sağlıklı bir yaşam biçimini sürdürmelerini sağlamak, okul başarılarını arttırmak için çalışan profesyonel bir hemşirelik dalı olarak tanımlamaktadır (National Association of School Nursing-NASN 2011). Okul sağlığı hemşiresi, öğrencinin okulda bulunduğu her an okulda bulunan; öğretmen, idare ve veli koordinasyonunu sağlayarak okul sağlığı programını idare edecek olan sağlık çalışanıdır (Özcebe ve ark 2008). Okul sağlığı hemşiresinin birincil ve en önemli görevi öğrencilerin sağlığının korunması, geliştirilmesi ve yükseltilmesi olmakla birlikte bu amaç doğrultusunda sağlık eğitimini uygulayacak en önemli kişidir. Öğrencinin okul öncesi dönemde kazandığı olumlu sağlık davranışlarını desteklemek olumsuz ya da yetersiz olanları değiştirmek, öğrencilerin sağlıklarını olumlu düzeyde tutacak davranışları benimsetmek, sağlıklarını korumaları ve geliştirmeleri için gerekli bilgiyi öğrencilere vermek ve sağlıkları için gerekli

davranış değişikliklerini oluşturmak okul sağlık eğitimi programının amaçlarıdır (Bahar 2010). Dünyada ve lkemizde okul sağlığı hemşireliği bir uzmanlık alanı olarak kabul görüp, ocuk ve gençlere yönelik kapsamlı sağlık hizmetlerinin sürekli sağlanmasında önemli bir yere sahiptir (American Academy of Pediatrics-AAP 2008).

Okul hemşiresi görevli olduğu okulda okul sağlığı ile ilgili gereksinimleri ve sorunları saptar, idareye bildirir ve okul idaresiyle işbirliği içerisinde; sağlık risklerinin rutin değerlendirmeleriyle erken tanınması ve gereken önlemlerin alınması konusunda çalışır; okula her yeni katılan ve mevcut öğrencilerle birlikte okul personeli de dahil olmak üzere periyodik fiziki muayenelerinde görev alır ve sağlık durumunu kaydeder; okulda yapılan bağımlılık, dikkat bozukluğu, anksiyete, antisosyal davranış sorunları yaşayan öğrencileri saptayıp ğretmen ve aile arasında işbirliği sağlar ve gerekli durumda sağlık danışmanlığı yapar; öğrencilerin fiziksel potansiyellerinin yanında psikolojik potansiyellerini fark etmesini sağlayarak, özgüvenlerini geliştirmek için ğretmen-aile ve ğrenci arasındaki koordinasyonu sağlar (Bahar 2016). Bu konuda okullarda çalışan idare, öğretmenler, hemşireler PİK gösteren öğrencileri daha yakından takip etmelidir. Sağlığı geliştirme kursları ve konuyla ilgili seminerlerin düzenlenmesi PİK olan öğrencilerin farkına varılması için ve psikiyatrik belirtilerin taranması açısından önemlidir (am ve Nur 2015). Aynı zamanda okul sağlığı hemşireleri gibi profesyonel bir sağlık çalışanının oluşabilecek bağımlılığa ilişkin farkındalık programları oluşturmaları ve uygulamaları koruyucu önlemlerden biri olabilecektir (Karaca ve ark. 2016). Kaliteli bir okul sağlığı hizmetinin verilebilmesi için diğer ekip üyeleriyle birlikte okul sağlığı hemşiresinin de bulunmasıyla mümkündür (Ulutaşdemir ve ark. 2016).

Bu araştırma, lisede öğrenim gören öğrencilerin internet kullanımı ve psikososyal uyum düzeyleri ile ilişkili faktörlerin belirlenmesi amacıyla tanımlayıcı ve ilişkisel olarak yapılmıştır. Bu çalışmada liselerde öğrenim gören öğrencilerin problemleri internet kullanımı gelişmesini önlemede ve psikososyal uyum düzeylerinin arttırılmasında halk sağlığının önemli bir alt birimi olan okul sağlığı hemşiresinin bu konuda yardımcı olacağı düşünülerek hemşirelik bilimine katkı sağlaması planlanmıştır.

## 1.1. Araştırma Soruları

1. Lisede öğrenim gören öğrencilerin PİKÖ-E düzeyleri nedir?
2. Lisede öğrenim gören öğrencilerin GGA-E düzeyleri nedir?
3. Lisede öğrenim gören öğrencilerin sosyo-demografik ve internet kullanım özelliklerine göre PİKÖ-E ve alt boyutlarının düzeyi değişmekte midir?
4. Lisede öğrenim gören öğrencilerin sosyo-demografik ve internet kullanım özelliklerine göre GGA-E ve alt boyutlarının düzeyi değişmekte midir?
5. Lisede öğrenim gören adölesanların problemlı internet kullanımı ile güç ve güçlükler anketinden elde edilen puanlar arasında ilişki var mıdır?
6. PİKÖ-E toplam puan ortalaması için sosyodemografik, internet kullanımıyla ilgili değişkenler ve GGA-E toplam değişkenlerinin yordayıcılığı ne düzeydedir?

## **2. GENEL BİLGİLER**

### **2.1. Adölesanın Tanımı**

Adölesan kavramı, tanımı, gruplandırma ve yaş dönemi özellikleri, farklı toplumlarda ve dönemlerde, değişik yaklaşımlarla ele alınmıştır (Yavuzer 2013). Türk Dil Kurumuna göre ergen; 1. Döl verebilecek duruma gelmiş olan, erin, yeni yetme, akıl baliğ, baliğ, 2. Henüz evlenmemiş, bekâr olmak üzere 2 anlamda anlamlandırılmıştır (Türk Dil Kurumu-TDK 2018). Çocukluk ile erişkinlik arasında bir geçiş dönemi olarak adlandırılan adölesan ‘adolescence’ kelimesinin karşılığı olarak kullanılmaktadır. Adölesan büyüme, olgunluğa erişim anlamına gelmektedir (Aydın 2010). Adölesan, çocukluk ile yetişkinlik arasında kalan bir dönemdir (Kulaksızoğlu 2014). Başka bir deyişle adölesan, bireylerin kendi yaşamlarına dair algılarının yoğun olarak değiştiği ve aileleri dışında toplumla ilişkiler oluşturmaya başladıkları dönemdir (Aile ve Sosyal Politikalar Bakanlığı 2014).

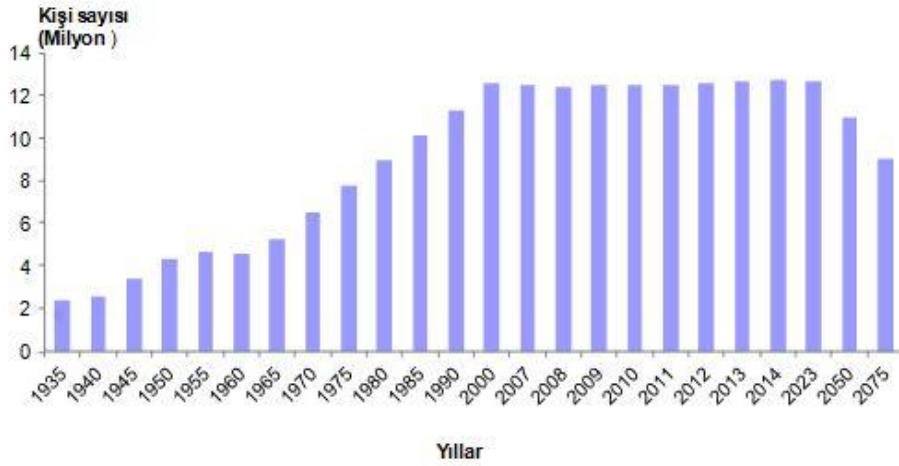
Dünya Sağlık Örgütü’ne (DSÖ) göre; adölesan dönemi 10-19 yaş arası olarak kabul edilirken; 15-24 yaş arası gençlik dönemi, 10-24 yaş arası ise genç insan olarak tanımlanmıştır (WHO 2012). Adölesan dönemi fiziksel ve duygusal süreçlerin yol açtığı cinsel ve psiko-sosyal olgunlaşma ile başlayıp, bireyde görülen hızlı fiziksel, psikolojik ve sosyal değişimler ile ortaya çıkan bir süreçtir (ICC 2012). UNESCO ise adölesan dönemi öğrenim yapan, işi ve evi bulunmayan, çocukluğun bağımlılığından yetişkinliğin bağımsızlığına geçiş dönemi olan, 15-24 yaş arasındaki insan olarak tanımlamıştır (United Nations Educational, Scientific and Cultural Organization-UNESCO 2018).

#### **2.1.1. Dünya’da ve Türkiye’de Adölesan**

Dünya’da yaklaşık 6 kişiden 1’i adölesandır ve dünya nüfusunun 1.2 milyarını 10-19 yaş arası adölesanlar oluşturmaktadır bu adölesanların yaklaşık % 90’ı düşük ve orta gelirli ülkelerde yaşamaktadırlar (WHO 2015; WHO 2016).

TÜİK 31 Aralık 2017 sonuçlarına göre Türkiye nüfusu 80 milyon 810 bin 525 kişi olmuştur (TÜİK 2018).

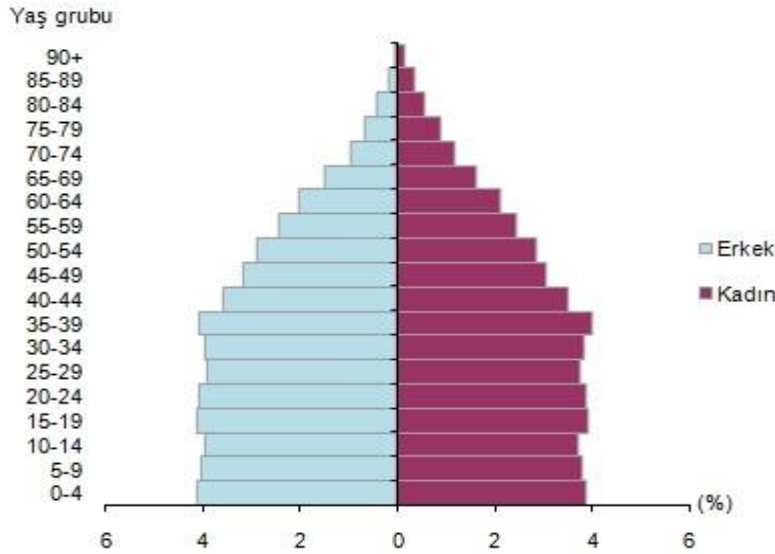
Şekil 2.1. Türkiye nüfusunun “15-24” yaş grubundaki genç nüfus oranı



Kaynak: İstatistiklerle Gençlik, 2014a

Türkiye’de 2011 yılında 15-24 yaş grubu %16,8’ini (12 milyon 542 bin kişi) oluştururken, 2014 yılındaki verilere göre %16,5’ini “15-24” yaş grubundaki genç nüfus (12 milyon 782 bin 381 kişi) oluşturmaktadır (TÜİK 2012; TÜİK 2015a).

Şekil 2.2. Türkiye 2017 Nüfus Piramidi



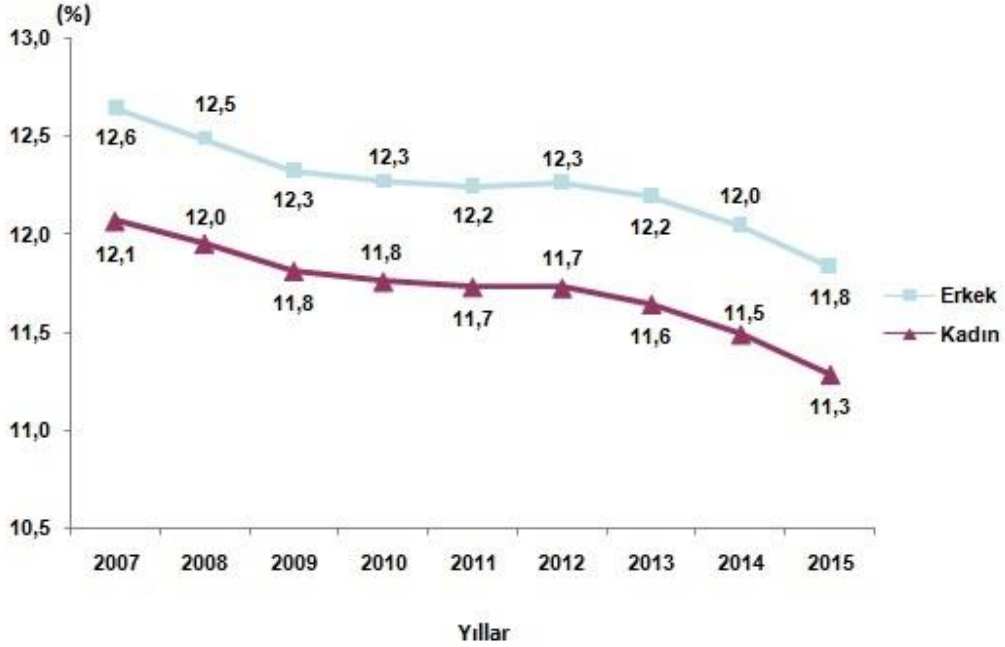
Kaynak: TÜİK Adrese Dayalı Nüfus Kayıt Sistemi Sonuçları, 2018

Türkiye Nüfus ve Sağlık Araştırması (TNSA) 2013 yılı verilerine göre; nüfusumuzun %17,2’sini adölesan (10-19 yaş) grubu oluşturmaktadır (TNSA 2013). Türkiye nüfusunun 2015 yılında %49,8’ini oluşturan kadın nüfusunun %11,3’ünü, %50,2’sini oluşturan erkek nüfusunun %11,8’ini 13-19 yaş grubunda bulunan adölesanlar oluşturmaktadır (TÜİK 2017a). Türkiye’de “gelişmiş ülkelere” göre



nüfusun büyük bir kısmını gençler ve çocuklar oluşturmaya devam edecektir (United Nations International Children's Emergency Fund-UNICEF 2012).

Şekil 2.3. Türkiye 2007-2015 yılları arasındaki nüfusun yıllara ve cinsiyete göre 13-19 yaş grubu nüfus oranı



Kaynak: TÜİK Dünya Nüfus Günü, 2016

### 2.1.2. Adölesan Döneminde Fizyolojik Değişiklikler

Adölesan döneminde değişimlerin en önemlilerinden birisi hızlı fiziksel büyümedir. Adölesan birkaç yıl gibi kısa bir sürede erişkin görünümüne ulaşır. Kız ve erkek adölesanlarda vücut boyutları ve şekline olan değişiklikler birbirinden farklı hızda ve zamanda olmaktadır. Değişik organ ve dokular için büyüme hızı farklı olup en hızlı büyüme üreme organlarında olmaktadır (Sağlık Bakanlığı 2008). Adölesan döneminin başlarındaki bedensel ve cinsel değişikliklerin yoğun yaşandığı sürece puberte dönemi denir. Bu dönem kız çocuklarında erkek çocuklarına göre ortalama iki yıl daha erkendir; kızlarda 10-12, erkeklerde 12-14 yaşları arasında yaşanır. Kız çocuklarında 8-11 yaşlarında göğüslerde büyüme, 10-14 yaşlarında aksiler ve pubik kıllanma, 10-16 yaşlar arasında da menarş görülmeye başlar. Erkek çocuklarında ise 10-12 yaşlarında testislerde büyüme gelişme ve sperm üretimi, 12-14 yaşlarında aksiler kıllanma, 11-14 yaşlarında yüz bölgesinde kıllanmalar, 12-15 yaşlarında pubik kıllanma meydana gelir (Colyar 2011). Kızlarda adölesan dönemi daha erken başladığından 10-12 yaş aralığında kızlar erkeklere göre daha uzun boylu

olurlar, boy uzaması genelde kızlarda 16-18, erkeklerde 18-20 yaşları arasında duraklar. Bu dönemde kızlarda 16 (büyük ölçüde yağ depolanması), erkeklerde 20 (daha çok kas ve kemik kütle artışı) kiloluk artışlar görülür. Her iki cinsiyette de baş, yüz kemikleri ve burun büyür, çene uzar ve kalınlaşır. Tüm kemik sisteminde büyüme hızlanır; el ve ayaklar ardından kol ve bacaklar uzar; kalçalar, göğüs kemikleri ve omuzlar genişler (Ercan 2008; Matthey 2013).

### **2.1.3. Adölesan Dönemde Bilişsel ve Psikososyal Değişiklikler**

Adölesan döneminde kimlik oluşum süreciyle birlikte bilişsel gelişimin hızlanması, dürtüsel gereksinimlerde ve duygu yoğunluğunda artma, içsel çatışmaların yeniden alevlenmesi, meslek seçimi, karşı cinsle kurulan ilişkiler, anne babadan ayrılma bireyselleşme sürecine adım atması gibi nedenlerle bu döneme özgü zorluklar yaşamaktadır (Derman 2008). Bu dönemin en önemli özelliği bireyin soyut düşünebilme özelliğini kazanması ve soyut bilgileri analiz edebilme becerisidir (Matthey 2013).

12-21 yaş aralığı olarak kabul edilen adölesan dönemi belirgin fiziksel değişimlerle birlikte; duygu, düşünce, davranış ve tutumu geliştirme çabasının yaşandığı, psikolojik yönden farklılaşma ve sosyal olgunluğa geçiş dönemi olarak tanımlanır (Güler ve Akın 2015). Dünya Sağlık Örgütü adölesan dönemde psikososyal açıdan kendi içinde 3 döneme ayrılmaktadır (WHO 2012);

Erken Adölesan Dönemi: 10-13 yaşlar,

Orta Adölesan Dönemi: 14-17 yaşlar,

Geç Adölesan Dönemi: 17-18'li yaşlardan başlayıp 21'li yaşlarda sona erer.

Erken adölesan dönemde pubertenin başlaması ile oluşan fiziksel değişimlerle birlikte psikososyal değişimler oluşmaktadır ve adölesanlar genellikle bağımsızlıkları için mücadele etmeye çalışırlar (Türkiye Üreme Sağlığı Programı-TÜSP 2008). Soyut düşüncelerin gelişimi ile birlikte adölesan; birçok soyut kavramlar üzerinde düşünmeye ve tartışmaya, zaman kavramının farkına vararak gelecekle ilgili kaygılar duymaya ve kendini fark etmeye başlar. Ebeveynlerin fikirlerini ve güvenilirliklerini sorgulayıp, fikirlerine itaat ile başkaldırma arasında karmaşık duygular yaşarlar. Bir taraftan onlardan ayrılmaya ve büyümeye çalışan adölesan, diğer taraftan onların yakınlığına ve desteğine gerek duyması; bir eliyle anne-babayı iterken bir eliyle

onları yakalamaya çalıştığının göstergesidir (Hacıoğlu 2016). Bu dönemde adölesan çevresinde ki kişilere karşı iniş çıkışlı tepkiler verebilir (Yiğit 2009). Hızla gelişen ve değişen fiziksel, bilişsel ve sosyal gelişmelere bağlı bu değişikliklerle başa çıkması için adölesanın aile ve akran desteğine ihtiyacı vardır (Perry ve ark. 2010). Hızlı büyüme ve cinsel gelişime psikososyal uyumun ayak uydurması adölesanı zorlayabilir. Bu dönemde duygusal dalgalanmalar görülür ve davranışlarında yorumlarında ve ifade biçimlerinde abartılıdır (Özcebe ve ark. 2008).

Orta adölesan dönemde farklı bir birey olma ve bu durumu anne-babaya kabul ettirme çabaları zirve yapmıştır. Bu yüzden aileler ile olan çatışmalar daha fazladır ve arkadaşları çok daha önem kazanmıştır (TÜSP 2008). Anne-babadan bağımsızlaşarak farklı bir birey olma ve bu durumu anne babaya kabul ettirme çabaları oldukça yoğundur (Çuhadaroğlu 2011). Bu dönemde adölesanlar kuralları zorlayarak, riskli davranışlarda bulunabilirler. Pişmanlık, utanç, güvensizlik, çekingenlik duyguları oluşabilir (Özcebe ve ark. 2008). Adölesanlar genelde kendilerini akranlarının gözünden gördükleri için; görünüşleri, giyim tarzları ve davranışları akranları tarafından onaylanmadığında benlik saygıları azalmaktadır. Arkadaş ilişkilerindeki sınır bu yaş grubundaki adölesanlar için kaygı oluşturmaktadır (Hacıoğlu 2016). Yeni oluşturdukları arkadaş grupları çok ılımlı olurken, aileleriyle çatışma içine girebilirler (Yörükoğlu 1998).

Geç adölesan dönemde fiziksel gelişim hemen hemen tamamlanmış olup, biyolojik ve bilişsel olgunluğa erişilmiştir (Yiğit 2009). Adölesanın kişiliği ile ilgili kendisine ve çevresine karşı kesin duruşu oluşur ve böylelikle bu dönemde kimlik duygusunun bütünleşmesi gerçekleşir (Çuhadaroğlu 2011). Adölesanın kendinden büyük kişilerden yardım istemesi ya da akıl danışması onu rahatsız etmez. Soyut düşünce yeteneği gelişmiş olan adölesanın gelecek ile ilgili hedefleri gerçekçidir (Özcebe ve ark. 2008). Adölesan dönemin sonunda olumlu kimlik gelişimini tamamlayan adölesan, kendi yaşantıları ile ilgili sorumluluk alması, aile ve arkadaş desteği görerek adölesanların meslek ve eş seçimlerinde sosyal olgunluğa erişmesi beklenmektedir. Bu dönemi başarılı bir şekilde tamamlayan adölesanlar, erişkin rolünü üstlenebilecek bir birey olarak yetişkinliğe geçebilmektedir (Yörükoğlu 2008; Perry ve ark. 2010).

#### 2.1.4. Psikososyal Uyum ve Adölesan

“Uyum“ kişinin kendisi ve çevresiyle iyi ilişkiler kurarak, çevrede meydana gelen değişikliklere uygun davranış şekilleri gösterme sürecidir. Başka bir ifadeyle uyum, bireyin içinde bulunduğu çevrede kurduğu ilişkilerle ihtiyaçlarını kendisi ve çevresi için yararlı olacak biçimde gidermesi, isteklerini gerçekleştirmesidir (Bakırcıoğlu 2010). Başaran (1994)’a göre; gerçekçilik, yüklenme ve kendini kabullenme iyi uyumun öğeleridir.

Sosyalleşme, toplumun sosyo-kültürel değerlerini içinde yaşadığı topluluğun istediği biçimde biri haline gelmesi için çocuğa aktarma sürecidir (Steinberg 2017). Her birey aile, okul, akraba ve arkadaş çevresiyle beraber içinde yaşadığı toplumun örf, adet ve geleneklerini öğrenmekte ve ona uygun davranışlar sergilemeye çalışmaktadır (Kulaksızoğlu 2014). Bireyin eğitiminde aile, okul, toplumsal çevre oldukça önemli ve birbirini tamamlayan yapılardır, bu araçların eksikliği, çocuğun sağlam bir kişilik geliştirmesine engel olabilir (Steinberg 2017)

”Uyumlu adölesan” demek yaşının ve kendi döneminin özelliklerinin getirdiği bedensel, devimsel, zihinsel, dilsel, toplumsal, duygusal ve ruhsal davranışları göstermesidir. Adölesan desteklenmediğinde; anne, baba, öğretmen yanlış tutum gösterdiğinde, birçok olağan sorun büyümekte ve uyum bozuklukları ortaya çıkmaktadır (Bakırcıoğlu 2010).

Hangi toplumda olursa olsun bu dönemin temel özellikleri duygusal coşku ve taşkınlık, hızlı kurulan ve bozulan ilişkiler, kolay etkilenme, vazgeçme, toplum içinde sivrilme, ilgi çekme, rol sahibi olma çabası şeklindedir (Yavuzer 2013). Sosyalleşme adölesanın kişilik yapısına, duygu, düşünce, tutum ve beklentisine, adölesan döneme özgü psiko-sosyal özelliklerine, adölesanın yaşadığı çevrenin kültürel, ekonomik ve sosyal düzeylerine bağlıdır. Arkadaş çevresi, aile, okul ve kitlesel araçlar psiko-sosyal gelişimi etkileyen en önemli araçlardır. Adölesanın sosyal sürecini, karakter oluşumu, kültürel değerleri, toplumsal etkileşimi, okul ortamı, aile-arkadaş ilişkileri, değerleri ve yargıları gibi konuları kapsar. Kısacası adölesanın yaşamı içindeki deneyimleri, onun psikososyal gelişimini etkileyen ve belirleyen unsurlardır.

## 2.2. İnternetin Kullanımı

İnternet, birden fazla sayıda bilgisayarın birbirleriyle uzaktan bağlantı kurmasıyla oluşan, dünya çapında kullanılan bilgisayar ağlarına dayalı bir iletişim sistemidir (İçel 2017). Başka bir ifadeyle internet, birbirine bağlı bilgisayarlardan oluşan bir “bilgi ağı”, “bilgi otobanı”dır (Gates 1999).

1969'da askeri araştırma projelerini desteklemek için, Savunma Bakanlığı ARPANET (Advanced Research Projects Agency Network) adında bir ağ geliştirmeye başladı (İstanbul Teknik Üniversitesi Bilgi İşlem Daire Başkanlığı-İTÜBİDB 2013). 1972 yılında, ulusal bağlantılar gerçekleştirildi ve ilk e-posta gönderimi oldu. Askeri ağlar dışında yeni ağlar kuruldu, kurulan ağlar birbirlerine telsiz ya da kablo ile bağlanıyordu. Birçok bilim adamı interneti geliştirmek için çabaladı ve 1996 yılında tüm ülkede yayıldı. 1997 yılında tahmini olarak 30.000 bilgisayarın internete bağlı olduğu bilinmektedir. Son birkaç sene içinde, kablosuz şebekeler de yaygın olarak internet ağını cep telefonu kullanıcılarına açmıştır, bu sayede bağlantı hızları fazlasıyla artmıştır. Bu gün ise internetle tanışmayan ülke bulunmamaktadır (Akel 2016).

Dünyada 2000-2012 yılları arasında internet kullanımında % 400'ün üzerinde bir artış görülmektedir. 1998 yılında internet kullanım yüzdesi Türkiye’de çok düşük iken bu oran 2011 yılında hızla artmış, hatta ülkemizde internet kullanıcı sayısındaki artış oranı Avrupa Birliği ülkelerinin üzerine çıkmıştır. Her geçen gün internetin daha fazla kullanımı, internete ulaşılabilirliğinin artması, yaşantımızın bir parçası haline gelmesi ve genç nüfusumuzun fazla olması, internet kullanımını etkileyen unsurlardandır (Bilgi Teknolojileri ve İletişim Kurumu-BTİK 2018).

### 2.2.1. Dünya’da ve Türkiye’de İnternet Kullanım

Dijital pazarlama ajansı ‘We Are Social’ ve ‘Hootsuite’ tarafından 238 ülkeden toplanan verilerle hazırlanan “Digital in 2017 Global Overview” adlı raporda; internet ve dijital teknolojinin gelişimi ile ilgili güncel bilgiler, istatistikler yer almaktadır. İnternet kullanıcıları 2015 yılına oranla %10 büyüyerek 354 milyon; aktif sosyal medya kullanıcıları ise %21 büyüme ile 482 milyon artış göstermiştir. Dünya nüfusunun %50’si olan 3.773 milyar kişi internet kullanmakta ve internet kullanımını 4.92 milyar kişi cep telefonundan sağlamaktadır. İnternet kullanan

nüfusun 2.80 milyarı sosyal medyayı aktif kullanmakta ve bu kullanıcıların 2.56 milyarı sosyal medyaya mobilden bağlanmaktadır. 2016 yılına göre dizüstü ve bilgisayar kullanımı azalarak mobil kullanımın arttığı görülmektedir (Dijital Pazarlama Ajansı 2017). İnternet Dünya İstatistikleri Haziran 2017 verilerine göre internet kullanan kişi sayısı 3.885.567.619 olup, dünya nüfusunun %51,7'sini oluşturmaktadır (IWS 2017).

İnternetin nüfus içindeki önemi açıkça ortadadır. Amerika'da 2012 yılında adölesanların %81'i akranlarıyla iletişim için interneti kullanmaktadır (Pew Research Center 2012). Amerikalıların interneti nasıl kullandıkları, ne kadar kullandıkları ve akıllı telefon kullanımı gibi değişkenleri 15 yılı aşkın süredir inceleyen Pew Research Center (2018), Amerikalıların internet kullanımının her yıl arttığını göstermektedir. 2000 yılında %52 iken, 2008 yılında %78 ve 2018 Şubat ayında bu oran %89'a ulaşmıştır.

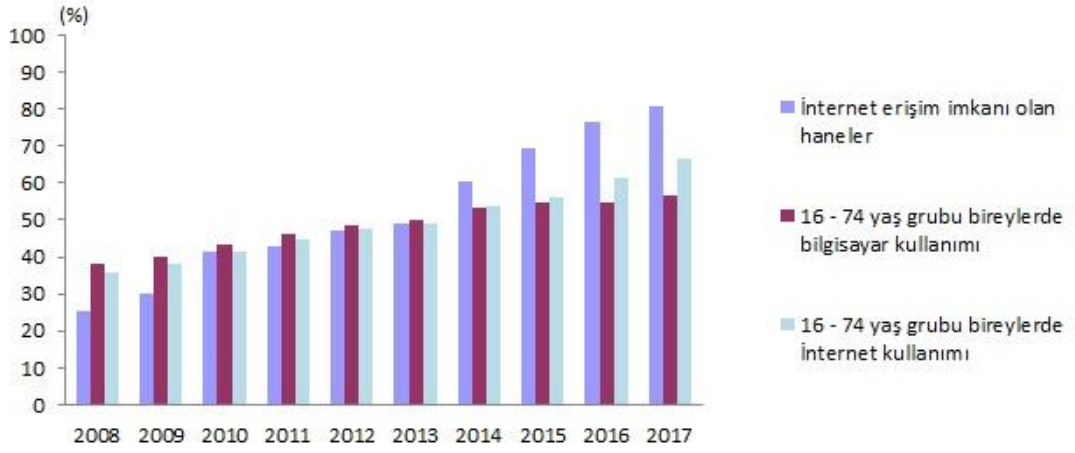
Türkiye'de Ocak 2016'dan Ocak 2017'ye kadar internet kullanıcı sayısının %4 ile 2 milyon, aktif sosyal medya kullanıcısı sayısının ise %14 ile 6 milyon arttığı görülmektedir. Türkiye nüfusunun %60'ı (48 milyon kişi) internete bağlanmakta ve mobil kullanıcı sayısı 71 milyon, sosyal medyaya mobilden bağlanan kullanıcı sayısı ise 42 milyon olduğu görülmektedir. Türkiye'deki cihaz kullanıcılarının %95'i cep telefonu sahibi ve bunların %75'i akıllı telefon kullanmaktadır (Digital in 2017: Global Overview 2017).

