



T.C

ÜSKÜDAR ÜNİVERSİTESİ

SOSYAL BİLİMLER ENSTİTÜSÜ

KLİNİK PSİKOLOJİ ANABİLİM DALI

**İNTERNET BAĞIMLILIĞININ ÜNİVERSİTE ÖĞRENCİLERİNDE
YAYGINLIĞININ İNCELENMESİ**

NAZLI KEZBAN İŞSEVER

YÜKSEK LİSANS TEZİ

Danışman: PROF. DR. HÜSNÜ ERKMEN

İSTANBUL - 2016



T.C

ÜSKÜDAR ÜNİVERSİTESİ

SOSYAL BİLİMLER ENSTİTÜSÜ

KLİNİK PSİKOLOJİ ANABİLİM DALI

**İNTERNET BAĞIMLILIĞININ ÜNİVERSİTE ÖĞRENCİLERİNDE
YAYGINLIĞININ İNCELENMESİ**

NAZLI KEZBAN İŞSEVER

YÜKSEK LİSANS TEZİ

Danışman: PROF. DR. HÜSNÜ ERKMEN

İSTANBUL - 2016



T.C.
ÜSKÜDAR ÜNİVERSİTESİ
SOSYAL BİLİMLERİ ENSTİTÜSÜ

YÜKSEK LİSANS TEZ SINAV TUTANAĞI

GENEL BİLGİLER

Öğrenci No	: 134102075
Öğrenci Adı Soyadı	: Nazlı Kezban İşsever
Anabilim Dalı	: Klinik Psikoloji
Tez Danışmanı	: Prof. Dr. Hüsnü ERKMEK
Tezin Başlığı	: İnternet Bağımlılığının Üniversite Öğrencilerinde Yayınlığının İncelemesi

TEZ SAVUNMA SINAVI TUTANAĞI

Toplantı Tarihi	: 01/02/2016	Saati	: 08:00
Öğrenci Savunmaya	: <input checked="" type="checkbox"/> GELDI		
Üniversitemiz Lisansüstü Eğitim-Öğretim ve Sınav Yönetmeliğinin ilgili hükümleri uyarınca tez bilimsel olarak incelenmiş, adayın tez çalışmasını sunmasının ardından, adaya tez çalışması ile ilgili sorular yöneltilmiştir. Yapılan değerlendirmeler sonunda adayın tez çalışmasıyla ilgili aşağıdaki kararı,			
<input checked="" type="checkbox"/> OY BİRLİĞİ <input type="checkbox"/> OY ÇOKLUGU			
<input checked="" type="checkbox"/> Yapılan savunma sınavında adayın başarılı bulunması sonucunda tez KABUL edilmiştir.			
<input type="checkbox"/> Yapılan savunma sınavı sonucunda tezin DÜZELTİLMESİ için ay EK SÜRE verilmesinin Enstitü Müdürlüğüne önerilmesi kararı alınmıştır. (en fazla 3 ay)			
<input type="checkbox"/> Yapılan savunma sınavının sonucunda tezin REDEDEDİLMESİ kararı alınmıştır.			
Savunmada Tezin Başlığı	: <input checked="" type="checkbox"/> Değişmedi.	<input type="checkbox"/> Değişti.	
Tezin Yeni Başlığı	:		
Öğrenci Savunmaya	: <input type="checkbox"/> GELMEDİ		
Üniversitemiz Lisansüstü Eğitim-Öğretim ve Sınav Yönetmeliğinin ilgili hükümleri uyarınca yukarıda belirtilen tarih ve saatte Tez Savunma Jürisi toplanmış ancak ilgili öğrenci savunma sınavına gelmemiştir. Adayın tez çalışmasını Jüri