Türkiye'de internet kullanımı gün geçtikçe artmaktadır. TÜİK 2013 verilerine göre 16-74 yaş aralığındaki bireylerde internet kullanım oranları %48,9 (erkeklerde %59,3, kadınlarda %38,7) iken, TÜİK 2017 yılı sonuçlarına göre 16-74 yaş aralığındaki bireylerde internet kullanım oranları %66,8 (erkeklerde %75,1, kadınlarda %58,7) olduğu görülmektedir (TÜİK 2013; TÜİK2014). Türkiye'de 2015 yılında her on haneden yedisi internet erişim imkânına sahip iken bu oran 2017 yılında her on haneden sekiz haneye çıkmıştır (TÜİK 2015b; TÜİK 2017b).

İnternet kullanan bireylerin arasında düzenli internet kullanım oranı %91,6 olup; bu oran kentsel yerlerde %92,6, kırsal yerlerde %86,7 iken, internet kullanımının en yüksek olduğu bölge %61,4 oranıyla İstanbul olmuştur (TÜİK 2013). 2014 yılının ilk üç ayında yapılan araştırmada hemen her gün veya haftada en

az bir defa interneti kullanan '16-74 yaş grubu' düzenli internet kullanıcılarının oranı %44,9 iken, 2016 yılında bu oran %94,9'a yükselmiştir (TÜİK 2014; TÜİK 2016). 16-24 yaş arası bireyler bilgisayar ve internet kullanım oranlarının en yüksek olduğu yaş grubunu oluşturmakta ve tüm yaş gruplarında erkek cinsiyetinin internet ve bilgisayar kullanımının daha yüksek olduğu görülmüştür (TÜİK 2014).

Şekil 2.4. 2007-2017 yılları arasında internete erişim imkanı olan haneler, 16-74 yaş grubu bireylerde bilgisayar kullanma ve internet kullanma oranları



Kaynak: Hane halkı Bilişim Teknolojileri Kullanım Araştırması, TÜİK 2017b

### 2.2.2. Sağlıklı İnternet Kullanımı

“Sağlıklı internet kullanımı” uygun bir zaman diliminde, düşünsel veya davranışsal bir rahatsızlık duymadan interneti istenilen amaç doğrultusunda kullanmaktır. İnterneti sağlıklı kullanmak; gençlerin deneyimlerini geliştirmelerine, internet kullanım sürelerini ayarlamalarına ve interneti kullanırken çeşitli becerilerini kullanmalarına yardımcı olmaktadır (Shapira ve ark. 2000).

Sağlıklı internet kullanıcıları sanal iletişimin gerçek iletişimden farklı olduğunu bilir, interneti kimliğinin kaynağı olarak değil yaşamında yardımcı bir araç olarak görür, internet üzerindeki hayatından aile ve çevresine bahsetmekten kaçınmaz, kendi gerçek kimliğini ve becerilerini kullanır ve gerçek ile sanal yaşamı birbirinden ayırabilen kişilerdir (Ögel 2014).

Çocuk ve gençlerin interneti sorumluluk dahilinde, güvenle kullanmalarını desteklemek ve internetin zararlı içeriklerinden korumak amacıyla Avrupa Birliği Komisyonu bünyesinde 2004 yılında insanların bilinçli ve güvenli kullanımını sağlamak amacıyla INSAFE (European Safer Internet Network) ağı kurulmuştur.

INSAFE bugün Avrupa'da toplam 32 ülkenin Güvenli İnternet Merkezinin koordinasyonunu oluşturan bir ağdır. Ülkemizde, güvenli internet günü etkinlikleri ilk olarak 2010 yılında gerçekleşmiş ve bu yıl tüm dünyada ve Türkiye'de 6 Şubat 2018 tarihinde kutlanmıştır (BTİK 2018).

### **2.2.3. Problemlı İnternet Kullanımı**

Problemlı İnternet Kullanımı, sosyal, akademik ve mesleki olumsuz sonuçlara sebep veren bilişsel ve davranışsal belirtileri olan, patolojik davranışları içeren, çok boyutlu bir sendromdur (Davis 2001; Caplan 2005). Kim ve Davis'e (2009) göre problemlı internet kullanımı, kişinin aile ve iş hayatı yaşamını önemli ölçüde etkileyen ve internet kullanımını kontrol etmede zorluk olarak tanımlanmaktadır. Spada (2014) 'problemlı internet kullanımı' kişinin iradesiyle internet kullanımını kontrol edemediği ve günlük yaşantısında olumsuz sonuçlara sebep olduğu durum olarak tanımlamıştır. Araştırmacılar arasında 'Problemlı İnternet Kullanımı' terimi sıkça kullanılmaktadır ama genel standartlaştırılmış bir tanım bulunmamaktadır. 'Problemlı internet kullanımı' araştırmacılar tarafından genelde psikolojik bağımlılığı ve internette çevrimiçi harcanan süre üzerinde kontrol eksikliğini tanımlamak için kullanılmaktadır (Mittal ve ark. 2013; Gámez-Guadix ve ark. 2015). Problemlı internet kullanımı her yaş grubundaki kişilerde görülmekle beraber farklı sosyal, ekonomik ve eğitim seviyesindeki kişilerde de görülebilmektedir (Young 1996). Günümüzde internet kullanımının hızla artmasına paralel olarak problemlı internet kullanımında da artış görülmüştür (Spada 2014).

İnternetin uzun süreli kullanımı kişilerde sağlıksız internet kullanımına yol açabilir. İnternetin sağlıksız kullanımını ifade etmek için 'internet bağımlılığı', 'problemlı internet kullanımı', 'patolojik internet kullanımı' ve 'kompulsif internet kullanımı' gibi kavramlar sıklıkla kullanılmaktadır (Çetin ve Ceyhan 2014).

Young (1996) DSM-IV'te yer alan 'patolojik kumar oynama' tanısının internet bağımlılığına en yakın bozukluk olduğunu düşünerek buna uygun 'internet bağımlılığı' için tanı ölçütlerini oluşturmuştur. Young'ın tanımladığı sekiz kriterden beş tanesinin gerçekleşmesi durumunda kişi 'internet bağımlısı' olarak kabul edilmektedir. Davis (2001) ise bilişsel-davranışçı yaklaşıma dayalı, internetin aşırı kullanımını ifade eden 'patolojik internet kullanımı' için model oluşturmuştur.



Caplan (2002), Davis'in bilişsel-davranışçı yaklaşıma dayalı patolojik internet kullanımı modelini temel alarak yeni bir teori oluşturmuş ve "problemlili internet kullanımı" kavramını kullanmıştır.

İnternette geçirilen zamanın giderek artması, planlanan süreden daha fazla internette kalmak, internette geçirilen süre için yalan söylemek, internete girmesi engellendiğinde huzursuzluk mutsuzluk yaşaması, ailesinin ve arkadaşlarının internette fazla zaman geçirmesiyle ilgili memnuniyetsizliği, önceden yaptığı sosyal faaliyetler yerine internette olmayı tercih etmek, internette çok fazla zaman geçirmeye bağlı fiziksel rahatsızlıklar yaşamak problemlili internet kullanımının alarm veren belirtilerindendir (Göka 2017). Literatürde (Suler 1999; Young ve ark. 1999; Beard ve Wolf, 2001; Davis 2001; Shapira ve ark. 2003) problemlili internet kullanımı tanımlamaya, kimlerin problemlili internet kullandığını anlamaya çalışan, hangi durumlarda problemlili internet kullanıldığını açıklamaya çalışan bazı modeller bulunmaktadır.

DSM-V de 'İnternet oyun oynama bozukluğu' tanımlanmıştır. Bu tanıda para söz konusu olmadığından internet kumar oynama bozukluğundan ayrılır. İnternet oyun bozukluğunun yaygınlığı araştırmalarda kullanılan anketler ve ölçekler nedeniyle değişmektedir. Ancak Asya ülkelerinde ve 12-20 yaş grubu olan erkek adölesanlar da en yüksek oranlarda olduğu görülmektedir. İnternet kullanımı ve problemlili internet kullanımı arasındaki fark belirgin şekilde artmaya başlamıştır. İnternetin yüksek kullanımıyla beraber 'bağımlılık' birçok araştırmanın odak noktası olmakla beraber 'internet oyun oynama bozukluğu' Amerikan Psikiyatri Birliği (2013) tarafından daha fazla araştırmayı gerektiren bir durum olarak önerilmektedir. Zihinsel Bozuklukların Tanısal ve İstatiksel El Kitabı'nın (DSM-V) beşinci baskısı, bu önerilen durumu "sürekli oyun oynama sonucunda klinik olarak günlük yaşamda önemli bir bozulma" olarak tanımlamaktadır (Amerikan Psikiyatri Birliği 2013). Amerikan Psikiyatri Birliği (APA) çalışmasının 2013 yılında yayınlanan son şekline (DSM-V) hazırlık yapılırken, taslakta 'internet kullanım bozukluğu' diye bir tanı kategorisine yer verilmiş, ancak bu da ikna edici bulunmayarak sınıflandırmadan çıkarılmıştır (Göka 2017).

#### 2.2.4. Problemlı İnternet Kullanımının Psikososyal Etkileri

İnternet hayatımızda çok fonksiyonlu bir yapıya sahiptir ve her geçen gün yaşantımızda yeri ve önemi artmaktadır. İnternetin sağladığı avantaj ve faydalarının yanı sıra bazı olumsuz sonuçlara da sebep olduğu görülmektedir. İnsanların daha rahat ve kolay iletişim sağlayabilmesi için geliştirilen teknolojiler, sosyal kopukluğu önemli ölçüde arttırmaktadır. Birçok kişi sosyallik ihtiyacını sanal ortamdan karşılamaktadır bu da gerçek ilişkiyi köreltmektedir (Göka 2017). Oyun oynama, zaman geçirme, rahatlama gibi eğlenme amacıyla internetin aşırı ve kontrolsüz kullanılması problemlı internet kullanımına yol açarak bireyin yaşantısında çeşitli alanlarda özellikle psikososyal gelişimde bozukluklara yol açmaktadır (Ceyhan 2010; İkiz ve ark. 2015).

Caplan'a (2002) göre toplumda kendini ifade etmekte zorlanan ya da olmak istediğinden farklı görünmek isteyen bireyler yüz yüze iletişim yerine daha az tehdit edici olarak gördükleri sanal iletişimi tercih ederler. Bazı bireyler interneti yalnız hissettiğinde bu duygusunu ortadan kaldırmak için kullanabilir. Sosyal açıdan eksiklik yaşayan bireyler interneti kullanarak arkadaş edinerek sosyal eksikliğini doldurma ve duyguları paylaşma gibi davranışlar gösterebilir (Cao ve ark. 2011). Sanal iletişim yüz yüze kurulan iletişimden oldukça farklıdır. Yüz yüze iletişim de ilişkiyi kelimelerden daha çok sözel olmayan davranışlar ve duygular belirler. Sanal iletişim de internet kullanımı sırasında kişiler birbirlerini tam olarak anlayamayabilir ve insanların psikolojisinde bir gerileme oluşup, öfkelenme, aniden parlamalar ortaya çıkabilir (Göka 2017).

Çevresinden yeterli sosyal destek görmeyen kişilerin internete daha çok yönelmeleri sonucu PİK'na daha yatkın olmaktadır. Gerçek sosyal etkileşime sahip olan kişiler sosyal etkileşimi içe dönük kişilere göre doğrudan iletişime daha kolay geçtikleri görülürken, sosyal etkileşimi zayıf olan kişiler interneti daha çok tercih etmektedirler (Batıgün ve Kılıç 2011). İnternete ayrılan sürenin artışıyla, geçirdiği süreyi kontrol edemeyen kişiler, gerçek yaşamdaki sosyalleşme yerine sanal sosyalleşmeyi tercih ederek yaşam kalitesinde düşüşe sebebiyet verir (Günüç ve Kayri 2010). PİK birçok sağlık probleminin yanında, sosyal ilişkilerde gerilemeye, hayal ve gerçek arasındaki farkı ayırt edememe gibi sorunlara sebep olmaktadır (Ayas ve ark. 2011).

İnternet bağımlılığı veya PİK bireylerin psikolojik özelliklerini ve psikososyal yaşantılarını olumsuz etkilemekte, bireylerin internette amacının dışında çevrimiçi kalması çeşitli psikolojik sorunların oluşmasına neden olmaktadır. Sanal alemde harcanan fazla zaman kişilerin göz teması kurmasından kaçınmasına, farklı kişiliklere bürünmesine ve gerçek sosyal ilişkilerden uzaklaşmasına neden olur (Ögel 2014).

### **2.2.5. Adölesanlarda Problemlı İnternet Kullanımı ve Psikososyal Uyum**

Duygusal açıdan değişken bir özelliğe sahip olan adölesan dönemde; öfke patlamaları, ani duygusal değişiklik ve abartılı duygular bu dönemin spesifik özellikleridir (Steiner ve Hall 2015). Özellikle adölesan çağındaki gençler (12-17 yaş) diğer yaş gruplarından daha fazla erişim sağladıkları için internet ile daha fazla ilgilidirler (Pew 2012) ve bu nedenle PİK açısından daha fazla risk altındadırlar. İnternetin etkin kullanılması adölesan için fırsat oluştururken, aşırı kullanımı adölesanın fiziksel, psikolojik, sosyal ve bilişsel gelişimini olumsuz yönde etkileyebilmektedir (Caplan 2002; Bayraktar 2013).

İnternet kullanan 25 Avrupa ülkesinden seçilen 9-16 yaş aralığındaki çocukların interneti kullanmaya 10 yaşlarında başladığı ve günde ortalama 1-1.5 saat internette zaman geçirdikleri belirtilmektedir (Avrupa Çevrimiçi Çocuklar Proje Ekibi 2012). İnternetin aşırı kullanımı adölesan ruh sağlığını etkileyebilmekte ve bazı psikososyal bozuklukların da PİK olanlarda daha sık görölmektedir (Ceyhan 2008; Çam ve Nur 2015).

Kaygusuz'a (2013) göre bazı kişiler interneti günlük aktivitelerini kısıtlayacak veya erteleyecek kadar uzun süre internete bağlı kaldıklarını belirtmektedir. Bu durum bazı sağlık problemler yanında kişiler arası ilişkileri bozarak psikososyal uyumda zorlanmaya sebep olmaktadır. PİK adölesanların akademik başarısını, psikolojik, duygusal ve sosyal gelişimini etkilemektedir (Çelik ve Odacı 2012).

Akbulut ve Günüş (2012), 255 adölesanı dahil ederek yaptığı çalışmada, aile ve arkadaşlarından yeterli sosyal destek alamayan adölesanın internet kullanımlarında farklılık olduğunu gözlemlemiştir. Bu adölesanlarda internette tanımadığı insanlarla sohbet etme, takma isimler kullanarak kendini olduğundan

farklı gösterme, internete evde bağlanmak yerine kafeleri tercih etme gibi davranışlar gözlemlenmiştir.

### **2.2.6. Adölesanlarda Problemlı İnternet Kullanımı ve Psikososyal Uyumda Aile**

Adölesanların aile ilişkilerine bakıldığında, temel taşlar anne ve babadır; daha sonra sırayı büyük kardeşler ve küçük kardeşler takip eder. Birçok ailede anneyle ilişkiler daha yakınken, babayla ilişkiler ise genellikle daha mesafelidir. Ailelerde tartışma konularının içerisinde, ders çalışma konusu ve bilgisayarda, internette vakit geçirme gelmektedir. Ana babalar çocukların internette daha az vakit geçirmesini, derslerine daha çok zaman ayırmasını istemekte ve bu konuda sürekli baskı yapmaktadırlar. Ama çocuklara daha küçük yaşlardan zamanlarını etkili bir biçimde kullanmaları için yol gösteren, beraber zaman planlaması yapan ve uygulayan anne babalara sık rastlanmamaktadır (Aile ve Sosyal Politikalar Bakanlığı 2014). Gençlerin internet kullanımını denetlemeyen aileler, adölesanın interneti olumsuz yönde kullanma ve bağımlı olma riskini arttırır (Yılmaz ve ark. 2014).

Gençler gerçek sosyal yaşantılarında sosyal ilişkilerini geliştirmedikleri sürece, hayatlarının diğer dönemlerinde özellikle aile ve iş ortamında problem yaşarlar (Çağır ve Gürcan 2010). Hızla ilerleyen teknolojiyle beraber aileler internet kullanım becerileri çocuklarına göre düşük düzeyde olan aileler internetin değişimine ayak uyduramayıp sahip oldukları zaman darlığı sebebiyle de çocuklarını kontrol etmekte zorlanmaktadırlar (Eijnden ve ark. 2010). Ebeveynler çocuklarını birçok yönden kontrol altına almışlardır ama özellikle internet kullanımını sınırlama, engelleme açısından çabaları oldukça yetersizdir. Teknik becerileri yetişkin ve ebeveynlerden daha iyi gelişmiş olan adölesan bir yolunu bulup internete ulaşabilmektedir. Günümüzde aile üyeleri birbirlerine daha az zaman ayırmalarına rağmen, birbirleriyle vakit geçirmek yerine ellerindeki cihazlarla vakit geçirmektedir (Göka 2017). Adölesanların internette fazla zaman geçirmeleri aile bireyleriyle ilişkilerini sınırlandırmasına yol açmaktadır (Aile ve Sosyal Politikalar Bakanlığı 2014). Bu durumunda hem problemlı internet kullanımına hem de psikososyal uyum sorunlarına yol açtığı düşünülmektedir.

25 Avrupa ülkesinde, 9-16 yaş aralığında internet kullanan çocuklar ve ebeveynleriyle yüz yüze görüşme yapılmıştır. Araştırmanın Türkiye de yapılan

kısımında 1018 çocuk-ebeveynle yüz yüze görüşmeler gerçekleştirilmiştir. Araştırma sonuçları ebeveynlerin sadece %29'unun interneti kullandığını ve çok sayıda ebeveynin çocukların teknoloji kullanımı sırasında karşılaşılabileceği risklerden haberdar olmadığını; oluşabilecek risklere karşı ise çocuklarına gerekli yardımı sağlayabilecek donanıma sahip olmadıklarını göstermektedir. (Avrupa Çevrimiçi Çocuklar Proje Ekibi 2012).

Ceyhan'ın (2008) internet bağımlılığı üzerinde yaptığı çalışmada da belirttiği gibi; problemlili internet kullanımının tüm toplumlarda yetişkinler için olduğu kadar adölesanlar için de tehdit olduğu bir gerçektir. Problemlili internet kullanımı adölesanların gelişiminde ve sosyal yaşamında olumsuz sonuçlara sebep olabilmektedir; bu durum adölesanın okul ve aile yaşamına zarar verebileceğinden problemlili internet kullanımına neden olan faktörlerin belirlenmesi ve önlem alınması adölesan ve toplum için önem arz etmektedir.

### **2.2.7. Adölesanlarda Problemlili İnternet Kullanımı ve Psikososyal Uyumda Okul ve Arkadaş**

İnternet, sosyal hayatın vazgeçilmez bir parçası olmakla beraber okul hayatının da parçası durumuna gelmiştir. İnternet sadece ilişkileri sürdürmek için değil aynı zamanda yeni ilişkilerin kurulduğu ortam durumuna gelerek küçük yaşlardan itibaren internetle tanışılmaya ve hayatın bir bölümünün internette yaşanarak deneyimlenmesine sebep olmuştur (Aile ve Sosyal Politikalar Bakanlığı 2014). Aynı zamanda yükseköğrenime hazırlık dönemine denk gelen adölesan döneminde öğrencilerinin ilgilerinin internete kayarak aşırı ve kontrolsüz kullanması sonucu sosyal ilişkilerden uzaklaşması, okul derslerini aksatması, devamsızlık yapması neticesinde okul başarıları düşmekte ve meslek sahibi olmalarına engel olmaktadır (Yılmaz ve ark. 2014).

Adölesan dönemde arkadaşlık ve arkadaş ilişkileri oldukça önemlidir; internetin kullanımı arkadaşlarıyla olan ilişkilerini olumlu etkileyebilirken, internetin aşırı ve kontrolsüz biçimde kullanılması adölesanın sosyalleşmesine zarar vererek toplumdaki uzaklaşarak yalnızlaşmasına sebep olabilir (Yücel ve Gürsoy 2013). Yeterli sayıda arkadaşı bulunmayan, arkadaş ilişkileri iyi düzeyde olmayan adölesanlar interneti daha problemlili kullanmaktadırlar (Siyez ve Uzbaş 2013).

Young ve Case (2004), PİK adölesanların aile ve arkadaş ilişkileri bozulmakla birlikte akademik başarılarında düşüş olduğunu ve internette kurdukları sanal dünyada yaşamaya başladıklarını belirtmiştir. Aile ve arkadaş ilişkisi yerine interneti tercih eden adölesan gerçek yaşamı takip edemez ve gelecekte yaşantısına yönelik olumsuzluklarla karşılaşabilir (Yılmaz ve ark. 2014).

### **2.2.8. Adölesanlarda Problemlı İnternet Kullanımı ve Psikososyal Uyuma Yönelik Halk Sağlığı Hemşiresinin Görev, Rol ve Sorumlulukları**

Sağlık alışanları topluma hizmet sunarken etkili dinleme ve anlama, önyargılı olmama ve yargılamama, karşısındaki kişinin görüş ve düşüncelerine önem verme, çift yönlü iletişim kurma, analitik düşünebilme ve uygulayabilme gibi temel becerilere sahip kişilerdir (Hacıalıoğlu 2016). Halk sağlığı hemşireliğinin bir çalışma alanı olan okul sağlığı hemşireliğinin yetki ve sorumlulukları bulunmaktadır (Koçoğlu ve Emiroğlu 2011).

Amerikan Ulusal Okul Sağlığı Hemşireliği Birliği okul sağlığı hemşireliğini, öğrencilerin sağlığını geliştirmek ve sağlıklı bir yaşam biçimini sürdürmelerini sağlamak, okul başarılarını arttırmak için çalışan profesyonel bir hemşirelik dalı olarak tanımlamaktadır (NASN 2011). Okul sağlığı hizmetleri, okul personeli, öğrenciler ve aileleri ile beraber bir bütün olarak sağlığın değerlendirilmesi, geliştirilmesi, sağlıklı okul yaşamının oluşturulması ve sürdürülmesi; öğrenciye, okula ve topluma sağlık eğitimi verilebilmesi için yapılan çalışmalardır. Okul sağlığı hemşiresi, öğrencinin okulda bulunduğu her an okulda bulunan; öğretmen, idare ve veli koordinasyonunu sağlayarak okul sağlığı programını idare edecek olan sağlık çalışanıdır (Özcebe ve ark 2008).

Okul sağlığı hemşiresinin birincil ve en önemli görevi öğrencilerin sağlığını koruması, geliştirmesi ve yükseltmesi olmakla birlikte bu amaç doğrultusunda sağlık eğitimini uygulayacak en önemli kişidir. Öğrencinin okul öncesi dönemde kazandığı olumlu sağlık davranışlarını desteklemek olumsuz ya da yetersiz olanları değer değiştirmek, öğrencilerin sağlıklarını olumlu düzeyde tutacak davranışları benimsetmek, sağlıklarını korumaları ve geliştirmeleri için gerekli bilgiyi öğrencilere vermek ve sağlıkları için gerekli davranış değerikliklerini oluşturmak okul sağlık eğitimi programının amaçlarıdır ( Bahar 2010). Dünyada ve ölkemizde okul sağlığı

hemşireliği bir uzmanlık alanı olarak kabul görüp, çocuk ve gençlere yönelik kapsamlı sağlık hizmetlerinin sürekli sağlanmasında önemli bir yere sahiptir (AAP 2008).

Resmi Gazete’de yayınlanan hemşirelik yönetmeliğine göre; okul hemşiresi görevli bulunduğu okulda okul sağlığı ile ilgili sorunları ve ihtiyaçları fark ederek idareye bildirir, sağlık risklerini rutin değerlendirmeleriyle erken tanılanması ve gereken önlemlerin alınması konusunda okul idaresiyle işbirliği içinde çalışır; okula her yeni katılan ve mevcut öğrencilerle birlikte okul personeli de dahil olmak üzere sağlık durumunun değerlendirilmesinde ve rutin fiziksel muayenelerinde görev alır ve sağlık durumunu kaydeder; okulda yapılan bağımlılık, dikkat bozukluğu, anksiyete, antisosyal davranış sorunları yaşayan öğrencileri saptayıp öğretmen ve aile arasında işbirliği sağlar ve gerekli durumda sağlık danışmanlığı yapar; öğrencilerin fiziksel potansiyellerinin yanında psikolojik potansiyellerini fark etmesini sağlayarak, özgüvenlerini geliştirmek için öğretmen-aile ve öğrenci arasındaki koordinasyonu sağlar (T.C. Resmi Gazete, 20/10/2016 Sayı: 27910). Bu konuda okullarda çalışan idare, öğretmenler, hemşireler PİK gösteren öğrencileri daha yakından takip etmelidir. PİK olan öğrencilerin tespit edilmesi için sağlığı geliştirme kursları veya seminerler yoluyla düzenli olarak PİK ve psikiyatrik belirtilerin taranması önemlidir (Çam ve Nur 2015). Aynı zamanda okul sağlığı hemşireleri gibi profesyonel bir sağlık çalışanının oluşabilecek bağımlılığa ilişkin farkındalık programları oluşturmaları ve uygulamaları koruyucu önlemlerden biri olabilecektir (Karaca ve ark. 2016). Kaliteli bir okul sağlığı hizmetinin verilebilmesi için diğer ekip üyeleriyle birlikte okul sağlığı hemşiresinin de bulunmasıyla mümkündür (Ulutaşdemir ve ark. 2016).

Bu alanda çalışan halk sağlığının önemli bir alt birimi olan okul sağlığı hemşirelerinin bilgi, tecrübe ve becerileri ile kendilerini sürekli geliştirmeleri, eğitici rolüyle okuldaki adölesan öğrencilere katkıda bulunup gerekli durumlarda yönlendirebilmelidir. Profesyonel bir okul sağlığı hemşiresinde bulunan etkili iletişim, kriz yönetimi, sorun çözme, karar verme, analitik düşünme gibi becerileri önemli katkı sağlayacaktır. Bu çalışmada liselerde öğrenim gören öğrencilerin problemleri internet kullanımını gelişmesini önlemede ve psikososyal uyum düzeylerinin artırılmasında okul sağlığı hemşiresinin bu konuda yardımcı olacağı düşünülmüştür.

### **3. GEREÇ VE YÖNTEM**

#### **3.1. Araştırmanın Türü**

Bu araştırma, lisede öğrenim gören adölesan öğrencilerin internet kullanımı ve psikososyal uyum düzeyleri ile ilişkili faktörlerin belirlenmesi amacıyla tanımlayıcı ve ilişkisel olarak yapılmıştır.

#### **3.2. Araştırmanın Yapıldığı Yer ve Özellikleri**

Araştırma, T.C Milli Eğitim Bakanlığı'na bağlı Ankara/Çankaya Ümitköy Anadolu Lisesinde yapılmıştır. Okulun teknolojik imkânları bakımından gelişmiş olması ve okul içerisinde bilgisayar odasında ADSL bağlantısının bulunması mevcut sorunun daha iyi anlaşılacağı düşünülerek okul seçimi bu şekilde yapılmıştır.

Ümitköy Anadolu Lisesi 4 katlı tek bir binadan oluşmaktadır. Okuldaki öğretmen sayısı 55 olup bunlardan 2 tanesini Rehberlik ve Psikolojik Danışmanlık branşı oluşturmaktadır. Ümitköy Anadolu Lisesi'nde 22 derslik, 4 fen laboratuvarı, 1 atölye, 1 bilgisayar sınıfı, 1 konferans salonu, 1 yemekhane, 1 spor salonu ve 1 kütüphane bulunmaktadır. Bilgisayar odasında ADSL bağlantısı bulunmakta ve 1 megabit hızla erişim sağlanmaktadır. Ümitköy Anadolu Lisesinde 9.sınıflar 6 şubeden oluşmaktadır ve 9.sınıf öğrenci sayısı 202 dir (kız öğrenci sayısı 119, erkek öğrenci sayısı 83). 10. Sınıf öğrencileri 6 şubeden oluşmaktadır ve 10. Sınıf öğrenci sayısı 197 dir ( kız öğrenci sayısı 89, erkek öğrenci sayısı 108). 11. Sınıf öğrencileri 6 şubeden oluşmaktadır ve 11. Sınıf öğrenci sayısı 150 dir (kız öğrenci sayısı 72, erkek öğrenci sayısı 78). 12. Sınıf öğrencileri 2 şubeden oluşmaktadır ve 12. Sınıf öğrenci sayısı 29 dur (kız öğrenci sayısı 14, erkek öğrenci sayısı 15). Toplam 578 öğrenci mevcuttur.

#### **3.3. Araştırmanın Evreni ve Örneklemi**

Bu araştırmanın evrenini Ankara ili sınırları içinde bulunan Ümitköy Anadolu Lisesinde öğrenim gören 9. 10. ve 11. sınıf öğrencileri (549 öğrenci) oluşturmaktadır. Araştırmanın örneklemi; Ceyhan (2011) yapmış olduğu çalışmada bulunan 'Problemlerli İnternet Kullanım Ölçeği'nin standart sapma değerinden ( $SS=15.47$ ) ve evrenin bilindiği durumlarda kullanılan  $n= N \times \sigma^2 \times Z^2 / (N-1) \times d^2$  formülünden



yararlanılarak hesaplanmıştır. Formülde % 95 güven düzeyi ve sapma  $d=2$  kabul edilmiştir (Karasar 2005; Esin 2014).  $n=(549 \times (15.47)^2 \times (1.9616)^2 / 548 \times 2^2)= 231$  bulunmuştur. Örneklem seçiminde basit rastgele sayılar tablosu kullanılmıştır. 250 öğrenci çalışmaya dahil edilmiştir.

### **3.4. Araştırmaya Alınma Kriterleri**

Araştırmaya alınma kriterleri; adölesan yaş dönemini kapsamak ve GGA-E anketi 11-16 yaş aralığına uygulandığı için, 17 yaşın altında olmaktır.

### **3.5. Veri Toplama Tekniği ve Araçları**

Veri toplamada literatür incelemeleri sonucu oluşturulan Sosyo demografik Bilgi Formu (Ek-1), İnternet Kullanım Bilgi Formu (Ek-2), Problemlı İnternet Kullanım Ölçeği (Ek-3) ve Güçler ve Güçlükler Anketi ( Ek-4 ) kullanılmıştır.

#### **3.5.1. Sosyodemografik Soru Formu (Ek-1)**

Literatür incelemeleri (Bilge 2011; Esen ve Siyez 2011; İıkiz ve ark. 2015) sonucu oluşturulan form cinsiyet, ailenin aylık geliri, annenin eğitim düzeyi, babanın eğitim düzeyi, aile tipi, aileyle olan ilişki durumu, arkadaşlarıyla ilişki durumu, okul sorunu yaşama durumu, derslerde ki başarı düzeyi gibi soruları içermektedir.

#### **3.5.2. İnternet Kullanımına Yönelik Bilgi Formu (Ek-2)**

Literatür incelemeleri (Bilge 2011; Çetin ve Ceyhan 2014; Odacı ve Çıkırkıcı 2017) sonucu oluşturulan bir diğer form liselerde öğrenim gören öğrencilerin internet kullanımı, evde bilgisayar varlığı, internet bağlantısı, kendisine ait cep telefonuna sahip olma ve telefonunda internet bağlantısının bulunması, internete genellikle nereden bağlandığı, ne sıklıkta internet kullandıkları (günde-haftada), interneti en çok hangi amaçla kullandığı, en çok kullandığı siteler, interneti kullanım beceri düzeyi, ailesinin interneti yasaklaması ve bu durumda internet kafeye gitme, herhangi bir sosyal paylaşım ağında hesabın bulunma durumu, interneti kullanırken gerçek adını kullanması, interneti kullanırken fiziksel herhangi bir ağrının olması ve en çok hangi bölgede ağrı hissetmesi gibi internet kullanımı ile ilgili durumları kapsayan 16 sorudan oluşmaktadır.

### 3.5.3. Problemlı İnternet Kullanımı Ölçeği-Ergen (PİKÖ-E) (Ek-3)

Ceyhan ve Ceyhan (2014) tarafından ergenler üzerinden geçerlilik ve güvenilirlik çalışması yapılan PİKÖ-E verilerinin faktör analizi için uygun olup olmadığı belirlemek üzere tüm maddelerin korelasyon matrisi, -.02 ile .77 arasında değişen korelasyon katsayıları ortaya koymuştur. 27 maddeden oluşan 5’li Likert tipinde bir ölçek olup ölçekteki soruların cevabına karşılık 1 ile 5 arasında puan verilmektedir. “Hiç uygun değil” (1 puan), “Nadiren uygun” (2 puan), “Biraz uygun” (3 puan), “Oldukça uygun” (4 puan), ve “Tamamen uygun” (5 puan) biçiminde puanlanmaktadır. 7. ve 10. maddeler ters puanlanmaktadır. PİKÖ-E ölçeği internetin olumsuz sonuçları, aşırı kullanım ve sosyal fayda/sosyal rahatlık olmak üzere üç alt boyuttan oluşmaktadır. Her alt boyut kendi içinde değerlendirildiği gibi 3 alt boyutun toplamı olarak PİKÖ- E toplam puanı da değerlendirilmektedir.

1. *İnternetin olumsuz sonuçları*: İnternetin olumsuz sonuçları alt boyutunu 14 madde oluşturmaktadır (12, 13, 14, 15, 16, 17, 18, 19, 20, 21, 22, 23, 24, 26). Puan aralığı 14-70’dir. Bu alt boyut için geçerlik ve güvenilirlik çalışmasında Cronbach alfa güvenilirlik katsayısı 0.93; bu çalışmada ise 0.92 bulunmuştur.

2. *Aşırı kullanımı*: Aşırı kullanımı alt boyutunu 6 madde oluşturmaktadır ( 1, 2, 6, 7, 10, 25 (7. ve 10. Soru ters puanlanmıştır). Puan aralığı 6-30’ dur. Bu alt boyut için geçerlik ve güvenilirlik çalışmasında Cronbach alfa güvenilirlik katsayısı 0.76; bu çalışmada ise 0.76 bulunmuştur.

3. *Sosyal fayda/sosyal rahatlık*: Sosyal fayda/sosyal rahatlık alt boyutunu 7 madde ( 3, 4, 5, 8, 9, 11, 27) oluşturmaktadır. Puan aralığı 7-35’ dir. Bu alt boyut için geçerlik ve güvenilirlik çalışmasında 0.78; bu çalışmada ise 0.86 bulunmuştur.

4. *PİKÖ-E toplam puan*: Ölçekteki toplam puan 27 ile 135 arasında değişmekte olup alınan yüksek puanlar yüksek düzeyde sorunlu internet kullanımına işaret etmektedir. Toplam puan için geçerlik ve güvenilirlik çalışmasında Cronbach alfa güvenilirlik katsayısı 0.93; bu çalışmada ise 0.94 bulunmuştur.

Tablo 3.1. PİKÖ-E ölçek ve alt boyutlarının madde sayısı, alınabilecek max. ve min. Puanı, cronbach  $\alpha$  değerleri, bu çalışmada alınan min. ve max. puanı, ortalama ve standart sapma

Ölçekler ve Alt Boyutları	Madde Sayısı	Alınabilecek Min.-Max. Puan	Bu çalışmada alınan min.-max.puanlar	Bu çalışmada alınan $\bar{x} \pm Ss$	Cronbach $\alpha$
PİKÖ-E	27	27-135	27-123	68.9 $\pm$ 21.9	0.94
İnternetin Olumsuz Kullanımı	14	14-70	14-67	32.4 $\pm$ 12.9	0.92
İnternetin Aşırı Kullanım	6	6-30	6-30	20.4 $\pm$ 5.1	0.76
Sosyal Fayda/Sosyal Rahatlık	7	7-35	7-31	16.0 $\pm$ 6.4	0.84

Ölçek, problemlili internet kullanım davranışını ölçerek, internetin sağlıklı ve sağlıksız olarak kullanım düzeylerini ortaya koymayı amaçlamaktadır. Bu çerçevede, ölçekten alınan yüksek puan, bireylerin interneti sağlıksız kullandığının, internetin yaşamlarını olumsuz bir şekilde etkilediğinin ve bağımlılık gibi bir patolojiye eğilim oluşturabileceğinin işareti olarak değerlendirilmelidir (Ceyhan ve Ceyhan 2014).

#### 3.5.4. Güçler ve Güçlükler Anketi (GGA-E) (Ek-4)

Güçler ve Güçlükler-GGA (Strenghts and Difficulties Questionarie-SDQ) 1997 yılında Robert Goodman tarafından geliştirilmiştir. Bu anketin, 4-16 yaşlar için ebeveyn formu ve öğretmen formu ile 11-16 yaşlar için ergenin kendisinin doldurduğu ergen formu bulunmaktadır. Ergen formu, ebeveyn formu ile aynı soru maddelerini içermektedir (Goodman 2003). Bizim çalışmamızda GGA ergen formu kullanılmıştır. GGA-E olumlu-olumsuz davranış durumlarını sorgulayan 25 soru içermektedir. Bu sorular kendi içinde 5 alt boyutta toplanmış olup bu alt boyutlar; “Duygusal Sorunlar”, “Davranış Sorunları”, “Dikkat Eksikliği ve Aşırı Hareketlilik”, “Akran Sorunları”, “Sosyal Davranış” alt boyutlarıdır. Her başlık kendi içinde değerlendirildiği gibi ilk dört başlığın toplamı toplam güçlük puanını vermektedir. Her bir madde ‘doğru değil’ (1 puan), ‘kısmen doğru’(2 puan) ve ‘kesinlikle doğru’(3 puan) olarak işaretlenmektedir. Puanlaması ters olan 5 madde bulunmaktadır (7, 11, 14, 21 ve 25) (Goodman 1997).

GGA'nın Türkçe geçerlik ve güvenilirlik çalışması Güvenir ve ark (2008) tarafından yapılmıştır. GGA-E verilerinin faktör analizi için uygun olup olmadığı belirlemek üzere tüm maddelerin korelasyon matrisi, 0.37-0.72 arasında bulunmuştur. Ölçek 501 ebeveyn ve 514 ergene uygulanmış ve aralarındaki korelasyon incelenmiştir. Anketin ergen formunun iç tutarlığına bakıldığında Cronbach alfa katsayısı 0.73 ile 0.22 arasında değişmektedir. Bazıları olumlu, bazıları ise olumsuz davranış özelliklerini sorgulayan 25 madde içeren ölçekte her bir madde 'doğru değil', 'kısmen doğru', 'kesinlikle doğru' olarak işaretlenmektedir. 11-16 yaş arasındaki ergenlerde kullanılmaktadır (Güvenir ve ark. 2008).

1. *Duygusal sorunlar*: Duygusal sorunlar alt boyutu 5 sorudan oluşmaktadır (3, 8, 13, 16, 24); puan aralığı 5-15 arasındadır. Bu alt boyut için geçerlik ve güvenilirlik çalışmasında Cronbach alfa güvenilirlik katsayısı 0.70; bu çalışmada Cronbach alfa güvenilirlik katsayısı ise 0.65 bulunmuştur.

2. *Davranış sorunları*: Davranış sorunları alt boyutu 5 sorudan oluşmaktadır (5, 7, 12, 18, 22); 7. Soru ters puanlanmaktadır. Puan aralığı 5-15 arasındadır. Bu alt boyut için geçerlik ve güvenilirlik çalışmasında Cronbach alfa güvenilirlik katsayısı 0.50; bu çalışmada ise 0.40 bulunmuştur.

3. *Dikkat Eksikliği ve Aşırı Hareketlilik*: Dikkat eksikliği/aşırı hareketlilik alt boyutu 5 sorudan oluşmaktadır (2, 10, 15, 21, 25); 21. ve 25. sorular ters puanlanmaktadır. Puan aralığı 5-15 arasındadır. Bu alt boyut için geçerlik ve güvenilirlik çalışmasında Cronbach alfa güvenilirlik katsayısı 0.70; bu çalışmada ise 0.54 bulunmuştur.

4. *Akran sorunları*: Akran sorunları alt boyutu 5 sorudan oluşmaktadır (6, 11, 14, 19, 23); 11. Ve 19. sorular ters puanlanmaktadır. Puan aralığı 5-15 arasındadır. Bu alt boyut için geçerlik ve güvenilirlik çalışmasında Cronbach alfa güvenilirlik katsayısı 0.22; bu çalışmada Cronbach alfa güvenilirlik katsayısı ise 0.39 bulunmuştur.

5. *Sosyal davranış*: Sosyal davranış alt boyutu 5 sorudan oluşmaktadır (1, 4, 9, 17, 20); puan aralığı 5-15 arasındadır. Bu alt boyut için geçerlik ve güvenilirlik çalışmasında Cronbach alfa güvenilirlik katsayısı 0.54; bu çalışmada ise 0.69 bulunmuştur.

6.GGA-E toplam: 5 alt ölçeğin toplamını oluşturan GGA-E toplam güçlük puan aralığı 25-75 arasındadır. GGA-E toplam güçlük puanı için geçerlik ve güvenirlik çalışmasında Cronbach alfa güvenirlik katsayısı 0.73; bu çalışmada ise 0.59 bulunmuştur.

Tablo 3.2. GGA-E ölçek ve alt boyutlarının madde sayısı, alınan puanın anlamı, alınabilecek max. ve min. Puanı ve cronbach  $\alpha$  değerleri

Ölçekler ve Alt Boyutları	Madde Sayısı	Alınabilecek Min.-Max. Puan	Bu çalışmada alınan min.-max.puan	Bu çalışmada alınan $\bar{x} \pm Ss$	Cronbach $\alpha$
GGA-E	25	25-75	36-64	48.2 $\pm$ 5.1	0.59
Duygusal Sorunlar	5	5-15	5-15	8.2 $\pm$ 2.3	0.65
Davranış Sorunları	5	5-15	5-15	9.2 $\pm$ 1.9	0.40
Dikkat Eksikliği/Aşırı Hareketlilik	5	5-15	5-15	9.9 $\pm$ 2.0	0.54
Akran Sorunları	5	5-15	5-13	7.9 $\pm$ 1.8	0.39
Sosyal Davranış	5	5-15	6-15	12.8 $\pm$ 2.0	0.69

### 3.6. Ön Uygulama

Soruların anlaşılabilirliğini ve uygunluğunu tespit etmek amacıyla anket yöntemiyle 03.05.2016 tarihinde Ankara/Çankaya Leyla Turgut Anadolu Lisesinde okuyan 10 öğrenciye ön uygulama yapılmıştır. Uygulama müdür yardımcısı ve araştırmacı desteği ile anlaşılmayan sorunun ifade edilmesi istenerek gönüllülük esasına göre uygulanmıştır. Öğrencilerin soru formlarını cevaplama süreleri ortalama 10-20 dakika arasında gerçekleşmiş olup anlaşılmayan soru olmadığını ifade etmişlerdir ve soru değişikliğine gidilmemiştir. Soruların uygunluğu değerlendirildikten sonra veri toplama aşamasına geçilmiştir.

### 3.7. Verilerin Toplanması

Veri toplama aşaması Ankara/Çankaya Ümitköy Anadolu Lisesinde gerçekleştirilmiş ve veri formları önceden planlanmış ve bildirilmiş gün (08.05.2016-

15.05.2016 tarihleri arasında) ve saatte dersin öğretmeni eşliğinde, araştırmacı gözetiminde ders saatinde yapılmıştır. Basit rastgele örnekleme yöntemiyle her sınıftan belirlenen öğrenciler seçilmiştir. Öğrencilere uygulama öncesinde; araştırmanın amacı, önemi ve yapacakları katkı anlatılıp, ölçek ve anket soruları açıklanmış veri formları kendi ellerine verilerek soruları varsa cevaplandırılarak uygulanmıştır. Öğrenciler ortalama 8-25 dakikada veri formlarını doldurmuşlardır.

### **3.8. Araştırmanın Değişkenleri**

Bu araştırmanın bağımlı değişkenleri: ‘Problemlili internet kullanımı’ ve ‘Güç ve güçlükler anketinden’ elde edilen puanlardır. Araştırmanın bağımsız değişkenleri şunlardır: Sosyo-demografik özellikler (cinsiyet, gelir durumu, anne-baba eğitimi, aile tipi, aile ve arkadaş ilişkisi gibi), öğrenimle ilgili özellikler ( okul sorunu yaşama durumu, başarı durumu gibi), internet kullanımına yönelik bilgileri ( öğrencilerin internet kullanımı, evde bilgisayar varlığı, internet bağlantısı, kendisine ait cep telefonuna sahip olma ve telefonunda internet bağlantısının bulunması, internete genellikle nereden bağlandığı, ne sıklıkta internet kullandıkları (günde-haftada), interneti en çok hangi amaçla kullandığı, en çok kullandığı siteler, interneti kullanım beceri düzeyi, ailesinin interneti yasaklaması ve bu durumda internet kafeye gitme, herhangi bir sosyal paylaşım ağında hesabın bulunma durumu, interneti kullanırken gerçek adını kullanması, interneti kullanırken fiziksel herhangi bir ağrının olması) içeren özellikleri oluşturmaktadır.

### **3.9. Verilerin İstatistiksel Değerlendirmesi**

İstatistiksel analiz ve hesaplamalar için lisanslı SPSS Statistics 20.0 programı kullanıldı. İstatistiksel kararlarda  $p < 0.05$  anlamlı farklılığın göstergesi olarak kabul edildi. Veriler sayı, yüzde, ortalama, standart sapma, ortanca ve çeyreklikler değerlerle özetlenmiştir. Kullanılacak araçların bu çalışma için güvenilirlik analizleri yapılmıştır. Normal dağılıma karar vermede Skewness Kurtosis değerleri  $[(-1)-( +1)]$  arasında olan nicel değişkenler normal dağılıma uygun olarak değerlendirilmiştir. Bağımlı değişkenlerin bağımsız değişkenlere göre analizi için; iki bağımsız grupta normal dağılım gösteren bağımlı değişkenler için t testi, göstermeyenlerde Mann Whitney U testi; üç ve üzeri bağımsız grupta normal dağılım göstermeyenlerde Kruskal Wallis testinden yararlanılmıştır.

Nicel değişkenlerin birbirleriyle ilişkisini incelemek için pearson korelasyon analizi yapılmıştır. Korelasyon katsayıları 0.00-0.19 ilişki yok ya da önemsenmeyecek düzeyde ilişki, 0.20-0.39 zayıf (düşük) ilişki, 0.40-0.69 orta düzeyde ilişki, 0.70-0.89 kuvvetli (yüksek) ilişki, 0.90-1.00 çok kuvvetli ilişki olarak yorumlanmıştır (Alpar 2012). Tüm analizlerin sonuçlarının yorumlanmasında %95 güven düzeyi, 0.05 hata payı dikkate alınmıştır.

Araştırmada PİKÖ-E ölçeğinin belirleyicileri hiyerarşik regresyon analizi ile değerlendirilmiştir. İlk modelde sosyo-demografik değişkenler kullanılmış, Model 2’de internet kullanım özellikleri ve Model 3’te GGA-E değişkeni eklenmiştir. Analiz için dummy cinsiyet, değişkene dönüştürülmüştür. GGA-E ölçek puanı sürekli değişken olarak kullanılmıştır.

1. Cinsiyet (erkek=1, 0= kız)
2. Ailenin aylık geliri (yüksek=1, 0=düşük-orta)
3. Aile ile ilişki düzeyi (orta=1, 0=kötü, çok iyi)
4. Arkadaş ile ilişki düzeyi (orta düzey=1, 0=kötü, çok iyi)
5. Okul sorunu yaşama (her zaman=1, 0=bazen, sorun yaşamam)
6. İnternete bağlanma türü (akıllı telefon=1, 0=ev)
7. İnternet kullanma beceri düzeyi (çok iyi=1, 0=diğer)
8. Ailenin internete girmeyi yasaklaması (evet=1, 0=hayır)
9. Aile yasakladığında internet kafeye gitme (evet=1, 0=hayır )
10. İnternet kullanırken ağrı (evet=1, 0=hayır) şeklinde kodlanan dummy değişkenler üretilmiştir.

### **3.10. Araştırmanın Sınırlılıkları**

GGA-E anketi 11-16 yaş aralığına uygulandığı için 12. Sınıf öğrencileri çalışmaya dahil edilmemiştir. Bu araştırma sadece çalışılan örnekleme genellenebilmektedir. Güç ve güçlükler anketindeki 3 madde araştırma için izin

veren Ankara/Çankaya İl Milli Eğitim Müdürlüğü kurumunun istediği doğrultusunda değiştirilmiştir. Değiştirilen maddeler hakkında anket sahibine bilgi verilmiştir.

Tablo 3.3. GGA-E ölçeğinin gerçek maddeleri ve MEB Tarafından Değiştirilen Madde ifadeleri

Madde Numarası	Gerçek Madde İfadesi	Değiştirilen İfade
12.Madde	Çok kavga ederim. Diğer insanlara istediğimi yaptırabilirim.	Zaman zaman arkadaşarımla tartışırım. Diğer insanlara istediğimi yaptırabilirim.
18.Madde	Sıkça hile yapmak ya da yalan söylemekle suçlanırım	Bazen doğruyu söylemem
19.Madde	Diğer çocuklar ya da gençler bana takarlar ya da benimle alay ederler	Diğer çocuklar ya da gençler bana her zaman iyi davranmaz
22.Madde	Ev, okul ya da başka bir yerden benim olmayan şeyleri alırım	Bazen kendime ait olmayan bir şeyi izinsiz alırım

### 3.11. Araştırmanın Etik Boyutu

Araştırmada kullanılan PİKÖ-E ve GGA-E kullanımı için yazarlardan izin alınmıştır (Ek-E, Ek-F). Araştırmaya başlamadan önce Necmettin Erbakan Üniversitesi Meram Tıp Fakültesi İlaç ve Tıbbi Cihaz Dışı Araştırmalar Etik Kurulu'ndan Karar Sayısı: 2016/506 olan etik kurul onayı alınmıştır (Ek-G). T.C. Milli Eğitim Bakanlığı'ndan Ankara/Çankaya Leyla Turgut Anadolu Lisesinden ve Ankara/Çankaya Ümitköy Anadolu Lisesinde çalışma yapabilmek için izin alınmıştır (Ek-H). Araştırmaya katılan öğrencilerden aydınlatılmış onam formu ile yazılı izin alınmıştır (Ek-I). Araştırmaya katılan öğrencilerin ailesinden aydınlatılmış onam formu ile yazılı izin için ekteki form hazırlanmış (Ek-İ) ve öğrenci ailelerine çocuklarına anket uygulanacağı ve anketin konusu hakkındaki bilgi okul rehberlik servisi aracılığıyla ulaştırılmıştır.



## 4. BULGULAR

Lisede öğrenim gören öğrencilerin internet kullanımı ve psikososyal uyum düzeyleri arasındaki ilişkiyi belirlemek amacıyla yürütülen bu çalışmada araştırma sorularına yönelik olarak yapılan analizler doğrultusunda aşağıdaki bulgular elde edilmiştir.

4.1. Adölesanların sosyo-demografik ve internet kullanım özellikleri (Tablo 4.1)

4.2. Adölesanların sosyo-demografik özellikleri ile PİKÖ-E ve alt boyut puanlarının karşılaştırılmasına ilişkin bulgular (Tablo 4.2)

4.3. Adölesanların sosyo-demografik özellikleri ile GGA-E ve altboyut puanlarının karşılaştırılmasına ilişkin bulgular (Tablo 4.3)

4.4. Adölesanların bazı Değişkenler, PİKÖ-E ve GGA-E Puanlarının Korelasyonlarına ilişkin bulgular (Tablo 4.4)

4.5. Adölesanların PİKÖ-E ve GGA-E ölçek puanlarının bazı değişkenler için çoklu regresyon sonuçlarına ilişkin bulgular (Tablo 4.5)

#### 4.1. Adölesanların sosyo-demografik ve internet kullanım özellikleri (n=250)

Araştırmaya katılan öğrencilerin %56'sını kız, %44'ünü erkekler oluşturmaktadır. Katılımcıların ailesinin aylık gelirinin %70'i düşük-orta %30'u yüksek düzeydedir. Baba eğitim düzeyi açısından değerlendirildiğinde öğrencilerin babalarının %4'ü ilköğretim, %17'si lise, %57'si üniversite, %22'sinin ise lisansüstü eğitimi bulunmaktadır. Anne eğitim düzeyi açısından değerlendirildiğinde öğrencilerin annelerinin %7'si ilköğretim, %29'u lise, %52'si üniversite, %12'sinin ise lisansüstü eğitimi bulunmaktadır. Aile tipi bakımından öğrencilerin %91'i çekirdek aile, %9'u ise geniş-parçalanmış aile tipinden oluşmaktadır. Geniş ve parçalanmış aile tipinde az birey bulunması nedeniyle bu kategoriler birleştirilmiştir. Katılımcıların aile ile olan ilişkisi açısından değerlendirildiğinde %7'si kötü, %18'i orta, %42'si iyi, %33'ü çok iyi olduğu belirlenip; arkadaşlarıyla ilişki memnuniyeti bakımından %4'ü hiç memnun değil, %56'sı orta derecede memnun ve %40'ının çok memnun olduğu görülmektedir. Öğrencilerin okul sorunu yaşama açısından değerlendirildiğinde %19'u hayır, %70'bazen, %11'i her zaman okul sorunu yaşadığı belirlenmiştir.

Araştırmaya katılan öğrencilerin internete %57'si evden %43'ünün ise telefondan bağlandığı; internet kullanım beceri düzeyinin %13'ünün orta, %53'ünün iyi, %34'ünün çok iyi olduğu belirlenmiştir. Öğrencilerin ailesinin %18'inin internete girmeyi yasakladığı %82'sinin yasaklamadığı; aile interneti yasakladığında internet kafeye gidenlerin %10, gitmeyenlerin ise %90 olduğu görülmektedir. Katılımcıların sosyal paylaşım ağında hesabının bulunması açısından değerlendirildiğinde %95'inin evet, %5'inin hayır cevabını verdiği görülmektedir. Öğrencilerin internet kullanırken gerçek adını kullanma durumu bakımında %55'inin evet, %7'sinin hayır, %38'inin bazen kullandığı belirlenmiştir. İnternet kullanırken fiziksel herhangi bir ağrısının olması durumuna göre değerlendirildiğinde %60'ı evet, %40'ı hayır cevabını verdiği görülmektedir.

Tablo 4.1. Adölesanların sosyo-demografik ve internet kullanım özellikleri (n=250)

<b>Sosyo-demografik Özellikler</b>	<b>S</b>	<b>%</b>
<b>Cinsiyet</b>		
Kız	141	56
Erkek	109	44
<b>Ailenin aylık geliri</b>		
Düşük-orta	175	70
Yüksek	75	30
<b>Babanın eğitim durumu</b>		
İlköğretim	10	4
Lise	41	17
Üniversite	143	57
Lisansüstü	56	22
<b>Annenin eğitim durumu</b>		
İlköğretim	17	7
Lise	73	29
Üniversite	130	52
Lisansüstü	30	12
<b>Aile tipi</b>		
Çekirdek aile	228	91
Geniş-parçalanmış aile	22	9
<b>Aile ile olan ilişki</b>		
Kötü	17	7
Orta	46	18
İyi	104	42
Çok iyi	83	33
<b>Arkadaşlarıyla ilişki memnuniyeti</b>		
Hiç memnun değilim	10	4
Orta derecede memnunum	140	56
Çok memnunum	100	40
<b>Okul sorunu yaşama</b>		
Hayır	49	19
Bazen	174	70
Her zaman	27	11
<b>İnternete bağlanılan yer</b>		
Ev	146	58
Telefon	104	42
<b>İnternet kullanım beceri düzeyi</b>		
Orta	33	13
İyi	133	53
Çok iyi	84	34
<b>Ailenin internete girmeyi yasaklama durumu</b>		
Evet	46	18
Hayır	204	82
<b>Aile internete girmeyi yasakladığında internet kafeye gitme durumu</b>		
Evet	24	10
Hayır	226	90
<b>Sosyal paylaşım ağında hesabın bulunma durumu</b>		
Evet	237	95
Hayır	13	5
<b>İnternet kullanırken gerçek adı kullanma durumu</b>		
Evet	137	55
Hayır	18	7
Bazen	95	38
<b>İnternet kullanırken fiziksel herhangi bir ağrının olması</b>		
Evet	150	60
Hayır	100	40

#### **4.2. Adölesanların sosyo-demografik özellikleri ile PİKÖ-E ve alt boyut puanlarının karşılaştırılması (Tablo 4.2)**

**Cinsiyete** göre internetin olumsuz sonuçları, sosyal fayda/sosyal rahatlık ve PİKÖ-E toplam puanları karşılaştırıldığında; erkekler açısından olumsuz yönde olmak üzere istatistiksel olarak anlamlı bir fark varken (sırasıyla  $p=0.009$ ,  $p=0.001$ ,  $p=0.012$ ), aşırı kullanımı bakımından istatistiksel olarak anlamlı bir fark yoktur ( $p=0.794$ ) (Tablo 4.2).

**Ailenin aylık gelirine** göre internetin olumsuz sonuçları, aşırı kullanımı, sosyal fayda/sosyal rahatlık ve PİKÖ-E toplam puanları karşılaştırıldığında; yüksek gelir grubunda olumsuz yönde olmak üzere istatistiksel olarak anlamlı bir fark vardır (sırasıyla  $p=0.003$ ,  $p=0.008$ ,  $p=0.029$ ,  $p=0.003$ ) (Tablo 4.2).

**Babının eğitim durumuna göre** internetin olumsuz sonuçları, aşırı kullanım, sosyal fayda/sosyal rahatlık ve PİKÖ-E toplam puanları karşılaştırıldığında istatistiksel olarak anlamlı bir fark yoktur (sırasıyla  $p=0.816$ ,  $p=0.855$ ,  $p=0.168$ ,  $p=0.630$ ) (Tablo 4.2).

**Annenin eğitim durumuna göre** internetin olumsuz sonuçları, aşırı kullanım, sosyal fayda/sosyal rahatlık ve PİKÖ-E toplam puanları karşılaştırıldığında istatistiksel olarak anlamlı bir fark yoktur (sırasıyla  $p=0.659$ ,  $p=0.960$ ,  $p=0.391$ ,  $p=0.717$ ) (Tablo 4.2).

**Aile tipine göre** sosyal fayda/sosyal rahatlık puanları karşılaştırıldığında çekirdek aile açısından olumsuz yönde olmak üzere istatistiksel olarak anlamlı bir fark varken ( $p=0.009$ ), internetin olumsuz sonuçları, aşırı kullanım ve PİKÖ-E toplam bakımından istatistiksel olarak anlamlı bir fark yoktur (sırasıyla  $p=0.169$ ,  $p=0.341$ ,  $p=0.073$ ) (Tablo 4.2).

**Aile ile olan ilişkisine** göre internetin olumsuz sonuçları, aşırı kullanım, sosyal fayda/sosyal rahatlık ve PİKÖ-E toplam puanları karşılaştırıldığında istatistiksel olarak anlamlı bir fark vardır ( $p<0.001$ ). İleri analizlerde; internetin olumsuz sonuçları ve aşırı kullanım puanları ilişki düzeyi orta olanlarda olumsuz yönde olmak üzere iyi ve çok iyi düzeyde olanlardan; sosyal fayda/sosyal rahatlık puanı ilişki düzeyi kötü ve orta olanlarda olumsuz yönde olmak üzere çok iyi

düzeyde olanlardan; PİKÖ-E toplam puan ilişki düzeyi kötü ve orta olanlarda olumsuz yönde olmak üzere çok iyi düzeyde olanlardan ve ilişki düzeyi orta olanlarda olumsuz yönde olmak üzere iyi düzeyde olanlardan farklıdır (Tablo 4.2).

**Arkadaşıyla ilişki memnuniyetine** göre internetin olumsuz sonuçları, aşırı kullanım, sosyal fayda/sosyal rahatlık ve PİKÖ-E toplam puanları karşılaştırıldığında istatistiksel olarak anlamlı bir fark vardır ( $p < 0.001$ ). İleri analizlerde internetin olumsuz sonuçları, aşırı kullanım, sosyal fayda/sosyal rahatlık ve PİKÖ-E toplam puanları ilişki memnuniyeti hiç memnun değilim ve orta derecede memnunum olanlarda olumsuz yönde olmak üzere çok memnun olanlardan farklıdır (Tablo 4.2).

**Okul sorunu yaşama durumuna** göre internetin olumsuz sonuçları, aşırı kullanım, sosyal fayda/sosyal rahatlık ve PİKÖ-E toplam puanları karşılaştırıldığında istatistiksel olarak anlamlı bir fark vardır (sırasıyla  $p=0.008$ ,  $p=0.002$ ,  $p=0.031$ ,  $p=0.011$ ). İleri analizlerde internetin olumsuz sonuçları ve PİKÖ-E toplam puanları okul sorunu her zaman olanlarda olumsuz yönde olmak üzere okul sorunu olmayanlardan; aşırı kullanım puanı okul sorunu bazen ve her zaman olanlarda olumsuz yönde olmak üzere okul sorunu olmayanlardan; sosyal fayda/sosyal rahatlık puanı okul sorunu olmayan ve bazen olanlar olumsuz yönde olmak üzere her zaman olanlardan farklıdır (Tablo 4.2).

**İnternete bağlanılan yere** göre aşırı kullanım, sosyal fayda/sosyal rahatlık ve PİKÖ-E toplam puan ortalamaları karşılaştırıldığında telefonla bağlananlarda olumsuz yönde olmak üzere istatistiksel olarak anlamlı bir fark varken (sırasıyla  $p=0.002$ ,  $p=0.031$ ,  $p=0.026$ ), interneti olumsuz kullanımı bakımından istatistiksel olarak anlamlı bir fark yoktur ( $p=0.146$ ) (Tablo 4.2).

**İnternet kullanım beceri düzeyine göre** internetin olumsuz sonuçlar, aşırı kullanım ve PİKÖ-E toplam puanları karşılaştırıldığında istatistiksel olarak anlamlı bir fark varken (sırasıyla  $p=0.014$ ,  $p=0.026$ ,  $p=0.012$ ), sosyal fayda/sosyal rahatlık bakımından istatistiksel olarak anlamlı bir fark yoktur ( $p=0.061$ ). İleri analizlerde internetin olumsuz sonuçları puanı beceri düzeyi iyi ve çok iyi olanlarda olumsuz yönde olmak üzere orta olanlardan; aşırı kullanım puanı beceri düzeyi iyi olanlarda olumsuz yönde olmak üzere orta olanlardan; PİKÖ-E toplam puanı beceri düzeyi iyi

ve çok iyi olanlarda olumsuz yönde olmak üzere orta olanlardan farklıdır. (Tablo 4.2).

**Ailenin internete girmeyi yasaklama durumuna göre** internetin olumsuz sonuçları, aşırı kullanım, sosyal fayda/sosyal rahatlık ve PİKÖ-E toplam puanları karşılaştırıldığında interneti yasaklayan ailelerde olumsuz yönde olmak üzere istatistiksel olarak anlamlı bir fark vardır ( $p<0.000$ ) (Tablo 4.2).

**Aile internete girmeyi yasakladığında internet kafeye gitme durumuna göre** internetin olumsuz sonuçları, aşırı kullanım, sosyal fayda/sosyal rahatlık ve PİKÖ-E toplam puanları karşılaştırıldığında internet kafeye gidenlerde olumsuz yönde olmak üzere istatistiksel olarak anlamlı bir fark vardır ( $p<0.000$ ) (Tablo 4.2).

**Sosyal paylaşım ağında hesabı bulunma durumuna göre** aşırı kullanım puanı karşılaştırıldığında sosyal paylaşım hesabı bulunanlarda olumsuz yönde olmak üzere istatistiksel olarak anlamlı bir fark varken ( $p=0.035$ ), internetinin olumsuz sonuçları, sosyal fayda/sosyal rahatlık ve PİKÖ-E toplam bakımından istatistiksel olarak anlamlı bir fark yoktur (sırasıyla  $p=0.521$   $p=0.450$ ,  $p=0.246$ ) (Tablo 4.2).

**İnternet kullanırken gerçek adını kullanma durumuna göre** sosyal fayda/sosyal rahatlık puanı karşılaştırıldığında hayır ve bazen cevabı verenlerde olumsuz yönde olmak üzere istatistiksel olarak anlamlı bir fark varken ( $p=0.001$ ), internetin olumsuz sonuçları, aşırı kullanım ve PİKÖ-E toplam bakımından istatistiksel olarak anlamlı bir fark yoktur (sırasıyla  $p=0.247$   $p=0.756$ ,  $p=0.062$ ). İleri analizlerde sosyal fayda/sosyal rahatlık puanı internet kullanırken gerçek adını kullanmayanlar ve bazen kullananlar olumsuz yönde olmak üzere gerçek adını kullananlardan farklıdır (Tablo 4.2).

**İnternet kullanırken fiziksel herhangi bir ağrının olması durumuna göre** internetin olumsuz sonuçları, aşırı kullanım, sosyal fayda/sosyal rahatlık ve PİKÖ-E toplam puanları karşılaştırıldığında istatistiksel olarak anlamlı bir fark vardır ( $p<0.001$ ) (Tablo 4.2).

Tablo 4.2. Adölesanların sosyodemografik özellikleri ile PİKÖ-E ve altboyut ve toplam puanlarının karşılaştırılması (n=250)

Sosyo-demografik Özellikler		PİKÖ-E ve Alt Boyutları			
		İnternetin Olumsuz Sonuçları X±Ss/[Q(Q <sub>1</sub> -Q <sub>3</sub> )]	Aşırı Kullanım X±Ss/[Q(Q <sub>1</sub> -Q <sub>3</sub> )]	Sosyal Fayda/Sosyal Rahatlık X±Ss/[Q(Q <sub>1</sub> -Q <sub>3</sub> )]	PİKÖ –E Toplam X±Ss/[Q(Q <sub>1</sub> -Q <sub>3</sub> )]
Cinsiyet	Kız	30.5±12.8	20.4±5.4	14.8±6.1	65.9±22.1
	Erkek	34.8±12.7	20.5±4.8	17.6±6.5	72.9±20.0
	t	-2.643	-0.262	-3.470	-2.537
	p	<b>0.009</b>	0.794	<b>0.001</b>	<b>0.012</b>
Ailenin aylık geliri	Düşük-Orta	30.8±12.1	19.9±5.1	15.4±6.0	66.3±20.6
	Yüksek	36.0±13.8	21.7±4.8	17.4±7.1	75.1±23.6
	t	-2.965	-2.668	-2.200	-2.954
	p	<b>0.003</b>	<b>0.008</b>	<b>0.029</b>	<b>0.003</b>
Babanın eğitim durumu	İlköğretim	[34(20-51)]	[21(19-26)]	[21(15-24)]	[71(58-100)]
	Lise	[29(20-42)]	[20(18-25)]	[13(10-19)]	[66(50-87)]
	Üniversite	[29(21-43)]	[20(17-24)]	[15(10-21)]	[66(51-86)]
	Lisansüstü	[33(22-41)]	[20(18-25)]	[16(11-21)]	[73(52-83)]
	KW	0.938	0.779	5.054	1.732
p	0.816	0.855	0.168	0.630	
Annenin eğitim durumu	İlköğretim	[23(20-41)]	[22(18-25)]	[17(14-21)]	[63(55-78)]
	Lise	[29(20-41)]	[21(17-25)]	[14(10-20)]	[66(50-83)]
	Üniversite	[30(22-44)]	[21(17-25)]	[15(11-22)]	[69(51-88)]
	Lisansüstü	[32(21-39)]	[29(15-25)]	[14(11-19)]	[66(50-79)]
	KW	1.603	0.302	3.005	1.350
p	0.659	0.960	0.391	0.717	
Aile tipi	Çekirdek aile	[31(22-43)]	[21(17-25)]	[15(11-21)]	[68(52-86)]
	Geniş-Parçalanmış aile	[24(20-39)]	[19(14-24)]	[12(8-16)]	[54(45-76)]
	Z	-1.376	-0.953	-2.618	-1.794
p	0.169	0.341	<b>0.009</b>	0.073	
Aile ile olan ilişki	Kötü (a)	[41(22-51)]	[22(19-27)]	[19(14-24)]	[82(57-105)]
	Orta (b)	[41(31-48)]	[25(20-26)]	[19(15-23)]	[85(67-97)]
	İyi (c)	[29(21-43)]	[20(18-24)]	[15(11-21)]	[66(51-83)]
	Çok iyi (d)	[27(19-34)]	[19(16-24)]	[12(9-18)]	[58(44-76)]
	KW	32.262 b >c,d	21.374 b >c,d	20.433 a,b >d	31.556 a,b >d /b >c
p	<b>&lt;0.001</b>	<b>&lt;0.001</b>	<b>&lt;0.001</b>	<b>&lt;0.001</b>	
Arkadaşlarıyla ilişki memnuniyeti	Hiç memnun değilim (a)	[47(37-55)]	[26(22-28)]	[21(18-27)]	[98(77-105)]
	Orta derecede memnunum (b)	[34(25-43)]	[22(18-25)]	[17(12-22)]	[73(57-87)]
	Çok memnunum (c)	[24(18-33)]	[19(15-23)]	[12(9-18)]	[57(44-73)]
	KW	29.504 c <a,b	19.140 c <a,b	24.948 c <a,b	29.213 c <a,b
p	<b>&lt;0.001</b>	<b>&lt;0.001</b>	<b>&lt;0.001</b>	<b>&lt;0.001</b>	

Tablo 4.2. (devam) Adölesanların sosyodemografik özellikleri ile PİKÖ-E ve altboyut ve toplam puanlarının karşılaştırılması (n=250)

Sosyo-demografik Özellikler		PİKÖ-E ve Alt Boyutları			
		İnternetin Olumsuz Sonuçları X±Ss/[Q(Q <sub>1</sub> -Q <sub>3</sub> )]	Aşırı Kullanım X±Ss/[Q(Q <sub>1</sub> -Q <sub>3</sub> )]	Sosyal Fayda/Sosyal Rahatlık X±Ss/[Q(Q <sub>1</sub> -Q <sub>3</sub> )]	PİKÖ-E Toplam X±Ss/[Q(Q <sub>1</sub> -Q <sub>3</sub> )]
Okul sorunu yaşama	Hayır (a)	[28(20-37)]	[18(15-22)]	[15(10-20)]	[65(45-75)]
	Bazen (b)	[30(21-42)]	[21(18-25)]	[15(10-21)]	[58(62-55)]
	Her zaman (c)	[38(24-50)]	[23(18-26)]	[19(13-25)]	[80(61-102)]
	KW	9.540 a<c	12.033 a<b,c	6.958 c >a,b	9.006 a<c
	p	<b>0.008</b>	<b>0.002</b>	<b>0.031</b>	<b>0.011</b>
İnternete bağlanılan yer	Ev	31.5±13.0	19.6±5.2	15.3±6.4	66.3±22.1
	Telefon	33.7±12.7	21.6±4.7	17.0±6.3	72.6±21.2
	t	-1.455	-3.161	-2.157	-2.232
	p	0.146	<b>0.002</b>	<b>0.031</b>	<b>0.026</b>
İnternet kullanım beceri düzeyi	Orta (a)	[24(18-36)]	[18(14-22)]	[11(9-19)]	[56(42-78)]
	İyi (b)	[32(23-43)]	[21(17.5-25)]	[15(11-22)]	[70(53-89)]
	Çok İyi (c)	[30(20-43)]	[21(18-25)]	[15(10-21)]	[67(52-83)]
	KW	8.564 a<b,c	7.273 a<b	5.580	8.839 a<b,c
	P	<b>0.014</b>	<b>0.026</b>	0.061	<b>0.012</b>
Ailenin internete girmeyi yasaklama durumu	Evet	43.3±11.6	23.9±46.0	20.3±46.0	87.5±46.0
	Hayır	29.9±11.8	19.6±204.0	15.0±204.0	64.8±204.0
	t	-6.214	-5.299	-4.968	-6.196
	p	<b>&lt;0.001</b>	<b>&lt;0.001</b>	<b>&lt;0.001</b>	<b>&lt;0.001</b>
Aile internete girmeyi yasakladığında internet kafeye gitme durumu	Evet	[47(41-51)]	[26(24-27)]	[22(19-26)]	[94(86-102)]
	Hayır	[29(21-40)]	[20(17-24)]	[15(10-20)]	[65(50-81)]
	Z	-4.704	-4.535	-4.239	-4.916
	P	<b>&lt;0.001</b>	<b>&lt;0.001</b>	<b>&lt;0.001</b>	<b>&lt;0.001</b>
Sosyal paylaşım ağında hesabın bulunma durumu	Evet	[30(21-42)]	[21(18-25)]	[15(11-21)]	[67(52-86)]
	Hayır	[27(18-44)]	[17(13-21)]	[12(10-20)]	[56(41-85)]
	Z	-0.642	-2.110	-0.755	-1.160
	P	0.521	<b>0.035</b>	0.450	0.246
İnternet kullanırken gerçek adı kullanma durumu	Evet (a)	[28(21-41)]	[20(17-25)]	[13(10-20)]	[62(50-83)]
	Hayır (b)	[35(21-44)]	[21(14-26)]	[18(14-24)]	[75(48-93)]
	Bazen (c)	[32(23-44)]	[20(18-24)]	[18(12-23)]	[70(57-87)]
	KW	-1.158	-0.311	-3.329 a<b,c	-1.864
	p	0.247	0.756	<b>0.001</b>	0.062
İnternet kullanırken fiziksel herhangi bir ağrının olması durumu	Evet	36.9±12.6	22.3±4.4	17.9±6.2	77.1± 20.6
	Hayır	25.6±10.1	17.7±4.8	13.2±5.7	56.7±17.8
	t	48.627	47.218	35.672	52.347
	p	<b>&lt;0.001</b>	<b>&lt;0.001</b>	<b>&lt;0.001</b>	<b>&lt;0.001</b>



#### 4.3. Adölesanların sosyo-demografik özellikleri ile GGA-E ve altboyut puanlarının karşılaştırmaları (Tablo 4.3)

**Cinsiyet, ailenin aylık geliri, anne-babanın eğitim durumu, aile tipi, arkadaşlarıyla ilişki memnuniyeti, okul sorunu yaşama durumu, internete bağlanılan yer, ailenin internete girmeyi yasaklaması, sosyal paylaşım ağında hesabının bulunması** değişkenlerine göre duygusal sorunlar, davranış sorunları, dikkat eksikliği/aşırı hareketlilik, akran sorunları, sosyal davranış ve GGA-E toplam puanları karşılaştırıldığında istatistiksel olarak anlamlı bir fark yoktur (sırasıyla  $p=0.231$ ,  $p=0.193$ ,  $p=0.154$ ,  $p=0.852$ ,  $p=0.679$ ,  $p=0.704$ ) (Tablo 4.3).

**Aile ile olan ilişkisine** göre duygusal sorunlar toplam puanı karşılaştırıldığında; aile ile ilişkisi iyi olanlar olumsuz yönde olmak üzere istatistiksel olarak anlamlı bir fark varken ( $p=0.019$ ), davranış sorunları, dikkat eksikliği/aşırı hareketlilik, akran sorunları, sosyal davranış ve GGA-E toplam bakımından istatistiksel olarak anlamlı bir fark yoktur (sırasıyla  $p=0.886$ ,  $p=0.534$ ,  $p=0.161$ ,  $p=0.929$ ,  $p=0.424$ ). İleri analizlerde duygusal sorunlar puanı ilişki düzeyi iyi olanlarda olumsuz yönde olmak üzere orta düzeyde olanlardan farklıdır (Tablo 4.3).

**İnternet kullanım beceri düzeyine göre** akran sorunları toplam puanı karşılaştırıldığında; internet kullanım beceri düzeyi orta olanlar olumsuz yönde olmak üzere istatistiksel olarak anlamlı bir fark varken ( $p=0.037$ ), davranış sorunları, dikkat eksikliği/aşırı hareketlilik, sosyal davranış ve GGA-E toplam bakımından istatistiksel olarak anlamlı bir fark yoktur (sırasıyla  $p=0.168$ ,  $p=0.675$ ,  $p=0.668$ ,  $p=0.594$ ,  $p=0.179$ ). İleri analizlerde akran sorunları puanı beceri düzeyi orta olanlar olumsuz yönde olmak üzere çok iyi düzeyde olanlardan farklıdır (Tablo 4.3).

**Aile internete girmeyi yasakladığında internet kafeye gitme durumuna göre** duygusal sorunlar ve GGA-E toplam puanları karşılaştırıldığında; aile internete girmeyi yasakladığında internet kafeye gitmeyenler olumsuz yönde olmak üzere istatistiksel olarak anlamlı bir fark varken (sırasıyla  $p=0.030$ ,  $p=0.040$ ), davranış sorunları, dikkat eksikliği/aşırı hareketlilik, akran sorunları ve sosyal davranış bakımından istatistiksel olarak anlamlı bir fark yoktur (sırasıyla  $p=0.088$ ,  $p=0.085$ ,  $p=0.109$ ,  $p=0.090$ ). (Tablo 4.3).

**İnternet kullanırken gerçek adını kullananlara** göre, akran sorunları toplam puanları karşılaştırıldığında; gerçek adını bazen kullananlar olumsuz yönde olmak üzere istatistiksel olarak anlamlı bir fark varken ( $p=0.013$ ), davranış sorunları, dikkat eksikliği/aşırı hareketlilik, sosyal davranış ve GGA-E toplam bakımından istatistiksel olarak anlamlı bir fark yoktur (sırasıyla  $p=0.357$ ,  $p=0.392$ ,  $p=0.434$ ,  $p=0.904$ ,  $p=0.088$ ). İleri analizlerde akran sorunları puanı gerçek adını kullananlar ve kullanmayanlar olumsuz yönde olmak üzere bazen kullananlardan farklıdır (Tablo 4.3).

**İnternet kullanırken fiziksel herhangi bir ağrının olması durumu** duygusal sorunları ve sosyal davranış sorunları toplam puanları karşılaştırıldığında; ağrısı olanlar olumsuz yönde olmak üzere istatistiksel olarak anlamlı bir fark varken (sırasıyla  $p=0.013$ ,  $p=0.016$ ), davranış sorunları, dikkat eksikliği/aşırı hareketlilik, akran sorunları, sosyal sorunlar ve GGA-E toplam bakımından istatistiksel olarak anlamlı bir fark yoktur (sırasıyla  $p=0.179$ ,  $p=0.255$ ,  $p=0.097$ ,  $p=0.080$ ) (Tablo 4.3).

Tablo 4.3. Adölesanların Sosyo-demografik özellikleri ile GGA-E ve Alt Boyut puanlarının karşılaştırması (n=250)

Sosyo-demografik Özellikler		GGA-E ve Alt Boyutları					
		Duygusal Sorunlar X±Ss/[Q(Q <sub>1</sub> -Q <sub>3</sub> )]	Davranış Sorunları X±Ss/[Q(Q <sub>1</sub> -Q <sub>3</sub> )]	Dikkat Eksikliği/Aşırı Hareketlilik X±Ss/[Q(Q <sub>1</sub> -Q <sub>3</sub> )]	Akran Sorunları X±Ss/[Q(Q <sub>1</sub> -Q <sub>3</sub> )]	Sosyal Davranış X±Ss/[Q(Q <sub>1</sub> -Q <sub>3</sub> )]	GGA-E Toplam X±Ss/[Q(Q <sub>1</sub> -Q <sub>3</sub> )]
Cinsiyet	Kız	3.4±2.3	4.4±1.8	4.8±2.1	3.0±1.7	7.8±1.8	23.3±5.2
	Erkek	3.0±2.3	4.1±2.0	5.1±1.9	2.9±1.9	7.9±2.2	23.0±5.0
	t	1.200	1.305	-1.430	0.187	-0.414	0.381
	p	0.231	0.193	0.154	0.852	0.679	0.704
Ailenin aylık geliri	Düşük-Orta	3.3±2.3	4.3±1.8	4.9±2.0	3.1±1.8	7.9±1.8	23.5±5.2
	Yüksek	3.1±2.3	4.2±2.1	4.9±1.9	2.6±1.7	7.6±2.3	22.4±4.6
	t	0.758	0.381	0.021	1.960	1.186	1.642
	p	0.449	0.794	0.983	0.051	0.237	0.102
Babanın eğitim durumu	İlköğretim	[3(1-5)]	[3(3-5)]	[4(2-6)]	[2(1-3)]	[9(8-10)]	[22(18-26)]
	Lise	[2(1-5)]	[4(3-5)]	[5(3-6)]	[3(2-5)]	[8(7-10)]	[23(19-28)]
	Üniversite	[3(1-5)]	[4(3-6)]	[5(4-6)]	[3(2-4)]	[8(7-9)]	[23(21-27)]
	Lisansüstü	[3(1-5)]	[4(3-5)]	[5(4-7)]	[2(1-4)]	[8(6-9)]	[23(20-26)]
	KW (3)	0.442	3.642	4.550	6.732	3.934	1.325
p	0.932	0.303	0.208	0.081	0.269	0.723	
Annenin eğitim durumu	İlköğretim	[3(1-6)]	[5(3-6)]	[6(4-6)]	[3(2-4)]	[9(7-10)]	[23(19-28)]
	Lise	[3(1-5)]	[4(3-6)]	[5(3-6)]	[3(2-4)]	[8(7-10)]	[23(20-26)]
	Üniversite	[3(2-5)]	[4(3-6)]	[5(4-6)]	[3(2-4)]	[8(7-9)]	[23(21-27)]
	Lisansüstü	[2(1-4)]	[5(3-5)]	[5(4-7)]	[2(1-4)]	[8(5-9)]	[23(20-25)]
	KW (3)	4.879	0.713	2.668	1.345	2.553	1.535
p	0.181	0.870	0.446	0.719	0.466	0.674	
Aile tipi	Çekirdek aile	[3(1-5)]	[4(3-6)]	[5(4-6)]	[3(2-4)]	[8(7-9)]	[23(20-27)]
	Geniş-Parçalanmış aile	[3(1-4)]	[5(4-6)]	[5(4-6)]	[3(1-5)]	[8(6-9)]	[24(20-26)]
	t	-1.068	-1.630	-0.850	-0.209	-1.167	-0.141
p	0.285	0.103	0.395	0.835	0.243	0.888	
Aile ile olan ilişki	Kötü (a)	[3(2-6)]	[4(3-6)]	[5(4-6)]	[2(1-5)]	[8(8-10)]	[23(20-31)]
	Orta (b)	[2(1-4)]	[4(3-6)]	[5(4-6)]	[2(1-4)]	[8(6-10)]	[22(20-25)]
	İyi (c)	[3(2-5)]	[4(3-6)]	[5(4-6)]	[3(2-4)]	[8(7-9)]	[23(21-27)]
	Çok iyi (d)	[3(1-5)]	[4(3-5)]	[5(3-6)]	[3(2-4)]	[8(7-9)]	[23(20-27)]
	KW (3)	9.907/b<c	0.645	2.192	5.158	0.455	2.795
p	<b>0.019</b>	0.886	0.534	0.161	0.929	0.424	
Arkadaşlarıyla ilişki memnuniyeti	Hiç memnun değilim	[3(1-6)]	[4(2-6)]	[4(3-6)]	[3(1-4)]	[9(8-9)]	[24(19-28)]
	Orta derecede memnunum	[3(1-5)]	[4(3-6)]	[5(4-6)]	[3(2-4)]	[8(7-9)]	[23(20-26)]
	Çok memnunum	[3(2-5)]	[4(3-6)]	[5(4-6)]	[3(2-4)]	[8(6-9)]	[23(20-27)]
	KW (2)	0.165	1.562	0.921	0.461	0.854	0.341
	p	0.921	0.458	0.631	0.794	0.653	0.843

4.3. (devam) Adölesanların Sosyo-demografik özellikleri ile GGA-E ve Alt Boyut puanlarının karşılaştırması (n=250)

Sosyo-demografik Özellikler		GGA-E ve Alt Boyutları					
		Duygusal Sorunlar X±Ss/[Q(Q <sub>1</sub> -Q <sub>3</sub> )]	Davranış Sorunları X±Ss/[Q(Q <sub>1</sub> -Q <sub>3</sub> )]	Dikkat Eksikliği/Aşırı Hareketlilik X±Ss/[Q(Q <sub>1</sub> -Q <sub>3</sub> )]	Akran Sorunları X±Ss/[Q(Q <sub>1</sub> -Q <sub>3</sub> )]	Sosyal Davranış X±Ss/[Q(Q <sub>1</sub> -Q <sub>3</sub> )]	GGA-E Toplam X±Ss/[Q(Q <sub>1</sub> -Q <sub>3</sub> )]
Okul sorunu yaşama	Hayır	[3(1-4)]	[4(3-6)]	[5(4-6)]	[2(2-4)]	[9(6-10)]	[23(19-26)]
	Bazen	[3(2-5)]	[4(1-6)]	[5(4-6)]	[3(2-4)]	[8(7-9)]	[23(20-27)]
	Her zaman	[3(1-5)]	[4(3-5)]	[5(3-7)]	[2(1-4)]	[8(7-9)]	[23(20-28)]
	KW(2)	3.003	0.694	1.314	2.365	0.636	1.573
	p	0.223	0.707	0.518	0.307	0.728	0.455
İnternete bağlanılan yer	Ev	3.5±2.3	4.3±2.0	4.9±1.9	3.0±1.7	7.7±2.0	23.3±5.3
	Telefon	2.9±2.3	4.2±1.8	4.9±2.1	2.8±1.8	8.1±1.9	22.9±4.8
	t	-1.830	-0.544	-0.130	-0.970	-1.820	-0.960
	p	0.067	0.587	0.896	0.332	0.069	0.337
	İnternet kullanım beceri düzeyi	(a)Orta	[4(2-5)]	[4(3-6)]	[5(4-7)]	[3(2-5)]	[9(7-10)]
(b)İyi		[3(1-5)]	[4(3-6)]	[5(3-6)]	[3(2-4)]	[8(7-9)]	[23(20-27)]
(c)Çok İyi		[3(2-4)]	[4(3-6)]	[5(4-6)]	[2(1-4)]	[8(6-10)]	[23(20-26)]
KW(2)		3.569	0.786	0.806	6.602 c<a	1.042	3.327
p		0.168	0.675	0.668	<b>0.037</b>	0.594	0.189
Ailenin internete girmeyi yasaklama durumu	Evet	2.7±46.0	3.9±46.0	4.8±46.0	2.9±46.0	8.3±46.0	22.7±46.0
	Hayır	3.4±204.0	4.3±204.0	4.9±204.0	2.9±204.0	7.7±204.0	23.3±204.0
	t	-1.955	-1.683	-0.210	0.089	-1.397	-1.136
	p	0.051	0.092	0.834	0.929	0.164	0.256
	Aile internete girmeyi yasakladığımda internet kafeye gitme durumu	Evet	[2(1-3)]	[4(3-4)]	[4(3-6)]	[2(1-4)]	[9(8-10)]
Hayır		[3(1-5)]	[4(3-6)]	[5(4-6)]	[3(2-4)]	[8(7-9)]	[23(20-27)]
t		-2.165	-1.704	-1.720	-1.601	-1.693	-2.051
p		<b>0.030</b>	0.088	0.085	0.109	0.090	<b>0.040</b>
Sosyal paylaşım ağımda hesabın bulunma durumu		Evet	[3(1-5)]	[4(3-6)]	[5(4-6)]	[3(2-4)]	[8(7-9)]
	Hayır	[2(2-4)]	[4(4-7)]	[5(4-7)]	[3(1-4)]	[8(7-10)]	[24(20-27)]
	t	-0.753	-0.762	-0.004	-0.769	-0.228	-0.051
	p	0.451	0.446	0.997	0.442	0.819	0.959
	İnternet kullanırken gerçek adı kullanma durumu	Evet (a)	[3(1-5)]	[4(3-5)]	[5(4-6)]	[2(1-4)]	[8(7-9)]
Hayır (b)		[2(1-5)]	[4(3-4)]	[4(2-5)]	[3(1-4)]	[9(8-10)]	[23(17-25)]
Bazen (c)		[3(1-5)]	[5(3-6)]	[5(4-7)]	[3(2-5)]	[8(7-9)]	[24(21-28)]
KW (2)		-0.921	-0.856	-0.783	-2.476 c>a,b	-0.120	-1.709
P		0.357	0.392	0.434	<b>0.013</b>	0.904	0.088
İnternet kullanırken fiziksel herhangi bir ağrının olması durumu	Evet	3.0±2.3	4.1±2.0	4.8±2.0	2.8±1.8	8.1±1.8	22.8±5.3
	Hayır	3.6±2.2	4.4±1.8	5.1±2.0	3.1±1.7	7.4±2.2	23.7±4.7
	t	6.173	1.809/1	1.295	2.748	5.829	3.068
	p	<b>0.013</b>	0.179	0.255	0.097	<b>0.016</b>	0.080

#### 4.4. Adölesanların Bazı Değişkenler, PİKÖ-E ve GGA-E Puanlarının Korelasyonları (Tablo 4.4)

Katılımcıların yaş, akademik başarı puanı, interneti günde kaç saat kullandığı, interneti haftada kaç gün kullandığı, internetin olumsuz sonuçları, internetin aşırı kullanımı, sosyal fayda, PİKÖ-E toplam, duygusal problem, davranış toplam, aşırı hareketlilik, akran toplam ve GGA-E toplam değişkenleri ile korelasyonları değerlendirilmiştir (Tablo 4.4).

**Yaş** değişkeni ile akademik başarı puanı, interneti günlük kullanım saati, interneti haftada kullandığı gün, interneti olumsuz kullanım, interneti aşırı kullanım, sosyal fayda/sosyal rahatlık, PİKÖ-E toplam, duygusal sorunlar, davranış sorunları, dikkat eksikliği/aşırı hareketlilik, akran sorunları, sosyal davranış ve GGA-E toplam değişkenleri arasında anlamlı bir ilişki saptanmamıştır ( $p>0.05$ ) (Tablo 4.4).

**Akademik başarı puanı** değişkeni ile interneti günlük kullanım saati ( $r=-0.179$ ,  $p=0.004$ ), interneti haftada kullandığı gün ( $r=-0.190$ ,  $p=0.002$ ) ve sosyal fayda/sosyal rahatlık ( $r=-0.176$ ,  $p=0.005$ ) arasında negatif yönde önemsenmeyecek düzeyde ileri derecede anlamlı bir ilişki ( $p<0.01$ ); interneti olumsuz kullanımı ( $r=-0.246$ ,  $p<0.001$ ) ve PİKÖ-E toplam ( $r=-0.225$ ,  $p<0.001$ ) arasında negatif yönde düşük düzeyde ileri derecede anlamlı bir ilişki ( $p<0.01$ ); interneti aşırı kullanım ( $r=-0.153$ ,  $p=0.015$ ) arasında negatif yönde önemsenmeyecek düzeyde anlamlı bir ilişki bulunurken; duygusal sorunlar, davranış sorunları, dikkat eksikliği/aşırı hareketlilik, akran sorunları, sosyal davranış ve GGA-E toplam değişkenleri arasında anlamlı bir ilişki bulunamamıştır ( $p>0.05$ ) (Tablo 4.4).

**İnterneti günlük kullanım saati** değişkeni ile interneti haftada kullandığı gün ( $r=0.193$ ,  $p=0.002$ ) arasında pozitif yönde önemsenmeyecek düzeyde ileri derecede anlamlı bir ilişki; ( $p<0.01$ ); sosyal fayda/sosyal rahatlık ( $r=0.357$ ,  $p<0.001$ ) arasında pozitif yönde zayıf düzeyde ileri derecede anlamlı bir ilişki ( $p<0.01$ ); interneti olumsuz kullanım ( $r=0.411$ ,  $p<0.001$ ), interneti aşırı kullanım, ( $r=0.444$ ,  $p<0.001$ ) PİKÖ-E toplam ( $r=0.444$ ,  $p<0.001$ ) arasında pozitif yönde orta düzeyde ileri derecede anlamlı bir ilişki bulunurken ( $p<0.01$ ); duygusal sorunlar, davranış sorunları, dikkat eksikliği/aşırı hareketlilik, akran sorunları, sosyal davranış ve GGA-

E toplam değişkenleri arasında anlamlı bir ilişki bulunamamıştır ( $p>0.05$ ) (Tablo 4.4).

**İnterneti haftada kullandığı gün** değişkeni ile interneti aşırı kullanım ( $r=0.215$ ,  $p<0.001$ ) ) arasında pozitif yönde zayıf düzeyde ileri derecede anlamlı bir ilişki ( $p<0.01$ ); PİKÖ-E toplam ( $r=0.144$ ,  $p=0.023$ ) arasında pozitif yönde önemsenmeyecek düzeyde anlamlı bir ilişki bulunurken ( $p<0.01$ ); interneti olumsuz kullanım, sosyal fayda/sosyal rahatlık, duygusal sorunlar, davranış sorunları, dikkat eksikliği/aşırı hareketlilik, akran sorunları, sosyal davranış ve GGA-E toplam değişkenleri arasında anlamlı bir ilişki bulunamamıştır ( $p>0.05$ ) (Tablo 4.4).

**İnterneti olumsuz kullanım** değişkeni ile davranış sorunları ( $r=-0.137$ ,  $p=0.031$ ) arasında negatif yönde önemsenmeyecek düzeyde anlamlı bir ilişki bulunurken ( $p<0.05$ ); duygusal sorunlar, dikkat eksikliği/aşırı hareketlilik, akran sorunları, sosyal davranış ve GGA-E toplam değişkenleri arasında anlamlı bir ilişki bulunamamıştır ( $p>0.05$ ) (Tablo 4.4).

**İnterneti aşırı kullanım** değişkeni ile akran sorunları ( $r=-0.151$ ,  $p=0.017$ ) arasında negatif yönde önemsenmeyecek düzeyde anlamlı bir ilişki bulunurken ( $p<0.05$ ); duygusal sorunlar, davranış sorunları, dikkat eksikliği/aşırı hareketlilik sosyal davranış ve GGA-E toplam değişkenleri arasında anlamlı bir ilişki bulunamamıştır ( $p>0.05$ ) (Tablo 4.4).

**Sosyal fayda/sosyal rahatlık** değişkeni ile davranış sorunları ( $r=-0.179$ ,  $p=0.005$ ) arasında negatif yönde önemsenmeyecek düzeyde ileri derecede anlamlı bir ilişki bulunurken ( $p<0.01$ ); duygusal sorunlar, dikkat eksikliği/aşırı hareketlilik, akran sorunları, sosyal davranış ve GGA-E toplam değişkenleri arasında anlamlı bir ilişki bulunamamıştır ( $p>0.05$ ) (Tablo 4.4).

**PİKÖ-E toplam** değişkeni ile davranış sorunları ( $r=-0.167$ ,  $p=0.008$ ) arasında negatif yönde önemsenmeyecek düzeyde ileri derecede anlamlı bir ilişki bulunurken ( $p<0.01$ ); duygusal sorunlar, dikkat eksikliği/aşırı hareketlilik, akran sorunları, sosyal davranış ve GGA-E toplam değişkenleri arasında anlamlı bir ilişki bulunamamıştır ( $p>0.05$ ) (Tablo 4.4).

Tablo 4.4. Lisede Öğrenim Gören Öğrencilerin Bazı Değişkenler, PİKÖ-E ve GGA-E Puanlarının Korelasyonları (n=250)

Değişkenler	Yaş	Akademik Başarı Puanı	İnterneti Kullanım Saati	İnterneti Haftada Kullandığı Gün	İnternet Olumsuz Kullanım	İnterneti Aşırı Kullanım	Sosyal Fayda/Sosyal Rahatlık	PİKÖ-E Toplam
Akademik Başarı Puanı	0.009	0.887						
İnterneti Kullanım Saati	0.072	<b>-0.179**</b>	0.257					
İnterneti Kullandığı Gün	0.072	<b>-0.179**</b>	0.257	0.193**				
İnterneti Kullanım	-0.005	<b>-0.246**</b>	<b>0.411**</b>	0.111	0.111			
İnterneti Aşırı Kullanım	-0.030	<b>-0.153*</b>	<b>0.444**</b>	<b>0.215**</b>	0.080			
Sosyal Fayda/Sosyal Rahatlık	0.022	<b>-0.176**</b>	<b>0.357**</b>	0.094				
PİKÖ-E Toplam	-0.010	<b>-0.225**</b>	<b>0.444**</b>	<b>0.144*</b>				
Duygusal Sorunlar	0.021	-0.015	-0.069	-0.110	-0.096	-0.095	-0.073	-0.096
Davranış Sorunları	0.745	0.817	0.275	0.083	0.128	0.132	0.249	0.130
Dikkat Eksikliği/Aşırı Hareketlilik	-0.112	0.002	0.035	0.075	<b>-0.137*</b>	-0.123	<b>-0.179**</b>	<b>-0.167**</b>
Akran Sorunları	0.078	0.972	0.578	0.239	<b>0.031</b>	0.054	<b>0.005</b>	<b>0.008</b>
Sosyal Davranış	0.001	-0.081	0.058	0.023	0.043	-0.042	0.015	0.015
GGA Toplam	0.992	0.203	0.359	0.721	0.500	0.510	0.808	0.818
	-0.042	-0.018	-0.057	-0.077	-0.078	<b>-0.151*</b>	-0.098	-0.112
	0.511	0.772	0.372	0.223	0.220	<b>0.017</b>	0.123	0.077
	0.034	-0.070	0.077	0.056	0.067	0.093	0.105	0.095
	0.592	0.272	0.224	0.376	0.291	0.144	0.096	0.135
	-0.034	-0.071	0.015	-0.018	-0.080	-0.122	-0.088	-0.103
	0.594	0.263	0.812	0.779	0.209	0.053	0.167	0.104

\*0.05, \*\* 0.01 düzeyinde anlamlılık

#### 4.5. Problemlı İnternet Kullanımının (PİKÖ-E) Belirleyicileri (çoklu regresyon analizi-hiyerarşik model)

Lisede öğrenim gören adölesanlarda PİKÖ-E'nin belirleyicileri hiyerarşik çoklu regresyon analizi ile değeriendirilmiştir. Model 1'de sosyodemografik değışkenlerin belirleyiciliği incelenmiş ve erkek öğrencilerin ( $\beta=0.169$ ), ailenin aylık geliri yüksek ( $\beta=0.172$ ), aile ilişki düzeyi orta düzeyde ( $\beta=0.210$ ), arkadaşla ilişki düzeyi orta düzeyde ( $\beta=0.224$ ) olanların ve okul sorunu her zaman yaşadığını belirtenlerin ( $\beta=0.186$ ) PİKÖ-E değışkenini etkilediği bulunmuştur. Sosyodemografik değışkenler problemlı internet kullanımını % 20 oranında açıklamaktadır. İnternet kullanımına ilişkin değışkenlerin eklendiği Model 2'ye göre ise; erkek öğrencilerin ( $\beta=0.155$ ), aile ile ilişkisi orta düzeyde ( $\beta=0.114$ ), arkadaşla ilişki düzeyi orta düzeyde ( $\beta=0.167$ ) olanların, okul sorunu her zaman yaşadığını belirtenlerin ( $\beta=0.158$ ), ailesi interneti yasaklayanların ( $\beta= 0.166$ ), aile interneti yasakladığında internet kafeye gidenlerin ( $\beta=0.162$ ) ve internet kullanırken ağrısı olduğunu belirtenlerin ( $\beta=0.345$ ) problemlı internet kullanımı için belirleyici olduğu bulunmuş ve bu değışkenler olumsuz etkileyerek problemlı internet kullanımını arttırmaktadır. İnternet kullanımının eklendiği modelde belirleyicilik oranı % 20'den % 43'e yükselmiştir. GGA-E değışkeninin eklendiği Model 3'e göre; GGA-E değışkeninin belirleyicilikte bir etkisinin olmadığı ve GGA-E değışkeninin modelde belirleyicilik oranını değıştirmedeği bulunmuştur.



Tablo 4.5. Problemlı internet kullanımının (PİKÖ-E) Belirleyicileri (Çoklu Regresyon Analizi-hiyerarşik model)

	$\beta$	t değeri	p değeri
<b>Model-1 Sosyodemografik belirleyiciler</b>			
Sabit		22.070	<0.001
Cinsiyet (erkek=1)	0.169	2.931	<b>0.004</b>
Ailenin aylık geliri (yüksek=1)	0.172	2.949	<b>0.003</b>
Aile ile ilişki düzeyi (orta=1)	0.210	3.561	<b>&lt;0.001</b>
Arkadaş ile ilişki düzeyi (orta düzey=1)	0.224	3.804	<b>&lt;0.001</b>
Okul sorunu yaşama (her zaman=1)	0.186	3.212	<b>0.001</b>
<b>Model -2 Sosyodemografik ve internet kullanımına ilişkin değişkenler</b>			
Sabit		16.952	<0.001
Cinsiyet (erkek=1)	0.155	3.059	<b>0.002</b>
Ailenin aylık geliri (yüksek=1)	0.092	1.782	0.076
Aile ile ilişki düzeyi (orta=1)	0.114	2.209	<b>0.028</b>
Arkadaş ile ilişki düzeyi (orta düzey=1)	0.167	3.269	<b>0.001</b>
Okul sorunu yaşama (her zaman=1)	0.158	3.128	<b>0.002</b>
İnternete bağlanma türü (akıllı telefon=1)	0.062	1.246	0.214
İnternet kullanma beceri düzeyi (çok iyi=1)	0.026	0.517	0.605
Ailenin internete girmeyi yasaklaması (evet=1)	0.166	2.766	<b>0.006</b>
Aile yasakladığında internet kafeye gitme (evet=1)	0.162	2.832	<b>0.005</b>
İnternet kullanırken ağrı (evet=1)	0.345	6.748	<b>&lt;0.001</b>
<b>Model -3 Sosyodemografik, internet kullanımı ve GGA-E'ye ilişkin değişkenler</b>			
Sabit			
Cinsiyet (erkek=1)	0.155	3.059	<b>0.002</b>
Ailenin aylık geliri (yüksek=1)	0.092	1.782	0.076
Aile ile ilişki düzeyi (orta=1)	0.114	2.209	<b>0.028</b>
Arkadaş ile ilişki düzeyi (orta düzey=1)	0.167	3.269	<b>0.001</b>
Okul sorunu yaşama (her zaman=1)	0.158	3.128	<b>0.002</b>
İnternete bağlanma türü (akıllı telefon=1)	0.062	1.246	0.214
İnternet kullanma beceri düzeyi (çok iyi=1)	0.026	0.517	0.605
Ailenin internete girmeyi yasaklaması (evet=1)	0.166	2.766	<b>0.006</b>
Aile yasakladığında internet kafeye gitme (evet=1)	0.162	2.832	<b>0.005</b>
İnternet kullanırken ağrı (evet=1)	0.345	6.748	<b>&lt;0.001</b>
GGA-E	-0.025	-0.499	0.618
Model 1:	R=0.454	R <sup>2</sup> =0.206	F=12.649, p <0.001
Model 2:	R=0.657	R <sup>2</sup> =0.432	F=18.183, p <0.001
Model 3:	R=0.658	R <sup>2</sup> =0.433	F=16.500, p <0.001

## 5. TARTIŞMA

İnternet hayatımızı kolaylaştıran son dönemlerde en sık tercih edilen ve sürekli büyüyen teknolojilerden birisidir. Modern insan yaşamının vazgeçilmez bir parçası haline gelen internetin sağladığı faydalar oldukça fazladır. Bu teknoloji sayesinde insanlar bilgi edinmek istedikleri ya da merak ettikleri her konuyu dakikalar, saniyeler içinde sadece oturdukları yerden bulabilmektedirler. Bilgi sağlama, araştırma, haberleşme, eğitim ve iletişim başta olmak üzere pek çok alanda yararlı olabilen internet, özellikle adölesan dönemde kontrolsüz kullanıldığında bazı psikososyal sorunlar oluşturabilmektedir. Bu araştırma lisede öğrenim gören adölesanların internet kullanımının ve psikososyal uyum düzeylerinin değerlendirilmesi amacıyla yapılmıştır. Bu çalışmada adölesanların internet kullanımı ile cinsiyet, ailenin aylık geliri, aile tipi, arkadaş ve aile ile olan ilişki, okul sorunu yaşama ve başarı düzeyleriyle ilişkili olduğu sonucuna ulaşılmıştır.

Bu bölümde araştırma sorularına yönelik olarak yapılan istatistiksel analizler sonucunda elde edilen bulguların tartışma ve yorumuna yer verilmiştir. Lise öğrencilerinin problemleri internet kullanımlarının bazı sosyo-demografik değişkenleri PİKÖ-E ve GGA-E toplam puanları ve alt boyutlarına göre aşağıdaki başlıklarla tartışılmış ve yorumlanmıştır.

### 5.1. Adölesanların sosyo-demografik özellikleri

5.2. Adölesanların sosyo-demografik özellikleri ile PİKÖ-E ve alt boyut puanlarının karşılaştırılmasına ilişkin bulguların tartışılması

5.3. Adölesanların sosyo-demografik özellikleri ile GGA-E ve alt boyut puanlarının karşılaştırılmasına ilişkin bulguların tartışılması

5.4. Adölesanların Bazı Değişkenler, PİKÖ-E ve GGA-E Puanlarının Korelasyonlarına ilişkin bulguların tartışılması

5.5. Adölesanların PİKÖ-E ve GGA-E ölçek puanlarının bazı değişkenler için çoklu regresyon sonuçlarına ilişkin bulguların tartışılması

## 5.1 Adölesanların Sosyo-demografik ve internet kullanım özelliklerine ilişkin bulguların tartışılması (Tablo 4.1)

Araştırmamızın bulgularına göre aile tipi bakımından öğrencilerin %91'i çekirdek aile, %9'u ise geniş-parçalanmış aile tipinden oluşmaktadır. Karaca ve arkadaşlarının (2016) yaptığı benzer bir çalışmada öğrencilerin %82'sinin çekirdek aile, %18'inin geniş-parçalanmış aile olduğu görülmektedir. Şimşek ve arkadaşları (2015) yaptıkları çalışmada ise öğrencilerin %80'inin çekirdek aile, %20'sinin geniş parçalanmış aileye sahip oldukları görülmektedir. TÜİK (2017c) verilerine göre Türkiye'de %66,4 oranında çekirdek aile yaşamaktadır. Toplumumuzda çekirdek aile tipi daha yaygın görüldüğünden araştırmamızın verilerinde de bu sonuca rastlandığı düşünülmektedir. Çalışmamızın bulgularında öğrencilerin okul sorunu yaşama açısından değerlendirildiğinde %19'u hayır, %70'bazen, %11'i her zaman okul sorunu yaşadığı belirlenmiştir. Benzer bir çalışmada lisede öğrenim gören adölesanların %36'sının okul sorunu yaşadığı görülmektedir (Durualp ve Çiçekoğlu 2012). Adölesan zamanının büyük bir kısmını okulda geçirdiği için dönemsel özelliklerinin çatışmalarını okulda zaman zaman yaşayabildiği düşünülmektedir. Bulgularımızda adölesanların aile ile olan ilişkisi değerlendirildiğinde %7'sinin kötü, %18'inin orta, %42'sinin iyi, %33'ünün çok iyi olduğu belirlenmiştir. Şimşek ve arkadaşları (2015) yaptıkları çalışmada ise öğrencilerin %74'ünün aile ilişkisinin iyi, %21'inin orta, %5'inin kötü olduğu belirlenmiştir. Adölesan döneminde aile ile olan ilişki memnuniyeti farklılık gösterebilir, belirli bir dönem aile ile çatışan ve kendini kabullendirmeye çalışan adölesan bir dönem sonra ailesiyle uyum gösterir ve ailesinden destek bekler (WHO 2012).

Çalışmamızda arkadaşlarıyla ilişki memnuniyeti bakımından %4'ü hiç memnun değil, %56'sı orta derecede memnun ve %40'ının çok memnun olduğu görülmektedir. Benzer bir çalışmada %13'ünün hiç memnun olmadığı, %40'ının orta derecede memnun olduğu %47'sinin arkadaş ilişkilerinden çok memnun olduğu görülmektedir (Durualp ve Çiçekoğlu 2012). Şimşek ve arkadaşları (2015) yaptıkları çalışmada ise öğrencilerin %81'inin arkadaşlarıyla ilişkisi iyi, %15'inin orta, %4'ünün kötü olduğu görülmektedir. Adölesan döneminde akran ilişkileri oldukça ön planda olduğu bilinmektedir, bu dönemde arkadaş ilişkilerinin adölesana güven vermesi açısından önemli olduğu düşünülmektedir.

Araştırmamızın bulguları incelendiğinde araştırmaya katılan öğrencilerin internete %57'sinin evden %43'ünün ise telefonda bağlandığı görülmüştür. Zorbaz ve Dost'un (2014) yaptığı çalışmada öğrencilerin %68'i evinden, %29'u cep telefonundan ve %3'ü internet kafeden bağlanmaktadır. Batıgün ve Kılıç'ın (2011) yaptığı çalışmada ise adölesanların %73'ünün internete evden erişim sağladığı görülmektedir. Şimşek ve arkadaşları (2015) yaptıkları çalışmada ise öğrencilerin %62'sinin evden internete bağlandığı görülmektedir. Bulgularımızın aksine bir başka çalışmada ise adölesanların %71'inin internete cep telefonundan bağlandıkları görülmektedir (Söğüt ve ark. 2016). Gelişen teknolojiyle beraber evlerde internet kullanım imkânlarının da arttığı düşünülerek bağlantının genellikle evden sağlandığı ve erişimin daha yüksek olduğu düşünülmektedir. Gene bağlantı kaynağını evden sağlayarak cep telefonundan da internetin kullanıldığı düşünülmektedir.

Bulgularımıza göre; öğrencilerin internet kullanım beceri düzeyinin %13'ünün orta, %53'ünün iyi, %34'ünün çok iyi olduğu belirlenmiştir. Benzer bir çalışmada öğrencilerden %12'sinin internet kullanımı ile ilgili çok az bilgisi olduğunu, %14'ünün az bilgisi olduğunu, %28'inin orta düzeyde bilgisi olduğunu, %26'sının iyi düzeyde bilgisi olduğunu ve %27'sinin ise çok iyi düzeyde internet bilgisi olduğunu ifade etmiştir (Ayas ve Horzum 2013). Yaşamın bir parçası haline gelen interneti hayatımızın pek çok alanında kullanmaktayız. Lise öğrencileri için hem eğitimlerinde hem sosyal ağlarında interneti aktif kullanmalarının internet kullanım becerilerini arttırdığı düşünülmektedir. Çalışmamızın bulguları öğrencilerin internet kullanırken gerçek adını kullanma durumu bakımında %55'inin evet, %7'sinin hayır, %38'inin bazen kullandığı belirlenmiştir. Çetin ve Ceyhan'ın (2014) yapmış olduğu araştırmada adölesanların %66,40'ının bazen ve %1,10'unun çoğunlukla sahte ad kullandığını göstermiştir. Bulgulardan da anlaşıldığı gibi adölesanların internette bazen gerçek adını kullanmamaktadırlar. Bunun sebebinin gerçek hayatında olmak istediği özellikleri sosyal ortamda (daha yakışıklı-güzel, zeki, başarılı, girişken gibi) özellikleri farklı isim kullanarak gerçekleştirmek istemesi olduğu düşünülebilir.

## 5.2. Adölesanların sosyo-demografik özellikleri ile PİKÖ-E ve alt boyut puanlarının karşılaştırılmasına ilişkin bulguların tartışılması (Tablo 4.2)

Araştırmamızın bulguları incelendiğinde cinsiyet değişkenine göre problemlili internet kullanımının farklılaştığı görülmüştür. Bulgulara göre erkek öğrencilerinin problemlili internet kullanımı puan ortalamaları, kız öğrencilerine göre anlamlı düzeyde yüksektir. Erkek adölesanlar kızlara göre interneti daha olumsuz ve problemlili kullanmaktadır. Literatürde PİK ile cinsiyet değişkeni inceleyen çok sayıda araştırmaya rastlanmıştır. Araştırma bulgularının pek çoğu erkek adölesanların problemlili internet kullanımlarının kız adölesanlardan daha yüksek olduğunu göstermektedir (Tsai ve ark. 2009; Çağır ve Gürcan 2010; Nichols ve ark 2010; Batıgün ve Kılıç 2011; Çelik ve Odacı 2012; Gökçearsan ve Günbatar 2012; Adiele ve Olatokun 2014; Tanrıverdi ve Sağır 2014; Say ve Batıgün 2016; Yüksel ve Yılmaz 2016). Dolayısıyla bu sonuçlar araştırmamızın bulgularıyla benzer çizgidedir. Problemlili internet kullanımının cinsiyete göre farklılık göstermediğine işaret eden sınırlı sayıda araştırma bulgusuna ulaşılmıştır (Ceyhan 2011, Çam ve Nur 2015, Altundağ 2016). Erkek adölesanlarda daha fazla PİK görülmesinin sebebi erkeklerin teknolojiye daha çok ilgi duyup, takip etmeleri, internet kafelere daha rahat gidebilmeleri, bilgisayar ve online oyunlara daha çok zaman ayırıyor olmaları gibi sebeplerden ötürü olduğu düşünülmektedir. Ancak son yıllarda internet kullanımının hızla yaygınlaşması ve artması ile bu farklılığın önemsenecek düzeye ineceği düşünülmektedir. Araştırmamızın cinsiyete göre bir başka bulgusu da sosyal fayda/sosyal rahatlık puanları karşılaştırıldığında; erkekler açısından olumsuz yönde olmak üzere istatistiksel olarak anlamlı bir fark vardır. Kaya ve arkadaşlarının (2016) çalışmasında da bizim bulgularımıza benzer bir sonuçla karşılaşılmıştır. Bu bulgu erkek adölesanların kız adölesanlara göre interneti daha sık kullandıklarından sosyal doyumunu sanal ortamda yaşadıklarını düşündürmektedir.

Araştırmamızda elde edilen bulgulara bakıldığında ailenin aylık gelir düzeyi değişkenine göre problemlili internet kullanımının farklılaştığı görülmüştür. Araştırmada elde edilen bulgulara göre yüksek aylık geliri olan grubun internetin olumsuz sonuçları, aşırı kullanım ve PİK toplam puan ortalamaları düşük-orta aylık geliri olan gruptan anlamlı düzeyde yüksektir. Çalışmamızın bulgularına paralel olarak Batıgün ve Kılıç (2011) tarafından yapılan araştırmada üst ekonomik düzeyi

olan öğrencilerin orta ve alt düzeydeki öğrencilere göre anlamlı düzeyde daha yüksek PİK puanlarına sahip oldukları görülmektedir. Benzer başka çalışmalarda (Cao ve ark. 2011; Yüksel ve Yılmaz 2016) yüksek ekonomik düzeyde olan öğrencilerin, orta ekonomik düzeyde olan öğrencilere göre interneti daha aşırı kullanım olduğunu ortaya koymaktadır. Buna karşılık ailenin gelir düzeyi ile adölesanların PİK puanları arasında ilişki saptanmayan çalışmalar da bulunmuştur (Esen ve Siyez 2011; Zorbaz ve Dost 2014; Say ve Batıgün 2016). Ülkemizde internete erişim talebinin giderek artması, internete erişmeyi çok daha ucuz ve yaygın hale getirmiştir. Bu sebeple ilerleyen zamanda internet kullanımının sosyo-ekonomik düzey farklılığını ortadan kaldıracığı tahmin edilmektedir.

Araştırmamızda öğrencilerin problemleri internet kullanımının anne-baba eğitim düzeyi değişkenlerine göre anlamlı bir ilişki belirlenmemiştir. Bazı araştırma bulgularında da çalışmamızın bulgularına paralel olarak anne-baba eğitim durumunun internet kullanımında anlamlı fark oluşturmadığı sonucuna varılmıştır (Liau ve ark. 2005). Buna karşın Batıgün ve Kılıç (2011) yaptıkları çalışmada annesi üniversite mezunu olanların lise ve ilköğretim olan bireylere göre anlamlı düzeyde daha yüksek bağımlılık puanları görülmektedir. Bazı çalışmalarda ise internet bağımlılık puanının anne eğitim durumunda göre farklılaşırken, baba eğitim durumuna göre internet bağımlılığı puanlarının farklılaşmadığı görülmektedir (Büyükşahin ve Çelikkaleli 2010; Tanrıverdi ve Sağır 2014). Hızla ilerleyen teknolojiyle birlikte yaygınlaşan internet yaşamın önemli bir parçası haline getirmiştir. Adölesanlarla birlikte ebeveynlerde de internet kullanımının arttığı görülmektedir. Ebeveynlerin de yaşam noktası haline gelen internet konusunda çocuklarını yönlendirmede yetersiz, ilgisiz kalabildikleri veya hızla ilerleyen internet teknolojilerini çocukları kadar takip edemediği düşünülmektedir. Çalışmamız homojen bir grup ile yapılarak karşılaştırma grubu bulunmadığı için ebeveynlerin eğitim düzeyinin öğrencilerin problemleri internet kullanımını etkilemediği düşünülmektedir.

Bulgular incelendiğinde aile tipi değişkenine göre problemleri internet kullanımının farklılaştığı görülmüştür. Aile tipi çekirdek aile olan grup sosyal fayda/ sosyal rahatlık puan ortalaması geniş-parçalanmış olan gruptan anlamlı düzeyde yüksektir. Adölesan toplumun içinde nasıl yaşayacağını ve topluma nasıl uyum sağlayacağını ailesinden görerek öğrenir, ailesi çekirdek aile tipi olan adölesanın

iletişime geçtiği kişi sayısının azlığı nedeniyle sosyal uyumda daha çok zorlandıkları tahmin edilmektedir. Taranan literatürlerde problemlili internet kullanımının aile tipi değişkenine göre değerlendirilen bir çalışma bulunamamıştır.

Bulgular incelendiğinde adölesanların aile ile olan ilişkisine göre problemlili internet kullanımının farklılaştığı görülmüştür. Araştırmada elde edilen bulgulara göre aile ile olan ilişkisi bakımından orta düzeyde olanlar, iyi ve çok iyi düzeyde olanlara göre interneti daha olumsuz ve aşırı kullanmakta; kötü ve orta düzeyde olanlar çok iyi düzeyde olanlara göre sosyal uyumda daha çok zorlanmakta; kötü ve orta düzeyde olanlar çok iyi olanlara göre ve orta düzeyde olanlar iyi düzeyde olanlara göre interneti problemlili kullanmaktadırlar. Literatürde çalışmamıza paralel olarak (Şimşek ve ark. 2015; Aktürk ve Çiçek 2017) in yaptığı çalışmada aileleri ile ilişkileri iyi olmayan öğrencilerin aileden kaçış yolu olarak interneti tercih ettikleri ve bu sebepten de bu öğrencilerin internet bağımlılık düzeylerinin daha yüksek olduğu sonucuna ulaşılmıştır. Ailesinden ilgi görmeyen adölesanlar ihtiyaçlarını farklı şekilde karşılama yoluna gidebilirler. Adölesanın aile ile olan ilişkisinin memnuniyeti PİK için önemli olduğu düşünülmektedir.

Çalışmamızda adölesanların arkadaşıyla ilişki memnuniyeti değişkenine göre problemlili internet kullanımının farklılaştığı görülmüştür. Araştırmada elde edilen bulgulara göre arkadaşıyla ilişki memnuniyeti bakımından hiç memnun olmayanlar ve orta derecede memnun olanlar, çok memnun olanlara göre sosyal uyumda daha fazla zorlanmakta, interneti daha olumsuz, aşırı ve problemlili kullanmaktadır. Zorbaz ve Dost'un (2014) yaptığı çalışmada akran ilişkileriyle adölesanların problemlili internet kullanımının arasında önemli bir yordayıcısının olmadığını bulurken; Selfhout ve arkadaşlarına (2009) göre düşük arkadaş ilişkilerine sahip olan kişiler daha fazla sosyal kaygı yaşadıkları için interneti daha çok iletişim amacıyla kullanmaktadırlar. Yapılan benzer bir çalışmada ise Şimşek ve ark. (2015) arkadaşlarıyla ilişkileri kötü olan adölesanların internet bağımlılığı oranlarının, ilişkileri orta ve iyi olanlara göre daha yüksek olduğu ve gruplar arasındaki farkın istatistiksel olarak ileri düzeyde anlamlı olduğu tespit edilmiştir. Bu bulgular doğrultusunda öğrencilerinin internet ortamında paylaşımlarının artmasının PİK oluşmasında önemli olduğu söylenebilir. Adölesan döneminde akran ilişkileri oldukça ön planda olduğu bilinmektedir, bu dönemde arkadaş ilişkilerinin adölesana

güven vermesi ve adölesanın sorunlarını arkadaşlarıyla çözerak rahatlamaya çalışması açısından önemlidir bu bağlamda arkadaşıyla ilişkisinden memnun olmayan adölesan bu eksikliğini internet ortamından sağlamaya çalıştığı düşünülebilir.

Araştırmamızın bulguları incelendiğinde internete bağlanılan yer değişkenine göre problemlı internet kullanımının farklılaştığı görölmüştür. Araştırmada elde edilen bulgulara göre internete telefonda bağlanan grup evden bağlanan gruba göre interneti daha aşırı kullanmakta ve sosyal uyumda daha çok zorlanmaktadır. Araştırmamızın bulguları gibi internete bağlanırken telefon kullanmayı tercih eden birçok çalışmaya rastlanmıştır (Cengizhan 2013; Sarıkaya ve Seferoğlu 2013; Derin ve Bilge 2016). Akıllı telefon kullanımının artması ve internet erişiminin kolaylaşmasıyla beraber internetin taşınabilir olması telefonda internete bağlanmayı cazip kılmaktadır. Cep telefonundan sürekli sosyal ağ bildirimlerinin gelerek anında takip edebilme olanağının bulunması bireyler tarafından bu bildirimleri sürekli kontrol etme gereksinimi oluşturmaktadır Bu durum internete bağlanma konusunda kendini kontrol edememeye, interneti daha aşırı kullanmaya ve yüz yüze ilişkidenden kendini geri çekerek sosyal uyumda daha çok zorlanmasına sebep olduğu düşünülebilir.

Çalışmamızın bulguları incelendiğinde internet kullanım beceri düzeyi değişkenine göre problemlı internet kullanımının farklılaştığı görölmüştür. Araştırmada elde edilen bulgulara göre internet kullanım beceri düzeyi iyi ve çok iyi düzeyde olanlar orta düzeyde olanlara göre interneti daha olumsuz kullanmakta; iyi düzeyde olanlar orta düzeyde olanlara göre interneti daha aşırı kullanmakta; iyi ve çok iyi düzeyde olanlar orta olanlara göre interneti daha problemlı kullanmaktadır. 9-16 yaş aralığındaki çocuklar “İnternet hakkında ebeveynlerimden daha çok şey bilirim” ifadesini %36’sı ‘çok doğru’, %31’i ‘biraz doğru’, %33’ü ise ‘doğru değil’ olarak belirtmiştir. (Avrupa Çevrimiçi Çocuklar Proje Ekibi 2012). Araştırmamızın bulgularına paralel olarak, Ayas ve Horzum (2013) yaptığı çalışmada internet kullanım becerilerine göre internet bağımlılık düzeyleri arasında istatistiksel olarak anlamlı farklılık olduğu bulunmuştur. İnternet kullanımı çok iyi ve iyi olan öğrencilerin internet bağımlılığı düzeyleri, orta, az ve çok az düzeyde olanlara göre; internet kullanım becerisi orta düzeyde olan öğrencilerin internet bağımlılık



düzeyleri, az ve çok az düzeyde internet kullanım becerisine sahip öğrencilere göre internet bağımlılığı düzeyleri daha yüksek bulunmuştur. Young (1998) ifade ettiği gibi bilgisayar ve internette daha fazla vakit geçirmek beceriyi arttırdığı, bunun sonucunda da daha fazla internet bağımlısı oldukları belirtilmiştir. İnternet kullanımı arttıkça internet kullanım becerisinin arttığı arasında doğru bir orantı olduğu düşünüldüğünde, internette fazla vakit geçirmek beceriyi arttırmaktadır, dolayısıyla bu durumun problemleri internet kullanımına etki ettiği düşünülmektedir.

Yapılan çalışmada ailenin internete girmeyi yasaklama durumuna göre internetin olumsuz sonuçları, aşırı kullanım, sosyal fayda/sosyal rahatlık ve PİKÖ-E toplam puanları karşılaştırıldığında istatistiksel olarak anlamlı bir fark vardır. Türkiye Ergen Profili Araştırması (TEPA 2014) verilerine göre evinde internet erişimi bulunan ergenlerin %47'si herhangi bir kısıtlama olmadan bağlantı kurduklarını belirtmişlerdir. Adölesan karmaşık bir dönem olduğu için yasaklar adölesan için interneti daha cezbedici hale gelebilir. Ailenin sert tutumu ya da yasaklamının fayda sağlamanın aksine interneti olumsuz ve aşırı kullanmasına dolayısıyla sosyal uyumda zorlanmasına sebep verebilir. Bu süreç içerisinde taranan literatürlerde benzer bir çalışmaya ulaşılamamıştır.

Bu çalışmada aile internete girmeyi yasakladığında internet kafeye gidenler gitmeyenlere göre interneti daha olumsuz, aşırı kullandığı, sosyal fayda/sosyal rahatlık ve PİKÖ-E toplam puanlarının daha yüksek olduğu bulunurken literatür taramalarında birebir çalışmaya ulaşılamamıştır. Fakat Derin ve Bilge (2016) yaptığı çalışmada internete bağlanmak için kafeye giden adölesanların internet bağımlısı olma olasılığı 2.89 kat daha yüksek bulunmuştur. İnternete girmesini denetlemek yerine yasaklayan aile aslında adölesanın internete girmesini engelleyemeyerek bunu gizli yollardan yapmasına imkan tanımış olur. Adölesan için yasak çekici gelip bu durumun üstüne gidebilir ve her boş anını internet kafeye giderek interneti daha olumsuz aşırı kullanır, zamanını internet kafede harcadığı için de toplumun dışında kalarak sosyal rahatlığa ulaşamadığı düşünülmektedir.

Çalışmanın bulgular incelendiğinde internet kullanırken gerçek adını kullanma durumu değişkenine göre problemleri internet kullanımının farklılaştığı görülmüştür. Araştırmada elde edilen bulgulara göre internet kullanırken gerçek adını kullanmayanlar ve bazen kullananlar gerçek adını kullananlara göre sosyal

uyumda daha fazla zorlanmaktadırlar. Çetin ve Ceyhan (2014) devlet lisesinden 2729 öğrenciyle yapmış olduğu araştırmada interneti kullanırken ne kadar sıklıkta farklı kimliğe girdikleriyle ilgili bilgiler elde edilmiştir. Sonuçlara göre, adölesanların %32,50'sinin asla kimlik denemelerinde bulunmadığı, %66,40'ının bazen ve %1,10'unun çoğunlukla sahte ad kullandığını göstermiştir. Bulgulardan da görüldüğü gibi, adölesanların internette bazen kimlik denemesi yapabilmektedir. Bunun sebebinin aslında gerçek sosyal ortamda olmak istediği (daha yakışıklı-güzel, zeki, başarılı, girişken gibi) özellikleri farklı isim kullanarak gerçekleştirmek istemesi olduğu düşünülebilir. Bu tarz kimliğini saklamaya çalışan adölesanların daha fazla sosyal uyumda zorlandıkları düşünülmektedir. Caplan (2007) bir çalışmasında sanal iletişimin, yüz yüze iletişime göre daha fazla gizlilik oluşturduğu ve özellikle sosyal kaygısı olan bireylerin sanal iletişimi daha çok tercih ederek daha az riskli bulduklarını belirtmektedir. Nitekim Yen ve arkadaşları (2012) tarafından Tayvan'da gerçekleştirilen çalışmada katılımcıların internet ortamında çevrimiçi iken sosyal kaygı düzeylerinin düştüğü, çevrimiçi değilken yükseldiği bulgusu da bu durumu desteklemektedir.

Bulgular incelendiğinde internet kullanırken fiziksel herhangi bir ağrı hissetme durumu değişkenine göre problemlili internet kullanımının farklılaştığı görülmüştür. Araştırmada elde edilen bulgulara göre internet kullanırken fiziksel herhangi bir ağrı hissedilenler hissetmeyenlere göre sosyal uyumda daha çok zorlanmakta, interneti daha olumsuz, aşırı ve problemlili kullanmaktadır. İnternet kullanırken fiziksel herhangi bir ağrısı olmayanlar olanlara göre davranış sorunları; internet kullanırken fiziksel herhangi bir ağrısı olanlar olmayanlara göre sosyal davranış puanları daha yüksektir. Çalışmamıza benzer olarak internet kullanımı sırasında çeşitli fiziksel ağrı ile ilgili birçok güncel bulgulara ulaşılmıştır (Çam ve Nur 2015; Avcı ve ark. 2016; Gür ve ark. 2016; Köse 2016; Ceritli ve Bal 2017; Küçük 2017). Problemlili internet kullanımının artmasıyla beraber internete bağlanılan alet (bilgisayar ya da telefon ) ile geçirilen sürenin uzaması gelişme çağında olan adölesan için birçok fiziksel ağrı oluşmasına sebep olmaktadır. Beden imajının ön planda olduğu bu dönemde oluşan fiziksel problemler psikolojik problemlere dönüşebileceği ve adölesanı psikososyal açıdan etkileyebileceği düşünülmektedir.

### **5.3. Adölesanların sosyo-demografik özellikleri ile GGA-E ve alt boyut puanlarının karşılaştırılmasına ilişkin bulguların tartışılması (Tablo 4.3)**

Çalışmamızın bulgularına bakıldığında cinsiyete göre duygusal sorunlar, davranış sorunları, dikkat eksikliği/aşırı hareketlilik, akran sorunları, sosyal davranış ve GGA-E toplam puanları karşılaştırıldığında istatistiksel olarak anlamlı bir fark yoktur Ekşi ve arkadaşları (2016) meslek lisesinde yaptıkları araştırmada erkeklerin kadınlara göre daha fazla antisosyal davranış gösterdikleri görülmektedir. Sünbül ve Güçray'ın (2016) yaptıkları çalışmada ise kız adölesanların erkek adölesanlara göre olumlu sosyal davranış toplam puanlarının daha yüksek olduğu görülmüştür. Çalışmalarda kız adölesanların sosyal davranışlarının daha fazla olduğu görülmüştür. Her iki cinsiyette de adölesan döneminin getirileri olarak çeşitli duygusal, davranış ve akran sorunları, dikkat eksikliği/aşırı hareketlilik ve sosyal davranış sorunları görülebileceği ve bunda cinsiyet farkının olmayacağı düşünülmektedir.

Anne ve babanın eğitim durumuna göre duygusal sorunlar, davranış sorunları, dikkat eksikliği/aşırı hareketlilik, akran sorunları, sosyal davranış ve GGA-E toplam puanları karşılaştırıldığında istatistiksel olarak anlamlı bir fark yoktur. Sünbül ve Güçray (2016) çalışmasında anne-baba eğitim düzeyine göre olumlu sosyal davranış toplam puanının farklılaşmadığı görülmektedir. Uyan (2014) yaptığı çalışmada anne ve baba eğitim düzeyi ile dikkat eksikliği/aşırı hareketlilik arasında ilişki bulunamamıştır. Adölesanın sosyal davranışını diğer değişkenlere ait literatürde bir araştırmaya ulaşılamamıştır.

Bulgularımıza göre ailenin aylık gelirine göre duygusal sorunlar, davranış sorunları, dikkat eksikliği/aşırı hareketlilik, akran sorunları, sosyal davranış ve GGA-E toplam puanları karşılaştırıldığında istatistiksel olarak anlamlı bir fark yoktur. Uyan (2014) yaptıkları çalışmada ailenin aylık geliri ile dikkat eksikliği/aşırı hareketlilik arasında ilişki bulunamamıştır. Sünbül ve Güçray'ın (2016) çalışmasında ailenin aylık gelirine göre olumlu sosyal davranış toplam puanının farklılaşmadığı görülmektedir. Diğer değişkenlere ait literatürde bir araştırmaya ulaşılamamıştır.

#### **5.4. Adölesanların Bazı Değişkenler, PİKÖ-E ve GGA-E Puanlarının Korelasyonlarına İlişkin Bulguların Tartışılması (Tablo 4.4)**

Çalışmamızın bulgularında yaş değişkeni ile akademik başarı puanı, interneti günlük kullanım saati, interneti haftada kullandığı gün, interneti olumsuz kullanım, interneti aşırı kullanım, sosyal fayda/sosyal rahatlık, PİKÖ-E toplam, duygusal sorunlar, davranış sorunları, dikkat eksikliği/aşırı hareketlilik, akran sorunları, sosyal davranış ve GGA-E toplam değişkenleri arasında anlamlı bir ilişki saptanmamıştır. Benzer bir çalışma olarak Yüksel ve Yılmaz (2016) yapmış olduğu çalışma bulgularına göre yaş değişkenine göre internet bağımlılık düzeyi farklılık göstermemiştir. Çalışmamızda 14-17 yaş grubu ile çalışılıp bu dönem de psikososyal açıdan orta adölesan dönemi kapsadığı için farklılık oluşturmadığı düşünülmektedir.

Çalışmamızın bulgularında interneti günlük kullanım saati değişkeni ile interneti olumsuz kullanım ve interneti aşırı kullanım arasında pozitif yönde orta düzeyde ileri derecede anlamlı bir ilişki bulunmuştur. Bulgularımıza benzer olarak literatürde birçok araştırma araştırma bulgusuna ulaşılmıştır (Cao ve ark. 2011; Gökçearsan ve Günbatır 2012; Karaoğlan ve ark. 2014; Yılmaz ve ark. 2014; Şimşek ve ark 2015; Derin ve Bilge 2016; Yüksel ve Yılmaz 2016). Araştırmamızın bulgularımızın aksine bir çalışmaya ulaşılamamıştır. Bu durum İnternet kullanım saatinin artmasına paralel olarak adölesanların interneti daha olumsuz ve aşırı kullandığını göstermektedir.

Araştırmamızın bulgularına göre akademik başarı puanı değişkeni ile interneti olumsuz kullanım ve PİKÖ-E toplam arasında negatif yönde düşük düzeyde ileri derecede anlamlı bir ilişki; interneti aşırı kullanım arasında negatif yönde önemsenmeyecek düzeyde anlamlı bir ilişki bulunmuştur. Benzer çalışmalardaki bulgularda okul başarısı kötü olan adölesanların iyi olanlara göre daha çok internet bağımlısı oldukları bulunmuştur (Esen ve Siyez 2011; Şimşek ve ark. 2015; Derin ve Bilge 2016). Çalışmamızda da görüldüğü gibi internet kullanımının aşırı olması akademik başarı puanını düşürmektedir. Dolayısıyla akademik başarı puanı ile problemlili internet kullanımı arasında ters bir ilişki bulunmaktadır. İnternette aşırı zaman geçiren adölesan okulu ile ilgili gerekli ödev ve sorumluluklarını yerine getirmediği düşünülmektedir bu durum ders başarısını etkilemektedir.

Çalışmamızın bulgularında interneti haftada kullandığı gün sayısı arttıkça interneti aşırı kullanım ve problemlili internet kullanımının arttığı bulunmuştur. Literatür taramalarında bulgularımıza işaret eden benzer çalışmalar bulunmuştur (Derin ve Bilge 2016) İnternetin haftada kullanıldığı gün sayısının artması, interneti kullanma oranının arttırarak problemlili internet kullanımına yol açacağı düşünülmektedir.

Araştırmamızın bulgularına bakıldığında; interneti aşırı kullanım ve sosyal fayda/sosyal rahatlık arasında pozitif yönde kuvvetli düzeyde ileri derecede anlamlı bir ilişki; PİKÖ-E toplam arasında pozitif yönde çok kuvvetli düzeyde ileri derecede anlamlı bir ilişki bulunmuştur. Kaya ve arkadaşları'nın (2016) 584 fen lisesi öğrencisiyle yaptığı araştırmada öğrencilerin aşırı kullanıma eğilimin olduğu fakat bu eğiliminin sosyal fayda/sosyal rahatlık kullanım amacıyla olmadığı ve interneti olumsuz kullanım sonuçlarından etkilenmediği saptanmıştır. Bunun sebebinin araştırma yapılan grubun fen lisesi öğrencileri olmasından kaynaklı interneti daha çok ödev yapma ve bilimsel bilgiler için kullanıyor olmaları düşünülmektedir. İnterneti aşırı kullanan adölesanın toplumdaki uzaklaşarak yüz yüze iletişim yerine sanal iletişimi tercih etmesi sonucu sosyal fayda/sosyal rahatlık bakımından olumsuz etkilediği düşünülmektedir.

#### **5.5. Problemlili İnternet Kullanımının (PİKÖ-E) Belirleyicileri (çoklu regresyon analizi-hiyerarşik model) (Tablo 4.5)**

Araştırmamızın hiyerarşik çoklu regresyon analizi sonuçlarına göre; PİKÖ-E puanı ile model 1'de yer alan ailenin aylık geliri, internete bağlanma türü, internet kullanma beceri düzeyi bağımsız değişkenleri arasında istatistiki olarak herhangi bir yordayıcılık tespit edilemezken, erkek öğrencilerin ( $\beta=0.169$ ), ailenin aylık geliri yüksek ( $\beta=0.172$ ), aile ilişki düzeyi orta düzeyde ( $\beta=0.210$ ), arkadaşla ilişki düzeyi orta düzeyde ( $\beta=0.224$ ) olanların ve okul sorunu her zaman yaşadığını belirtenlerin ( $\beta=0.186$ ) PİKÖ-E değişkeninin yordayıcısı olduğu bulunmuştur. PİKÖ-E değişkenini etkilediği bulunmuştur. Sosyo-demografik değişkenler problemlili internet kullanımını % 20 oranında açıklamaktadır. İnternet kullanımına ilişkin değişkenlerin eklendiği Model 2'ye göre ise; erkek öğrencilerin ( $\beta=0.155$ ), aile ile ilişkisi orta düzeyde ( $\beta=0.114$ ), arkadaşla ilişki düzeyi orta düzeyde ( $\beta=0.167$ ) olanların, okul sorunu her zaman yaşadığını belirtenlerin ( $\beta=0.158$ ), ailesi interneti yasaklayanların

( $\beta=0.166$ ), aile interneti yasakladığında internet kafeye gidenlerin ( $\beta=0.162$ ) ve internet kullanırken ağrısı olduğunu belirtenlerin ( $\beta=0.345$ ) PİKÖ-E değişkeninin yordayıcısı olduğu bulunmuştur ve bu değişkenler olumsuz etkileyerek problemlili internet kullanımını arttırmaktadır. İnternet kullanımının eklendiği modelde belirleyicilik oranı %20'den %43'e yükselmiştir.

Literatür taramalarında çalışmaların regresyon analizi sonucunda cinsiyetin problemlili internet kullanımı için anlamlı yordayıcısı olduğu bulunmuştur (Batıgün ve Kılıç'ın 2011; Üneri ve Tanıdır 2011; Çelik ve Odacı 2012; Zorbaz ve Dost 2014; Siyez 2014; Oktan 2015). Zorbaz ve Dost (2014) yaptıkları araştırmanın regresyon analizi sonuçlarına göre lise; öğrencilerinin problemlili internet kullanımının da akran ilişkilerinin; değişkeninin anlamlı derecede %6 yordayıcılığı olduğu görülmektedir.

## 6. SONUÇ VE ÖNERİLER

### 6.1. Sonuçlar

Öğrencilerin internete %57'si evden %43'ünün ise telefondan bağlandığı; internet kullanım beceri düzeyinin %13'ünün orta, %53'ünün iyi, %34'ünün çok iyi olduğu, %95'inin sosyal paylaşım ağında hesabının bulunduğu, %38'inin bazen internet kullanırken gerçek adını kullanmadığını, %60'ının internet kullanırken fiziksel herhangi bir ağrısı bulunmaktadır.

Erkek öğrencilerinin internetin olumsuz sonuçları, sosyal fayda/sosyal rahatlık ve PİKÖ-E toplam puanları, kız öğrencilerine göre anlamlı düzeyde yüksektir.

Geliri yüksek olan aileler orta ve düşük geliri olan ailelerden, arkadaş ilişki memnuniyetinden hiç memnun olmayanlar ve orta derecede memnun olanlar çok memnun olanlardan, ailenin internete girmeyi yasakladığı öğrenciler yasaklamayan öğrencilerden, ailenin internete girmeyi yasakladığında internet kafeye giden öğrenciler gitmeyen öğrencilerden, internet kullanırken fiziksel herhangi bir ağrının hissedilen öğrenciler herhangi bir ağrı hissetmeyen öğrencilere göre internetin olumsuz sonuçları, aşırı kullanımı, sosyal fayda/sosyal rahatlık ve PİKÖ-E toplam puanları anlamlı düzeyde yüksektir.

Sosyal fayda/sosyal rahatlık puanı internet kullanırken gerçek adını kullanmayanlar ve bazen kullananlar olumsuz yönde olmak üzere gerçek adını kullananlardan farklıdır.

Aile internete girmeyi yasakladığında internet kafeye giden öğrencilerin duygusal sorunlar ve GGA-E toplam puanları, aile internete girmeyi yasakladığında internet kafeye gitmeyen öğrencilere göre anlamlı düzeyde yüksektir.

İnterneti olumsuz kullanım değişkeni ile interneti aşırı kullanım ve sosyal fayda/sosyal rahatlık arasında pozitif yönde kuvvetli düzeyde ileri derecede anlamlı bir ilişki; PİKÖ-E toplam arasında pozitif yönde çok kuvvetli düzeyde ileri derecede anlamlı bir ilişki bulunmuştur.

İnterneti aşırı kullanım değişkeni ile PİKÖ-E toplam arasında pozitif yönde kuvvetli düzeyde ileri derecede anlamlı bir ilişki bulunmuştur.

Duygusal sorunlar değişkeni ile GGA-E toplam arasında pozitif yönde kuvvetli düzeyde ileri derecede anlamlı bir ilişki bulunmuştur.

## 6.2. Öneriler

### *Adölesanlara Yönelik Öneriler,*

- İnternette harcanan vakit nedeniyle yapılamayan etkinlikler listelenerek bu etkinlikleri yapmak için harekete geçmelidir.

- İnternet kullanırken zaman kavramını unutuyorsa, kullanımına ara vererek zamanı hatırlatmak üzere alarm kurmalıdır.

- İnternette geçirilen fazla sürenin azaltılması, öğrencilerin zamanlarını değerlendirmek ve sosyal ortamlarda bulunmasını sağlamak için özellikle erkek öğrenciler farklı sosyal, sanatsal ve spor gruplara yönelmeli.

### *Ebeveynlere Yönelik Öneriler,*

- Anne ve babaların internet teknolojileri konusunda bilgi sahibi olmaları, bu konuda yetersiz bilgiye sahip ebeveynler kendilerini geliştirmeleri, en azından çocuklarını doğru yönlendirecek ve denetleme yapabilecek düzeyde internet kullanımını öğrenmeleri gerekmektedir.

- Arkadaşlarıyla ilişkisinden memnun olmayan adölesan daha çok sanal arkadaşlıklara yönelebilir ve bu durum adölesanı gitgide gerçek ortamdan daha çok uzaklaştırıp, internette vazgeçemeyerek olumsuz sonuçlara girmesine neden olabilir. Bu durumda adölesan için uygun arkadaş grupları oluşturması için teşvik edilir.

- Aileler, çocukları internetteki tehlikelerden korumak ve olumsuz kullanımını sağlamak için bilgisayarlarında güncel anti-virüs, filtre, güvenlik duvarı ya da ebeveyn denetimi olan programları ve uygulamaları kullanmalıdırlar.



- Veliler, öğrencilerin internet kullarımlarını denetlemeli ve güvenli internet kullarımlı konusunda öğrenciyi takip etmelidir.

- Ailenin internete girmeyi yasaklaması yerine; aile ile adölesan arasında internet kuralları oluşturulmalı ve bilgisayarın adölesanın odasında bulunmaması sağlanarak bilgisayarın ortak kullanım alanında bulunmasına dikkat edilmelidir. Bunlara rağmen çocuğu internet kafeye giden aile çocuğu ile iletişimini aksatmamalı internet kafeye gittiği zamanları bilmeli ve takibini sağlamalıdır.

- Aileler çocuklarına sosyal paylaşım ağında hesabı olan çocukları için tanımadıkları kişileri arkadaş listelerine eklememeleri gerektiğini hatırlatmalı ve sosyal ağ hesabını ne kadar sıklıkta kullandığını denetlemelidir.

- Sosyal ortamlarda kabul görmeyen adölesanlar özellikle sosyal ağlarda gerçek ismini kullanmayarak kendini olduğundan farklı göstermektedir. Ebeveyn bu durumun farkında olmalı ve çocuğunun sosyal ve öz güven gelişimi için destek olmalıdır.

- Adölesan psikososyal gelişimi için ailesi dışında sosyal açıdan rahatlayacağı arkadaş topluluklarına ve aktivitelere etkin olarak katılmalıdır. Özellikle aile üye sayısı az olan dolayısıyla etkileşimi daha düşük bulunan çekirdek aile tipine sahip aileler bu konunun öneminin farkında olmalıdır.

- Özellikle adölesanla aile ilişkisi iyi düzeyde olmayan aileler çocukları ile daha fazla zaman geçirmeleri ve ortak yapabilecekleri aktiviteleri arttırmaları için harekete geçmelidir.

#### *Okul sağlığı Hemşirelerine Yönelik Öneriler,*

- Okul sağlığı hemşiresi, sağlıklı internet kullanım becerisinin kazandırılmasına ilişkin yapacağı uygulamalarda öğrencilerin etkin katılımını sağlamalı ve sağlıklı internet kullanımını gerçekleştirmeye ilişkin karar almalarına fırsat vermelidir.

- Okul sağlığı hemşireleri rutin yaptığı görüşmeler ile öğrencilerin olumsuz internet kullanım davranışlarının gelişmesinde etkili olan faktörler hakkında

kapsamlı bilgi toplamalı ve sağlıklı internet kullanımını davranışları geliştirme yönünde bu veriler etkin olarak kullanılmalıdır.

- Okul sağlığı hemşiresi, hizmetin devamlılığı ve sorunların erken tanınarak uygun tedavinin en kısa sürede uygulanabilmesi için periyodik sağlık kontrolleri veya tarama programlarını rutin olarak düzenlemelidir.

- Okul sağlığı hemşireleri öğrencilerin internette fazla zaman geçirmesi sonucunda oluşabilecek fiziksel rahatsızlıklar (kas-eklem-bel-omurga-boyun ağrıları, parmak uyuşması, göz kuruluğu-yanma) ve bu rahatsızlık önlenmesi hakkında bilgi vermelidir.

- Sosyal uyum ile PİK arasındaki ilişki ele alındığında, halk sağlığı hemşirelerinin öğrencilerle birebir yaptığı uygulamalarında yüz yüze ilişkilerin desteklenmesine yönelik çalışmalar yapılabilir.

- Özellikle yüksek gelire sahip ailelere yönelik yapılacak seminerlerde, sosyoekonomik imkanlarının varlığından dolayı daha fazla akıllı telefon ve tablet kullanımı olması dolayısıyla, sağlıklı internet kullanımı, denetimi konusunda eğitilmelidir. İnternette sağlamaya çalıştığı sosyal doyumun yerine gerçek sosyal aktivitelerin adölesanın gelişimine faydası anlatılarak bu aktivitelere yönlendirilmelidir.

- Akran ilişkileri ve PİK arasındaki ilişki ele alındığında, halk sağlığı hemşireleri okul yönetici ve eğitimcilerden de destek alarak akran ilişkilerinin geliştirilmesine yönelik seminerler düzenlenmelidir.

- Özellikle internet kullanım beceri düzeyi yüksek olan öğrencilerin interneti olumsuz ve aşırı kullanarak zarar görmesi yerine bu becerisini kendisine fayda sağlayıcı yönde kullanması ve öğrenciler kullanım zamanını sınırlaması konusunda eğitilmelidir.

#### *Öğretmen ve Okul Yönetimine Yönelik Öneriler*

- Özellikle okul sorunu yaşayan öğrencilerin interneti problemlili ve olumsuz kullanması da göz önüne alınarak bu durum öğretmenleri tarafından fark edilmeli ve

okul sorunu yaşıyan öğrenciler için rehberlik ve psikolojik danışmanlık öğretmeniyle beraber iş birliği yapılarak çözüm önerileri geliştirilmelidir.

- Öğretmenler, bilişim teknolojileri derslerinde iletişim araçlarının nasıl etkin, verimli ve doğru kullanılması konusunda öğrencileri bilinçlendirmelidir.

- Öğretmenleri öğrencilerin sosyal uyumunu etkileyebilecek etmenlerin (sanal davranışlar gibi) farkında olmalı ve öğrencinin sosyal uyumunu takip etmeli okul sağlığı hemşiresi ile işbirliği içinde olmalıdır.

#### *Araştırmacılara Yönelik Öneriler,*

- Bu çalışma 2015–2016 Öğretim Yılı Bahar Döneminde Ankara/Çankaya Ümitköy Anadolu Lisesinde öğrenim gören öğrenciler ile sınırlıdır. Aynı çalışma, farklı coğrafi bölgelerde bulunan liselerde tekrarlanabilir ve sonuçları karşılaştırılabilir.

- Bu araştırmada lise öğrencilerinin problemleri internet kullanımları bazı sosyo-demografik değişkenler ile birlikte incelenmiştir. Benzer bir çalışma ilköğretim, üniversite ve ya farklı yaş gruplarına uygulanabilir.

- Mezun olan hemşirelerin önemli bir kısmı okul sağlığı hemşireliği alanında görev yapmaktadır ve adölesanlar okuldaki yaş grubunun geniş bir kısmını oluşturmaktadır. Hemşirelik mesleğinde bu konuya önemin artırılması ve eğitim programlarına bu konuyla ilgili dersler konmasının faydalı olabileceği düşünülmektedir.

#### *Genel Önlemler,*

- Ülke genelinde sağlıklı/güvenli internet kullanımının yaygınlaştırılmasına yönelik farkındalık çalışmaları, projeler ve programlar uygulanabilir.

- İnternete girmek için internet kafeleri sık kullanan adölesanların internetin olumsuz sonuçlarından zarar görmemeleri için internet kafe işletmeleri güvenli internet kullanımı, fiziksel şartları gibi konuların takibi için daha sık denetlenmelidir.

## 7. KAYNAKLAR

- Adiele I, Olatokun W. Prevalence and determinants of Internet addiction among adolescents. *Comput Human Behav.* 2014; 31: 100-110.
- Akbulut Y, Günüş S. Perceived social support and facebook use among adolescents. *International Journal of Cyber Behavior, Psychology and Learning*, 2012; 2 (1): 30-41.
- Akel K. Çocukumu İnternette Kaybettim, İnternetin Zararlarından Korunma Yolları. Editör: Aktepe Ç. Az Kitap Yayınevi, 2016, 1. Baskı, İstanbul, Türkiye, p: 11-15.
- Aktürk AO, Çiçek S. Öğrenci velilerinin kendi çocuklarının internet bağımlılık düzeyleri hakkındaki algılarını yordayan değişkenler. *SDU Int J of Educ Stud.* 2017; 4(2): 155-165.
- Alpar R. Uygulamalı İstatistik ve Geçerlik-Güvenirlik, Detay Yayıncılık, 2012, 2. Baskı, Ankara, Türkiye, s: 338.
- Altundağ Y. Lise Öğrencilerinde Sanal Zorbalık ve Problemlı İnternet Kullanımı İlişkisi *Online J Of Tech Add & Cyber.* 2016; 3(1): 27-43.
- American Academy of Pediatrics. The role of the school nurse in providing school health services, *Pediatrics.* 2008; 121: 1052-1056.
- American Psychiatric Association. Diagnostic and statistical manual of mental disorders (DSM-5®). American Psychiatric Pub. 2013, s: 795-798
- Avcı İA, Altın A, Özge Ö, Eren DÇ. Lise öğrencilerinde internet bağımlılığı ile obezite ve fiziksel yakınma sıklığı arasındaki ilişki, *Turkiye Klinikleri Journal of Public Health Nursing-Special Topics.* 2016; 2(1): 34-40.
- Ayas T, Horzum MB. İlköğretim öğrencilerinin internet bağımlılığı ve aile internet tutumu, *Türk Psik Dan ve Reh Der.* 2013; 4(39): 46-57.
- Ayas T, Çakır Ö, Horzum MB. Ergenler için bilgisayar bağımlılığı ölçeği. *Kastamonu Eğ Der.* 2011; 19 (2), 439-448.
- Aydın B. Çocuk ve Ergen Psikolojisi, Nobel yayın, 2010 (Yayın No: 1447), 3. Baskı, Ankara, Türkiye.
- Bahar Z. Haney M. Okul Dönemindeki Çocukların Sağlığının Geliştirilmesi, *Okul Sağlığı Hemşireliği*, Editör: Gözüm S, Vize Basım Yayın, 2016, 1. Baskı, Ankara, Türkiye, s:12-15.
- Bahar Z. Okul sağlığı hemşireliği. *Dokuz Eylül Üniversitesi Hemşirelik Fakültesi Elektronik Dergi,* 2010; 3(4): 195-200.
- Bakırcıoğlu R. Çocuk ve Ergende Ruh Sağlığı. Anı Yayıncılık, 2010, 3. Basım, Ankara, Türkiye p:300-328.
- Başaran İE. Eğitim Psikolojisi, Kadioğlu Matbaası, 1994, Ankara, Türkiye, p: 202-203.
- Batıgün AD, Kılıç N. İnternet bağımlılığı ile kişilik özellikleri, sosyal destek, psikolojik belirtiler ve bazı sosyo-demografik değişkenler arasındaki ilişkiler, *Türk Psik Der.* 2011; 26(67): 1-10.
- Bayraktar F. İnternet ve ergen gelişimi, İnternet bağımlılığı sorunlar ve çözümler, Ed; Kalkan M, Kaygusuz C, Anı Yayıncılık, 2013, Ankara, Türkiye.
- Beard KW, Wolf EM. Modification in the proposed diagnostic criteria for internet addiction. *Cyber Psy & Beh.* 2001; 4 (3): 377-383.

- Bilge F. Bir Grup İlköğretim Öğrencisinde Bilgisayara Yönelik Bağımlılık Eğilimi Değerlendirmesi, Hacettepe Üni Eğ F Der. 2011; 43: 96-105.
- Bilgi Teknolojileri ve İletişim Kurumu (BTİK), Geniş bant Hizmetlerinde Şeffaflık Düzenlemeleri ve Hizmet Kalitesi Uygulamaları. Bilgi Teknolojileri ve İletişim Kurumu, 2018, Ankara, Türkiye, p: 10-11.
- Büyükşahin ÇG, Çelikkaleli Ö. Ergenlerin arkadaş bağlılığı ve internet bağımlılığının cinsiyet, ebeveyn tutumu ve anne-baba eğitim düzeylerine göre incelenmesi, Çukurova Üni Sos Bil Enst Der. 2010; 19(3): 225-240.
- Cao H, Sun Y, Wan Y, Hao J, Tao F. Problematic Internet use in Chinese adolescents and its relation to psychosomatic symptoms and life satisfaction, BMC Pub Health. 2011; 11: 802-823.
- Caplan SE. Problematic internet use and psychosocial well-being: Development of a theory-based cognitive-behavioral measurement instrument, Comp in Human Beh. 2002; 18: 553-575.
- Caplan SE. Relations among loneliness, social anxiety, and problematic internet use, Cyber Psy and Beh. 2007; 2(10): 234-242.
- Caplan, S. E. A social skill account of problematic internet use, J of Com, 2005; 55(4): 721-736.
- Cengizhan C. Öğrencilerin bilgisayar ve internet kullanımında yeni bir boyut: İnternet bağımlılığı, Marmara Üni Atatürk Eğ Fak Eğ Bil Der. 2013; 22(22): 83-96.
- Ceritli U, Bal N. Lise Öğrencilerinde bağlanma stillerinin problemlerine internet kullanımına etkisi, J of Int Soc Res, 2017; 10(50): 475-483.
- Ceyhan AA, Ceyhan E. Ergenlerde Problemler İnternet Kullanım Ölçeği (PİKÖ-E) geliştirme çalışmaları, X. Ulusal Psikolojik Danışma ve Rehberlik Kongresi, Çukurova Üniversitesi, 21-23 Ekim 2009, Adana, Türkiye.
- Ceyhan AA, Ceyhan E. Problemler İnternet Kullanım Ölçeği'nin ergenlerde geçerlik ve güvenilirlik çalışması [The validity and reliability study of Problematic Internet Use Scale for Adolescents]. Bağımlılık Dergisi, 2014; 15(2): 56-64.
- Ceyhan AA. Ergenlerin problemlerine internet kullanım düzeylerinin yordayıcıları. Çocuk ve Gençlik Ruh Sağ Der. 2011; 18(2): 85-94.
- Ceyhan AA. Predictors of problematic internet use on Turkish university students. Cyber Psy & Beh, 2008; 11(3): 363-366.
- Ceyhan E. Ergen ruh sağlığı açısından bir risk faktörü: İnternet bağımlılığı. Çocuk ve Gençlik Ruh Sağ Der. 2008; 15: 109-116.
- Ceyhan E. Problemlerine internet kullanım düzeyi üzerinde kimlik statüsünün, internet kullanım amacının ve cinsiyetin yordayıcılığı, Kuram ve Uygulamada Eğitim Bilimleri, 2010; 10(3): 1323-1355.
- Colyar MR, Assessment of the School-age child and Adolescent. FA Davis Company, 2011, Philadelphia, Pensilvanya, s: 212-214.
- Çağır G, Gürcan U. Lise ve üniversite öğrencilerinin problemlerine internet kullanım düzeyleri ile algılanan iyilik halleri ve yalnızlık düzeyleri arasındaki ilişki. Balıkesir Üni Sos Bil Enst Der. 2010; 13(24): 70-85.
- Çam HH, Nur N. Adölesanlarda internet bağımlılığı prevalansı ile psikopatolojik semptomlar ve obezite arasındaki ilişkinin incelenmesi. TAF Prev Med Bull, 2015; 14(3): 181-188.
- Çelik ÇB, Odacı H. Kendilik algısı ve benlik saygısının problemlerine internet kullanımını üzerindeki yordayıcı rolü. E-J of New World Sci Acad. 2012; 7(1): 433-441.

- Çetin AB, Ceyhan AA. Ergenlerin internette kimlik denemeleri ve problemlili internet kullanım davranışları. *The Turkish J on Add.* 2014; 1(2): 5-46.
- Çuhadaroğlu F. Çocuk ve Ergen Ruh Sağlığı, Çocuk Sağlığı Yayınları, 2011, Ankara, Türkiye.
- Çuhadaroğlu F. Ergenlik döneminde psikolojik gelişim özellikleri. *Katkı Ped Der Adölesan Özel Sayısı.* 2000; 21(6): 863-868.
- Davis RA. A cognitive-behavioral model for pathological internet use (PIU), *Comp in Hum Beh.* 2001;17(2): 187-195.
- Derin S, Bilge F. Ergenlerde internet bağımlılığı ve öznel iyi oluş düzeyi. *Türk Psik Danışma ve Reh Der.* 2016; 6(46): 35-51.
- Derman O. Ergenlerde psikososyal gelişim. *Adölesan Sağlığı II* Editör: Ercan M. Ercan O. Alikeşifoğlu M. Türkiye Aksu Basım Yayın, 2008, İstanbul, Türkiye, s:19-21.
- Digital in 2017 Global Overview Special Report, 24 Ocak 2017. <https://wearesocial.com/special-reports/digital-in-2017-global-overview>. (Erişim Tarihi 1 Şubat 2018).
- Duralp E, Çiçekoğlu P. Yetiştirme yurdunda kalan ergenlerin yalnızlık düzeylerinin internet bağımlılığı ve çeşitli değişkenler açısından incelenmesi. *Dokuz Eylül Üniversitesi Sosyal Bilimler Enstitüsü Dergisi*,2014; 15(1); 29-46.
- Eijnden VD, Regina JJM, Renske S, Vermulst AA, Rooij TJ, Rutger CME. Compulsive Internet use among adolescents: Bidirectional parent–child relationships. *J of Abnormal Child Psyc.* 2010; 38(1): 77-89.
- Ekşi H, Arıcan T, Yaman KG. Meslek Lisesi Öğrencilerinin Riskli Davranışlarının Yordayıcısı Olarak Sosyal Görünüş Kaygısı ve Mükemmeliyetçilik. *Journal of Kirsehir Education Faculty*,2016; 17(2):527-545.
- Ercan O. Adölesanın Fiziksel Gelişimi. *Adölesan Sağlığı II*, Ed: Ercan O. Alikeşifoğlu M. Ercan G. Aksu Basım Yayın, 2008, İstanbul, Türkiye, s: 13-17.
- Esen E, Siyez DM. Ergenlerde internet bağımlılığını yordayan psiko-sosyal değişkenlerin incelenmesi. *Türk Psikolojik Danışma ve Rehberlik Dergisi*, 2011; 4 (36): 127–138.
- Esin M.N. Hemşirelikte Araştırma, Örnekleme Editör: Erdoğan S, Nahcivan N, Esin N. Nobel Tıp Kitapevi, 2014, İstanbul, Türkiye, s:188
- EU Kids Online II Türkiye 2012. Avrupa çevrimiçi çocuklar araştırma projesi Türkiye sonuçları. <http://eukidsonline.metu.edu.tr/> (Erişim Tarihi: 10 Kasım 2017).
- Gámez-Guadix M, Calvete E, Orue I, Las Hayas, C. Problematic Internet use and problematic alcohol use from the cognitive–behavioral model: A longitudinal study among adolescents. *Addictive Beh.* 2015; 40: 109-114.
- Gates B. *Önümüzdeki Yol*, Çev: Esra Davutoğlu, Alper Erdal. Arkadaş Yayınları, 1999, Ankara, Türkiye.
- Goodman R, Meltzer H, Bailey V. The Strengths and Difficulties Questionnaire: A pilot study on the validity of the self report version. *Int. Rev Psy.* 2003; 15: 173- 177.
- Goodman R. The Strengths and Difficulties Questionnaire:A research note. *J of Child Psyc and Psychiatry.* 1997; 38(5): 581-586.
- Göka E. İnternet ve Psikolojimiz, Editör: Üzen C. Kapı Yayınları, 2017, 1. Basım, İstanbul, Türkiye, p:74-145

- Gökçearslan Ş, Günbatır SM. Ortaöğretim öğrencilerinde İnternet bağımlılığı, Eğ Tekno Kuram ve Uyg. 2012; 2(2): 10-24.
- Güler Ç, Akın L. Halk Sağlığı Temel Bilgiler Kitabı, Adölesan Sağlığı Hacettepe Yayınları, 2015, Cilt 1, Ankara, Türkiye.
- Günüç S, Kayrı M. Türkiye’de internet bağımlılık profili ve internet bağımlılık ölçeğinin geliştirilmesi: geçerlik-güvenirlik çalışması. Hacettepe Üni Eğ Fak Der. 2010; 39: 220-232.
- Gür K, Şişman FN, Şener N, Çetindağ Z. Türk ergenlerde internet bağımlılığı ve erteledikleri günlük yaşam aktiviteleri, Kocaeli Üni Sağ Bil Der. 2016; 2(1): 32-38.
- Güvenir T, Özbek A, Baykara B, Arkar H, Şentürk B, İncekaş S. Güçler ve güçlükler Anketi'nin (GGA) Türkçe uyarlamasının psikometrik özellikleri, Çocuk ve Gençlik Ruh Sağ Der. 2008; 15: 65-74.
- Hacıoğlu N. İletişim ve Danışmanlık. Halk Sağlığı Hemşireliği, Editör: Erci B. Göktuğ Yayıncılık, 2016, 2. Baskı, Ankara.
- İçel K. Kitle Haberleşme Hukuku, Beta Yayınları, 2017, İstanbul, Türkiye, s:483.
- İkiz FE, Savcı M, Asıcı E, Yörük C. Üniversite öğrencilerinde problemlı İnternet kullanımı ile psikolojik belirtiler arasındaki ilişkinin incelenmesi. Int J of Human Sci. 2015; 12(2): 688–702.
- İnternet Dünya İstatistikleri (IWS). 2012. <http://www.internetworldstats.com /stats.htm> (Erişim Tarihi:05 Ocak 2018).
- İnternet World Stats (IWS- İnternet Dünya İstatistikleri), İnternet users in the World by regions, Haziran 2017. <http://www.internetworldstats.com/stats>. (Erişim Tarihi:1 Şubat 2018).
- İstanbul Teknik Üniversitesi Bilgi İşlem Daire Başkanlığı (İTÜBİD) Seyir defteri. İnternetin Tarihçesi, 07.09.2013. <https://bidb.itu.edu.tr/seyirdefteri/blog/2013/09/07/internet%27in-tarihçesi> (Erişim Tarihi:11 Şubat 2018).
- Karaca S, Gök C, Kalay E, Başbuğ M, Hekim M, Onan N, Ünsal Barlas G. Ortaokul öğrencilerinde bilgisayar oyun bağımlılığı ve sosyal anksiyetenin incelenmesi. Clin Exp Health Sci 2016; 6(1): 14-9.
- Karaoğlan FG, Yılmaz R, Teker N, Keser H. Prediction of internet addiction of university students based on various variables. World J on Edu Tech. 2014; 6(1): 122-134.
- Karasar N. Bilimsel Araştırma Yöntemi, Nobel Yayın Dağıtım, 2005, 4. Baskı, Ankara, Türkiye, s:124.
- Kaya Z, İkiz FE, Asıcı E. Fen lisesi öğrencilerinin problemlı internet kullanımı ile psikolojik semptomları arasındaki ilişkinin incelenmesi, Int J of Human Sci. 2016; 13(1): 451-465.
- Kaygusuz C. Psikolojik ihtiyaçlar ve internet bağımlılığı, Anı Yayıncılık, 2013; Ankara, Türkiye, s:75-94.
- Kim HK, Davis KE. Toward a comprehensive theory of problematic Internet use: Evaluating the role of self-esteem, anxiety, flow, and the self-rated importance of Internet activities. Comp in Human Beh, 2009; 25(2): 490-500.
- Koçoğlu D, Emiroğlu ON. Okul hemşiresinin okul sağlık tarama programlarındaki rolünün değerlendirilmesi. Hemşirelikte Araşt Gelişt Der. 2011; 3: 5-19.
- Köse N. Ergenlerde internet bağımlılığının yaşam doyumuna etkisi, Elekt Mes Gel ve Araşt Der. 2016; 4(1): 15-23.

- Kulaksızoğlu A. Ergenlikte Sosyalleşme ve Ahlak Gelişimi: Ergenlik Psikolojisi. Remzi Kitabevi, 2014, 16. Baskı, İstanbul, Türkiye.
- Küçük EE. Üniversite Öğrencilerinin Problemleri İnternet Kullanımları ve Sağlıklarına Etkisi ile İlgili Görüşlerinin Değerlendirilmesi, İzmir Tepecik Eğ ve Araşt Hast Der. 2017; 27(3): 211-216.
- Liau AK, Khoo A, Ang PH. Factors influencing adolescents engagement in risky internet behavior. *Cyber Psy & Beh.* 2005; 8(6): 513-20.
- Mattey E. Growth and Development: Preschool through Adolescence. In Selean J. Ed: School Nursing: A comprehensive Text. FA Davis Company, 2013, Philadelphia, Pensilvanya, s:335-382.
- Mittal VA, Dean DJ, Pelletier A. Internet addiction, reality substitution and longitudinal changes in psychoticlike experiences in young adults. *Early Int Psy.* 2013; 7: 261–269.
- Nichols L, Ataoglu A, Canan F, Yildirim T, Öztürk O. Evaluation of psychometric properties of the internet addiction scale in a sample of Turkish high school students, *Cyberpsy, Beh and Soc Net.* 2010; 13(3): 317-320.
- Odacı, H. ve Çıkırcı, Ö. Problemleri İnternet kullanımında depresyon, kaygı ve stres düzeyine dayalı farklılıklar. *Addicta: The Turkish J on Add,* 2017; 4: 41-61.
- Oktan V. Üniversite öğrencilerinde problemleri İnternet kullanımı, yalnızlık ve algılanan sosyal destek. *Kastamonu Eğitim Dergisi,* 2015;23(1), 281-292.
- Ögel K. İnternet bağımlılığı, İnternetin psikolojisini anlamak ve bağımlılıkla başa çıkmak. Türkiye İş Bankası Kültür Yayınları, 2014, İstanbul, Türkiye, p:90-120.
- Özcebe H, Ulukol B, Mollahaliloğlu S, Yardım N, Kahraman F. Sağlık Hizmetlerinde Okul Sağlığı Kitabı. T.C. Sağlık Bakanlığı Yayın, 2008. Ankara, Türkiye.
- Perry S, Hockenberry M, Lowdermilk D, Wilson D. *Maternal Child Nursing Care,* Mosby Elsevier, 2010, 4.baskı, USA, p:1105-1116.
- Pew Research Center, *Internet/Broadband Fact Sheet: Internet use over time,* 2018. <http://www.pewinternet.org/fact-sheet/internet-broadband/> (Erişim tarihi:02 Ocak 2018)
- Pew Research Center, *Main Report,* 2012. <http://www.pewinternet.org/2012/11/20/main-report-10/> (Erişim tarihi:02 Ocak 2018)
- Resmî Gazete Hemşirelik Yönetmeliğinde Değişiklik Yapılmasına Dair Yönetmelik Okul Sağlığı Hemşiresi 20/10/2016 Sayı: 27910
- Role of the school nurse, 2011, National association of school nurses, <https://www.nasn.org> (Erişim tarihi:02 Ocak 2018)
- Sarıkaya M, Seferoğlu S. Öğretmen adaylarının problemleri İnternet kullanımlarının incelenmesi. *Hacettepe Üni. Eğ Fak Der.* 2013; 28(1): 356–368.
- Say G, Batigün AD. Problemleri İnternet kullanımı ile ebeveyn-ergen ilişki niteliği, yalnızlık, öfke ve problem çözme becerileri arasındaki ilişkilerin incelenmesi. *Düşünen Adam* 2016; 29(4): 324-334.
- Selfhout MH, Branje SJ, Delsing M, ter Bogt TF, Meeus WH. Different types of Internet use, depression, and social anxiety: The role of perceived friendship quality. *J of Adolescence.* 2009; 32(4): 819-833.
- Shapira N.A, Goldsmith TD, Keck PE, Khosla UM, McElroy SL. Psychiatric features of individuals with problematic internet use, *J of Aff Dis,* 2000; 57: 267–272.



- Shapira, NA, Lessig MC, Goldsmith TD, Szabo ST, Lazoritz M, Gold MS, Stein DJ. Problematic Internet Use: Proposed Classification and Diagnostic Criteria. *Depression and Anxiety*, 2003; 17: 207-216.
- Siyez DM, Uz Baş A. İnternet bağımlılığı ve psikososyal faktörler. Ed: Kalkan M, Kaygusuz C. *İnternet Bağımlılığı Sorunlar ve Çözümler*, Anı Yayıncılık, 2013, Ankara, Türkiye.
- Siyez, DM. Lise öğrencilerinde problemlerli internet kullanımının yordayıcıları olarak heyecan arama ve cinsiyet. *Addicta: The Turkish Journal on Addictions*, 2014;1(1), 63-97.
- Spada MM. An overview of problematic internet use, *Addictive Behaviors*, 2014; 39(1): 3-6.
- Steinberg L. Adolescence. Editör: Çok F. İmge Kitabevi, 2017, 3. Baskı, Ankara, Türkiye, p:117-126.
- Steiner H, Hall RE. *Treating adolescents*. Hoboken, John Wiley & Sons. 2015, New Jersey, NJ, p:8-46.
- Suler J. To get what you need healthy and pathological internet use. *Cyber Psy. and Beh.* 1999; 2: 385-394.
- Sünbül ZA, Güçray SS. Ergenlerde olumlu sosyal davranışları yordamada koruyucu faktörler ve bazı kişisel değişkenlerin rolü. *Türk Psik Danış ve Reh Der.* 2016; 6(45), 101-114.
- Şimşek N, Akça NK, Şimşek M. Lise öğrencilerinde umutsuzluk ve internet bağımlılığı, *TAF Pre Med Bull.* 2015; 14(1): 7-14.
- T.C Aile ve Sosyal Politikalar Bakanlığı, Aile ve Toplum Hizmetleri Genel Müdürlüğü, Türkiye Ergen Profili Araştırması 2013. Editör: Mustafa T. 2014, Birinci Baskı, Ankara, Türkiye. ISBN: 978-605-4628-56-8  
[http://ailetoplum.aile.gov.tr/data/5550ae00369dc51954e43500/tepa2013\\_teksf.pdf](http://ailetoplum.aile.gov.tr/data/5550ae00369dc51954e43500/tepa2013_teksf.pdf) (12 Ocak 2018).
- T.C Sağlık bakanlığı sağlık eğitimi genel müdürlüğü Eğitimciler İçin Eğitim Rehberi çocuk ve ergen sağlığı modülleri, 2008, Sağlık Bakanlığı Yayın No: 722 Ankara, Türkiye.  
<https://sbu.saglik.gov.tr/Ekutuphane/kitaplar/t8.pdf> (Erişim Tarihi:15 Aralık 2017).
- Tanrıverdi H, Sağır S. Lise öğrencilerinin sosyal ağ kullanım amaçlarının ve sosyal ağları benimseme düzeylerinin öğrenci başarısına etkisi. *Adıyaman Üni. Sos. Bil. Enst. Der.* 2014; 7(18): 775-822.
- Tsai FH, Cheng HS, Yeh LT, Shih C, Chen CK, Yang CY and Yang, KY. The risk factors of internet addiction. *A Survey of Uni Fresh Psyc Res.* 2009; 167(3): 294-299.
- Türk Dil Kurumu, Güncel Türkçe Sözlük,  
[http://www.tdk.gov.tr/index.php?option=com\\_gts&kelime=ERGEN](http://www.tdk.gov.tr/index.php?option=com_gts&kelime=ERGEN) (Erişim tarihi:02 Ocak 2018).
- Türkiye İstatistik Kurumu (TÜİK), Hane halkı Bilişim Teknolojileri Kullanım Araştırması, 2013 (Sayı: 13569) 18 Ağustos 2013, Ankara, Türkiye.
- Türkiye İstatistik Kurumu (TÜİK), Hane halkı Bilişim Teknolojileri Kullanım Araştırması, 2014 (Sayı: 16198) 18 Ağustos 2014 Ankara, Türkiye.
- Türkiye İstatistik Kurumu (TÜİK), İstatistiklerle Gençlik, 2014 (Sayı: 18625), 14 Mayıs 2015a, Ankara, Türkiye.
- Türkiye İstatistik Kurumu (TÜİK), Hane halkı Bilişim Teknolojileri Kullanım Araştırması, 2015 (Sayı: 18660) 18 Ağustos 2015b, Ankara, Türkiye.
- Türkiye İstatistik Kurumu (TÜİK), Hane halkı Bilişim Teknolojileri Kullanım Araştırması, 2016 (Sayı: 21779) 18 Ağustos 2016, Ankara, Türkiye.

- Türkiye İstatistik Kurumu (TÜİK), İstatistiklerle Gençlik, 2011 (Sayı:13133), 18 Mayıs 2012, Ankara, Türkiye.
- Türkiye İstatistik Kurumu (TÜİK), Dünya Nüfus Günü, 2016. (Sayı: 21508),31 Ocak 2017a, Ankara, Türkiye.
- Türkiye İstatistik Kurumu (TÜİK), Hane halkı Bilişim Teknolojileri Kullanım Araştırması, 2017 (Sayı: 24862) 18 Ağustos 2017b, Ankara, Türkiye.
- Türkiye İstatistik Kurumu (TÜİK), İstatistiklerle aile, 2016 (Sayı: 24646) 10 Mayıs 2017c, Ankara, Türkiye.
- Türkiye İstatistik Kurumu (TÜİK), Adrese Dayalı Nüfus Kayıt Sistemi Sonuçları, 2017. (Sayı:27587), 1 Şubat 2018, Ankara, Türkiye.
- Türkiye Nüfus ve Sağlık Araştırması (TNSA), Hane Haklı Nüfusu ve Konut Özellikleri, 2013. (Yayın No: NEE-HÜ.09.01), 2013, Ankara, Türkiye.
- Türkiye Üreme Sağlığı, Gençlik Danışmanlık ve Hizmet Merkezleri Cinsel Sağlık Üreme Sağlığı Eğitimi, Katılımcı Rehberi. "Gençlerin Risk Alma Davranışları ve Sağlığının Geliştirilmesi" Paneli 2008, Ankara, Türkiye.
- Uluslar Arası Çocuk Merkezi ( International Childeren's Center) Adölesan ve Üreme Sağlığı ve Hakları, 2012 <http://www.icc.org.tr/icerik.php?id=12&kid=3> (Erişim tarihi:01 Ocak 2018).
- Ulutaşdemir N, Balsak H, Çopur EÖ, Demiroğlu N. Halk Sağlığı Hemşireliğinin Bir Dalı: Okul Sağlığı Hemşireliği. *Turkiye Klinikleri J Public Health Nurs-Special Topics*, 2016; 2(1): 121-4
- United Nations Educational, Scientific and Cultural Organization (UNESCO), Learning To Live Together <http://www.unesco.org/new/en/social-andhuman-sciences/themes/youth/youthdefinition/> (Erişim Tarihi:21 Ocak 2018).
- United Nations International Children's Emergency Fund (UNICEF) Çocukların durumu: <http://www.unicef.org.tr/sayfa.aspx?id=33> (Erişim tarihi: 02.02.2018).
- Uyan Z. Ergenlerde dikkat eksikliği hiperaktivite bozukluğu sıklığının araştırılması. *Konuralp Tıp Der.* 2014; 6(3): 21-26.
- Üneri ÖŞ, Tanıdır C. Bir grup lise öğrencisinde internet bağımlılığı değerlendirmesi: Kesitsel bir çalışma. *Düşünen Adam Psikiyatri ve Nörolojik Bilimler Dergisi*, 2011;24(4), 265-272.
- World Health Organization Regional Office for Europa. Adolescent health. 2012 <http://www.euro.who.int/en/health-topics/Life-stages/child-and-adolescent-health/adolescent-health>. (Erişim tarihi: 15.12.2017).
- World Health Organization, Adolescent Health Research Priorities: Report Of A Technical Consultation, 2015, Geneva, Switzerland.
- World Health Organization, Adolescents Health Risk And solutions, 2016, Geneva, Switzerland.
- Yavuzer H. Ergenlik Dönemi. Çocuk Psikolojisi. Editör: F. Necla Remzi Kitabevi, 2013, 39. Baskı, İstanbul, Türkiye, s: 263-275.
- Yen YY, Yen CF, Chen CS, Wang, PW, Chang YH, Ko CH. Social anxiety in online and reallife interaction and their associated factors. *CyberPsy, Beh and Soc Netw.* 2012; 15(1): 712.
- Yılmaz E, Şahin YL, Haseski Hİ, Erol O. Lise öğrencilerinin internet bağımlılık düzeylerinin çeşitli değişkenlere göre incelenmesi: Balıkesir ili örneği. *Eğ Bil Araş Der*, 2014; 4(1): 133-144.

- Yiğit R. Çocukluk Dönemlerinde Büyüme ve Gelişme, Türkiye Sistem Ofset, 2009, 1. Baskı, Ankara, Türkiye, s: 177-197.
- Young K, Pistner M. James O, Buchanan J. Cyber disorders: the mental health concern for the new millennium. *CyberPsy & Beh*, 1999; 2(5): 475-479.
- Young K. Internet addiction: The emergence of a new clinical disorder. *CyberPsysc and Beh*. 1996; 1(3): 237-244.
- Young KS, Case CJ. Internet abuse in the workplace: New trends in risk management. *Cyberpsy and Beh*. 2004; 7(1): 105-111.
- Young KS. Internet addiction: The emergence of a new clinical disorder. *Cyberpsy & beh*. 1998; 1(3): 237-244.
- Yörükoğlu A. Gençlik Çağı Ruh Sağlığı ve Ruhsal Sorunları, Özgür Yayınları, 1998, İstanbul, Türkiye.
- Yörükoğlu, A. Çocuk Ruh Sağlığı, Özgür Yayınları, 2008, 29.baskı, İstanbul, Ankara, Türkiye.
- Yücel N, Gürsoy F. Ergenlerin akran ilişkileri ile yalnızlık düzeylerinde internet kullanımının etkisi. *İnternet Bağımlılığı Sorunlar ve Çözümler*. Editör: Kalkan M, Kaygusuz C. Anı Yayıncılık, 2013, Ankara, Türkiye.
- Yüksel M, Yılmaz E. Lise öğrencilerinin internet bağımlılık düzeyleri ile problem çözme becerileri arasındaki ilişkinin çeşitli değişkenler açısından incelenmesi. *İlköğretim Online*, 2016; 15(3): 1031-1042.
- Zorbaz O, Dost MT. Lise öğrencilerinin problemleri internet kullanımının cinsiyet, sosyal kaygı ve akran ilişkileri açısından incelenmesi. *Hacettepe Üni Eğ Fak Der*. 2014; 29(1): 298-310.

## 8. EKLER

### EK-A: Sosyodemografik Bilgi Formu

#### ERGENLERİN İNTERNET BAĞIMLILIĞI VE SOSYAL UYUM DÜZEYLERİNİN DEĞERLENDİRİLMESİ ANKET FORMU

Sevgili Öğrenci,

Size sunulan bu formda okulda ya da diğer ortamlarda sıkça kullandığınız internet ile ilgili sorular yöneltilmektedir. Anket formlarında isim belirtilmeyecek ve cevaplarınız araştırmacı tarafından gizli tutulacaktır. Bu soruları dikkatlice okuyarak, sizin için en uygun yanıtı veriniz. Lütfen boş yanıt bırakmayınız. Katılımınız için teşekkürler.

Dr. Öğretim Üyesi Dilek CİNGİL  
Yardımcı Araştırmacı Tuğba BİLGEHAN

#### SOSYODEMOGRAFİK BİLGİ FORMU

1.Cinsiyetiniz :      ( ) Kız      ( ) Erkek

2.Ailenizin aylık geliri ne kadardır?

( ) Düşük      ( ) Orta      ( ) Yüksek

3.Annenizin eğitim düzeyi aşağıdakilerden hangisidir?

( ) Okuryazar değil      ( ) Okuryazar      ( ) İlkokul      ( ) Ortaokul

( ) Lise      ( ) Üniversite      ( ) Lisansüstü

4.Babanızın eğitim düzeyi aşağıdakilerden hangisidir?

( ) Okuryazar değil      ( ) Okuryazar      ( ) İlkokul      ( ) Ortaokul

( ) Lise      ( ) Üniversite      ( ) Lisansüstü

5.Aile tipiniz hangisidir?

Çekirdek aile       Geniş aile       Parçalanmış Aile

6.Ailenizle olan ilişkinizi nasıl değerlendiriyorsunuz?

Çok kötü       Kötü       Orta       İyi       Çok iyi

7.Arkadaşlarınızla ilişkinizden ne kadar memnunsunuz?

Hiç memnun değilim       Orta derecede memnunum       Çok memnunum

8.Okul sorunları yaşıyor musunuz?

Hayır       Bazen       Her zaman

9. Derslerdeki başarınız ne düzeydedir?.....en son akademik ortalamam

## EK-B: İnternet Kullanımına Yönelik Bilgi Formu

### İNTERNET KULLANIMINA YÖNELİK BİLGİ FORMU

1) İnternet kullanıyor musunuz?

Evet  Hayır

**Eğer cevabınız "Hayır" ise, aşağıdaki soruları cevaplamayınız.**

2) Evinizde bilgisayarınız var mı?

Evet  Hayır

3) Cevabınız evet ise internet bağlantınız var mı?

Evet  Hayır

4) Size ait akıllı telefonunuz var mı?

Evet  Hayır

5) Cevabınız evet ise cep telefonunuzun internet bağlantısı var mı?

Evet  Hayır

6) İnternete genellikle nereden bağlanırsınız?

Ev  İnternet kafe  Telefon  
 Okul  Yurt  Diğer.....

7) İnterneti ne sıklıkla kullanırsınız?

Günde.....saat  Haftada .....gün

8) İnterneti en çok hangi amaçla kullanırsınız?

Sosyal medyayı takip etmek  
 Ödevlerimi yapmak  E-postayı kontrol etmek  
 Müzik dinlemek, film, video izlemek  Oyun oynamak  
 Sanal sohbet yapmak  Diğer.....

9) İnternette en çok kullandığınız siteler hangileridir? (En çok kullandığınızdan itibaren numaralandırarak birden fazla seçenek işaretleyebilirsiniz.)

Oyun siteleri  Eğitim içerikli siteler  
 Sohbet içerikli siteler  Film içerikli siteler  
 Spor içerikli siteler  Bilim ve teknoloji içerikli siteler  
 Gazete ve TV siteleri  
 Müzik siteleri  Başka(Belirtiniz.....)

10) İnternet kullanım beceriniz aşağıdakilerden hangisidir?

Çok az  Az  Orta  İyi  Çok İyi

- 11) Aileniz internete girmenizi yasaklıyor mu?  
( ) Evet ( ) Hayır
- 12) Aileniz internete girmenizi yasakladığı için internet kafeye gittiğiniz oluyor mu?  
( ) Evet ( ) Hayır
- 13) Herhangi bir sosyal paylaşım ağında hesabınız var mı?  
( ) Evet ( ) Hayır
- 14) İnternet kullanırken gerçek adınızı mı kullanırsınız?  
( ) Evet ( ) Hayır ( ) Bazen
- 15) İnternet kullanırken fiziksel herhangi bir ağrınız oluyor mu?  
( ) Evet ( ) Hayır ( ) Bazen
- 16) 15.soruya cevabınız evet ise en çok nerenizde ağrı hissediyorsunuz?  
( ) Göz kuruluğu-yanma ( ) Boyun ağrısı ( ) Bel-omurga ağrısı  
( ) Parmak Uyuşması ( ) Diğer.....

## EK-C: Problemlı İnternet Kullanımı Ölçeği- Ergen (PİKÖ-E)

### PROBLEMLİ İNTERNET KULLANIMI ÖLÇEĞİ- ERGEN (PİKÖ-E)

**Açıklama:** Bu anket, bireylerin internet kullanım davranışlarını betimlemek için hazırlanmıştır. Sizden istenen, internet kullanırken genellikle gösterdiğiniz davranışları dikkate alarak, aşağıdaki ifadelerden her birinin size uygunluk derecesini belirlemenizdir.

Bu amaçla, ilk önce her bir ifadeyi okuyunuz ve daha sonra her bir ifadenin karşısındaki “**Tamamen Uygun**”, “**Oldukça Uygun**”, “**Biraz Uygun**” “**Nadiren Uygun**”, ve “**Hiç Uygun Değil**” seçeneklerinden kendi durumunuza uygun olan bir seçeneği belirleyiniz. Bu seçeneği belirledikten sonra o seçeneğe ait parantezin içerisine çarpı (X) işareti koyunuz.

Lütfen, hiçbir maddeyi boş bırakmayınız. Yanıtlarken kendi internet kullanım davranışlarınızı olduğu gibi yansıtmamız, sonuçların daha sağlıklı değerlendirilmesine katkıda bulunacaktır. Yanıtlarınız ile bu bilimsel araştırmaya katıldığınız için teşekkürler.

	Tamamen uygun	Oldukça uygun	Biraz uygun	Nadiren uygun	Hiç uygun değil
1. İnternet bağlantımı kesmeye her karar verdiğimde kendi kendime “birkaç dakika daha” diyorum.....	( )	( )	( )	( )	( )
2. İnternette geçirdiğim zaman çoğunlukla uyku süremi azaltıyor.....	( )	( )	( )	( )	( )
3. İnternet ortamında elde ettiğim saygıyı günlük yaşamımda bulamıyorum.....	( )	( )	( )	( )	( )
4. İnternette, diğer ortamlara göre daha kolay ilişki kuruyorum .....	( )	( )	( )	( )	( )
5. İnternette ismimi gizlemek beni daha özgür kılıyor	( )	( )	( )	( )	( )
6. Çok istememe rağmen interneti uzun süre kullanmaktan bir türlü vazgeçemiyorum.....	( )	( )	( )	( )	( )
7. İnternete gerekmedikçe girmekten kaçınıyorum....	( )	( )	( )	( )	( )
8. Yalnızlığımı internetle paylaşıyorum.....	( )	( )	( )	( )	( )
9. Birisi internette ne yaptığımı sorduğunda savunmacı ve gizleyici oluyorum.....	( )	( )	( )	( )	( )
10. Planladığımın dışında fazladan bir dakika bile interneti kullanmıyorum.....	( )	( )	( )	( )	( )
11. İnternette bağlantı kurduğum insanlara kendimi daha iyi anlatıyorum.....	( )	( )	( )	( )	( )
12. İnternette, kontrol benden çıkıyor.....	( )	( )	( )	( )	( )
13. İnternet yüzünden yemek yemeyi unuttuğum zamanlar oluyor.....	( )	( )	( )	( )	( )
14. İnternette daha fazla vakit geçirmek için günlük işlerimi ihmal ediyorum.....	( )	( )	( )	( )	( )



Tamamen Oldukça Biraz Nadiren Hiç uygun

	uygun ↓	uygun ↓	uygun ↓	uygun ↓	değil ↓
15. Sosyal aktiviteler için para harcamaktansa internete erişmek için harcamayı tercih ediyorum	( )	( )	( )	( )	( )
16. Sürekli ziyaret ettiğim internet sitelerini bir gün dahi girememeye tahammül edemiyorum..	( )	( )	( )	( )	( )
17. İnternet kullandığım süre boyunca her şeyi unutuyorum.....	( )	( )	( )	( )	( )
18. Yapmam gereken işler çoğaldıkça, internet kullanma isteğim de o ölçüde artıyor.....	( )	( )	( )	( )	( )
19. İnternet, yapmam gerekenleri ertelemek için vazgeçilmez bir araçtır.....	( )	( )	( )	( )	( )
20. İnternet kullanımım, benim için önemli kişilerle olan ilişkilerimde problem yaşamama neden oluyor	( )	( )	( )	( )	( )
21. İnternet kullanırken başkalarının beni meşgul etmesine öfkeleniyorum.....	( )	( )	( )	( )	( )
22. İnterneti kullanmasam bile sürekli aklımda .....	( )	( )	( )	( )	( )
23. İnternet kullanmayı bırakmadığım için randevularıma veya derslerime geç kalıyorum.....	( )	( )	( )	( )	( )
24. Sabahları uyandığında bir an önce internete bağlanmak istiyorum.....	( )	( )	( )	( )	( )
25. İnternet kullanırken zamanın nasıl geçtiğini hiç anlayamıyorum.....	( )	( )	( )	( )	( )
26. İnternet beni kendisine esir ediyor.....	( )	( )	( )	( )	( )
27. İnternet yoluyla iletişim kurmayı, yüz yüze iletişim kurmaya tercih ediyorum.....	( )	( )	( )	( )	( )

## EK-D: Güçler ve Güçlükler Anket

Her cümle için, Doğru Değil, Kısmen Doğru, Tamamen Doğru kutularından birini işaretleyiniz. Kesinlikle emin olamasanız ya da size anlamsız görünse de elinizden geldiğince tüm cümleleri yanıtlamanız bize yardımcı olacaktır. Lütfen yanıtlarınızı son 6 ay içindeki durumunuzu göz önüne alarak veriniz.

	Doğru Değil	Kısmen Doğru	Kesinlikle Doğru
İnsanlara karşı iyi davranmaya çalışırım. Onların duygularını önemserim.	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>
Uzun süre kıpırdamadan oturamam, huzursuz olurum.	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>
Çok fazla baş ağrım, karın ağrım ya da bulantım olur.	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>
Genellikle başkalarıyla paylaşıyorum (Örn. Yiyeceklerimi, oyunlarımı, kalemimi v.s.).	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>
Çok öfkelenirim ve sıkça kontrolümü kaybederim.	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>
Genellikle kendi başımayım. Genelde yalnız oynarım ya da başkalarıyla birlikte olmaktan kaçınırım.	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>
Genellikle bana söyleneni yaparım.	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>
Çok endişelenirim.	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>
Eğer birisi incinmiş, morali bozulmuş ya da kendini kötü hissediyor ise ona yardım ederim.	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>
Sürekli, ellerim ve ayaklarım kıpır kıpırdır, ya da oturduğum yerde kıpırdanıp dururum.	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>
En az bir yakın arkadaşım var.	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>
Zaman zaman arkadaşlarımla tartışırım. Diğer insanlara istediğimi yaptırabilirim.	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>
Sıkça mutsuz, kederli ya da ağlamaklıyım.	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>
Yaşıtlarım genelde beni sever.	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>
Dikkatim kolayca dağılır, dikkatimi toplamakta güçlük çekerim.	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>
Yeni ortamlarda gerginim. Kendime güvenimi kolayca kaybederim.	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>
Kendimden küçüklere iyi davranırım.	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>
Bazen doğruyu söylemem	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>
Diğer çocuklar ya da gençler bana her zaman iyi davranmaz	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>
Sıkça başkalarına (anne baba, öğretmen, çocuklar) yardım etmeye istekli olurum.	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>
Bir şeyi yapmadan önce düşünürüm.	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>
Bazen kendime ait olmayan bir şeyi izinsiz alırım	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>
Erişkinlerle yaşıtlarımdan daha iyi geçinirim.	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>
Pek çok korkum var. Kolayca ürkerim.	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>
Yaptığım işleri bitiririm. Dikkatim iyidir.	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>

## EK-E: Problemlı İnternet Kullanımı Ölçeği İzin Yazısı

Tugba fedai <tugbafedai84@gmail.com>  
Alıcı: bana

----- Yönlendirilmiş ileti -----  
Gönderen: Aydoğan Aykut CEYHAN <aceyhan@anadolu.edu.tr>  
Tarih: 26 Şubat 2016 20:40  
Konu: YNT: HOCAMIN DİKKATİNE  
Alıcı: Tugba fedai <tugbafedai84@gmail.com>

Merhaba,  
İlgili ölçek ve açıklamaları ekte dir.  
Ölçeği bilimsel amaçlı çalışmalarınızda kullanabilirsiniz.  
İyi çalışmalar.

Prof.Dr. A.Aykut CEYHAN  
Anadolu Üniversitesi  
Eğitim Fakültesi  
Rehberlik ve Psikolojik Danışmanlık Anabilim Dalı  
Yunus Emre Kampüsü- Eskişehir  
E-mail: [aceyhan@anadolu.edu.tr](mailto:aceyhan@anadolu.edu.tr)  
Tel: 222 3350580-3464 & 3526

Prof.Dr. A.Aykut CEYHAN  
Anadolu University  
Educational Faculty  
Guidance and Psychological Counseling Division  
Yunus Emre Campus- Eskişehir, Turkey  
E-mail: [aceyhan@anadolu.edu.tr](mailto:aceyhan@anadolu.edu.tr)  
Tel: +90 222 3350580-3464 & 3526

---

Prof.Dr. A.Aykut CEYHAN  
Anadolu University  
Educational Faculty  
Guidance and Psychological Counseling Division  
Yunus Emre Campus- Eskişehir, Turkey  
E-mail: [aceyhan@anadolu.edu.tr](mailto:aceyhan@anadolu.edu.tr)  
Tel: +90 222 3350580-3464 & 3526


---

**Kimden:** Tugba fedai [[tugbafedai84@gmail.com](mailto:tugbafedai84@gmail.com)]  
**Gönderildi:** 26 Şubat 2016 Cuma 10:34  
**Kime:** Aydoğan Aykut CEYHAN  
**Konu:** HOCAMIN DİKKATİNE

Saygıdeğer hocam;  
Ben Tuğba Bilgehan,Necmettin Erbakan Üniversitesi Sağlık Bilimleri Fakültesi Hemşirelik Bölümünde yüksek lisans yapılmaktayım.Tez çalışmam "Ergenlerde İnternet Bağımlılığı ve Sosyal Uyum". Tez çalışmam için "Problemlı İnternet Kullanım Ölçeği"ni kullanmak çalışmam için çok önemli ve faydalı olacağını düşünüyorum. Sizin de izniniz olursa bu ölçeği kullanmak istiyorum Hocam. Saygıları.



## EK-F: Güçler ve Güçlükler Anketi Kullanım İzin Yazısı

 **Tugba fedai** <tugbafedai84@gmail.com>

Alıcı: bana

11 Şub ☆

----- Yönlendirilmiş ileti -----  
Gönderen: **Tugba fedai** <tugbafedai84@gmail.com>  
Tarih: 15 Mart 2016 21:12  
Konu: Re: HOCAM LÜTFEN BAKIN  
Alıcı: Taner Guvenir <[tanerguvenir@hotmail.com](mailto:tanerguvenir@hotmail.com)>

Saygıdeğer Hocam  
Cok teşekkür ederim iyi akşamlar  
Saygılar.

15 Mar 2016 Sal 08:24 tarihinde Taner Guvenir <[tanerguvenir@hotmail.com](mailto:tanerguvenir@hotmail.com)> şunu yazdı:  
Sevgili Tuba Bilgehan  
Çalışmanızda Güçler ve Güçlükler Anketini (GGA) kullanmanızdan mutluluk duyarım.  
İyi çalışmalar  
Doç Dr Taner Guvenir

[www.tanerguvenir.com](http://www.tanerguvenir.com)

15 Mar 2016 tarihinde 02:31 saatinde, Tugba fedai <[tugbafedai84@gmail.com](mailto:tugbafedai84@gmail.com)> şunları yazdı:

Saygıdeğer hocam;  
Ben Tuğba Bilgehan Necmettin Erbakan Üniversitesi Sağlık Bilimleri Fakültesi Hemşirelik Bölümünde yüksek lisans yapmaktayım. Tez çalışmam 'Ergenlerde İnternet Kullanımı ve Sosyal Uyum'. Tez çalışmam için 'Güç ve Güçlükler Ölçeği'ni kullanmak çalışmam için çok önemli ve faydalı olacağını düşünüyorum. Sizin de izniniz olursa bu ölçeği kullanmak istiyorum Hocam.  
Saygılar.

## EK-G: Etik Kurul Raporu

T.C.  
NECMETTİN ERBAKAN ÜNİVERSİTESİ MERAM TIP FAKÜLTESİ  
İLAÇ VE TIBBİ CİHAZ DIŞI ARAŞTIRMALAR ETİK KURUL KARARI

Toplantı Sayısı:30

Toplantı Tarihi: 25.03.2016

**Karar Sayısı:2016/506:**N.E.Ü. Sağlık Bilimleri Fakültesi Halk Sağlığı Hemşireliği Anabilim Dalı Öğretim Üyesi Yrd. Doç. Dr. Dilek CİNGİL' in "Lisede Öğrenim Gören Adölesanların İnternet Kullanımının ve Psikososyal Uyum Düzeylerinin Değerlendirilmesi" başlıklı yüksek lisans tez çalışması ile ilgili 15.03.2016 tarihli dilekçesi ve ekleri görüşüldü, Tuğba BİLGEHAN' ın yüksek lisans tez çalışmasının N.E.Ü. Sağlık Bilimleri Fakültesi Halk Sağlığı Hemşireliği Anabilim Dalı Öğretim Üyesi Yrd. Doç. Dr. Dilek CİNGİL' in sorumluluğunda yürütülmesinin uygun olduğuna oybirliği ile karar verilmiştir.

Sorumlu Araştırmacı: Yrd. Doç. Dr. Dilek CİNGİL

Yardımcı Araştırmacı: Tuğba BİLGEHAN

  
ASLI GIBİDİR  
25.03.2016

Prof. Dr. A. Zafer ÇALIŞKANER  
İlaç ve Tıbbi Cihaz Dışı Araştırmalar Etik Kurul Başkan Yardımcısı

## EK-H: Kurum İzni



T.C.  
ANKARA VALİLİĞİ  
Milli Eğitim Müdürlüğü

Sayı : 14588481-605.99-E.4591417  
Konu : Araştırma İzni

25.04.2016

ÇANKAYA KAYMAKAMLIĞINA  
(İlçe Milli Eğitim Müdürlüğü)

İlgi: a) MEB Yenilik ve Eğitim Teknolojileri Genel Müdürlüğünün 2012/13 nolu Genelgesi.  
b) Necmettin Erbakan Üniversitesi'nin 06/04/2016 tarihli ve 2356 sayılı yazısı.

Necmettin Erbakan Üniversitesi Sağlık Bilimleri Enstitüsü Hemşirelik Anabilim Dalı yüksek lisans öğrencisi Tuğba BİLGEHAN'ın "**Lisede Eğitim Gören Adölesanların İnternet Kullanımının ve Psikososyal Uyum Düzeylerinin Değerlendirilmesi**" konulu tez kapsamında uygulama talebi Araştırma Komisyonumuzca incelenmiş olup, ilçenize bağlı ekli listede belirtilen okullarda uygulamanın yapılması Müdürlüğümüzce uygun görülmüştür.

Görüşme formunun (9 sayfa) uygulama yapılacak sayıda araştırmacı tarafından çoğaltılarak, araştırmanın ilgi (a) genelge çerçevesinde, ilçe milli eğitim müdürlüklerinin sorumluluğunda okul ve kurum yöneticileri de uygun gördüğü takdirde gönüllülük esasına göre yazımız ekinde gönderilen mühürlü uygulama araçlarının uygulanmasına izin verilmesini rica ederim.

Ali GÜNGÖR  
Müdür a.  
Şube Müdürü

EK:  
1-Görüşme formu (9 sayfa)  
2-Okul listesi (1 sayfa)

Konya yolu Başkent Öğretmen Evi arkası Beşevler ANKARA  
e-posta: ıstatistik06@meb.gov.tr

Ayrıntılı bilgi için  
Tel: (0 312) 221 02 17/135

Bu evrak güvenli elektronik imza ile imzalanmıştır. <http://evraksorgu.meb.gov.tr> adresinden e315-dede-3e19-ad43-a445 kodu ile teyit edilebilir.

## EK-I: Öğrenci Aydınlatılmış Onam Formu

### GÖNÜLLÜ KATILIM FORMU

#### Açıklama:

Sevgili öğrenciler,

Aşağıdaki sorular, Dr. Öğretim Üyesi Dilek CİNGİL ve Tuğba BİLGEHAN tarafından yürütülen lise öğrencilerinin internet kullanımının ve psikososyal uyumunun inceleneceği yüksek lisans tezi için oluşturulmuştur. Doldurduğunuz anketlere verdiğiniz cevaplar ve her türlü bilgi yalnızca bilimsel amaçlar için kullanılacaktır. Bilgileriniz hiçbir kimse ile ya da ticari bir amaç için paylaşılmayacaktır. Çalışmanın amacına ulaşması için sizden beklenen, bütün soruları eksiksiz, kimsenin baskısı veya telkini altında olmadan, size en uygun gelen cevapları samimi, gerçek durumunuzu yansıtan cevaplar verecek şekilde cevaplamanızdır. Sorulara vereceğiniz yanıtlar, yapılan bilimsel çalışmaya çok önemli katkılar sağlayacaktır. Bu çalışmaya katılmak tamamen **gönüllülük** esasına dayanmaktadır. Bu formu okuyup onaylamanız, araştırmaya katılmayı kabul ettiğiniz anlamına gelecektir. Ancak, çalışmaya katılmama veya katıldıktan sonra herhangi bir anda çalışmayı bırakma hakkına da sahipsiniz. Lütfen soruları cevaplamadan geçmeyiniz. Forma isminizi yazmanız beklenmemektedir. Eğer araştırmanın amacı ile ilgili verilen bu bilgiler dışında şimdi veya sonra daha fazla bilgiye ihtiyaç duyarsanız araştırmacıya şimdi sorabilir veya [tugbafedai84@gmail.com](mailto:tugbafedai84@gmail.com) e-posta adresi ve 0554 468 65 52 numaralı telefondan ulaşabilirsiniz.

Yukarıda yer alan ve araştırmadan önce katılımcıya verilmesi gereken bilgileri okudum ve katılmam istenen çalışmanın kapsamını ve amacını, gönüllü olarak üzerime düşen sorumlulukları anladım. Çalışma hakkında yazılı ve sözlü açıklama araştırmacı tarafından yapıldı. Bana, çalışmanın faydaları sözlü olarak da anlatıldı. Kişisel bilgilerimin özenle korunacağı konusunda yeterli güven verildi.

Yukarıda yapılan açıklama doğrultusunda araştırmaya katılmayı kabul edip etmediğinizi lütfen işaretleyiniz

( ) Kabul ediyorum ( ) Kabul etmiyorum

Katkılarınızdan dolayı teşekkür ederiz.

Anketi Uygulayanın Adı-Soyadı: Tuğba BİLGEHAN

İmza:

Öğrenci Okul No:

Öğrenci İmza:

Dr. Öğretim Üyesi Dilek CİNGİL ve Tuğba BİLGEHAN





## Ek-İ: Veli Aydınlatılmış Onam Formu

### VELİ ONAM FORMU

Sayın Veliler, Sevgili Anne-Babalar,

Necmettin Erbakan Üniversitesi Sağlık Bilimleri Enstitüsü Hemşirelik Anabilim Dalı'nda Yüksek Lisans Tezi kapsamında 'Lisede Öğrenim Gören Adölesanların İnternet Kullanımının ve Psikososyal Uyum Düzeylerinin Değerlendirilmesi' başlıklı araştırmayı yürütmekteyiz. Araştırmamızın amacı, internet kullanan adölesanların psikososyal uyum düzeylerinin değerlendirilmesidir. Bu amaçla çocuklarınızın bazı anketleri doldurmalarına ihtiyaç duymaktayız.

Katılmasına izin verdiğiniz takdirde çocuğunuz anketi okulda ders saatinde dolduracaktır. Çocuğunuzun dolduracağı anketlerde verdiği cevaplar ve her türlü bilgi yalnızca bilimsel amaçlar için kullanılacaktır. Bilgiler hiçbir kimse ile ya da ticari bir amaç için paylaşılmayacaktır. Çocuğunuzun cevaplayacağı soruların onun psikolojik gelişimine olumsuz etkisi olmayacağından emin olabilirsiniz. Bu çalışmaya katılmak tamamen **gönüllülük** esasına dayanmaktadır. Araştırma sonuçlarının özeti tarafımızdan okula ulaştırılacaktır.

Eğer araştırmanın amacı ile ilgili verilen bu bilgiler dışında şimdi veya sonra daha fazla bilgiye ihtiyaç duyarsanız [tugbafedai84@gmail.com](mailto:tugbafedai84@gmail.com) e-posta adresi ve 0554 468 65 52 numaralı telefondan ulaşabilirsiniz.

Yukarıda yer alan ve araştırmadan önce katılımcı velisine verilmesi gereken bilgileri okudum ve çocuğumun katılması istenen çalışmanın kapsamını ve amacını, gönüllü olarak üzerime düşen sorumlulukları anladım. Çalışma hakkında yazılı açıklama araştırmacı tarafından, anketin konusu hakkındaki bilgi okul rehberlik servisi aracılığıyla ulaştırılmıştır. Kişisel bilgilerimin özenle korunacağı konusunda yeterli güven verildi.

Yukarıda yapılan açıklama doğrultusunda çocuğunuzun araştırmaya katılmasını kabul edip etmediğinizi lütfen işaretleyiniz.

( ) Kabul ediyorum ( ) Kabul etmiyorum

Katkılarınızdan dolayı teşekkür ederiz.

Öğrencinin Doğum Tarihi:

Anne-Baba Adı-Soyadı :

İmza

Anketi Uygulayanın Adı-Soyadı

Tuğba BİLGEHAN



## 9. ÖZGEÇMİŞ

03.10.1988 yılında Konya Selçuklu'da doğdu. İlköğretimi Atatürk İlköğretim Okulu'nda ve liseyi Konevi Anadolu Lisesinde tamamladı. 2008'de Yakın Doğu Üniversitesi Sağlık Bilimleri Fakültesi Hemşirelik Bölümü'nü kazandı ve 2012 yılında mezun oldu. 2012-2014 yılları arasında Konya Necmettin Erbakan Üniversitesi Meram Tıp Fakültesi Hastanesi'nde; 2014-2018 yılları arasında Ankara Ulus Devlet Hastanesi'nde hemşire olarak görev yaptı. 2018 Şubat ayında Yıldırım Beyazıt Üniversitesi İç Hastalıkları Anabilim Dalına Araştırma Görevlisi olarak atandı.

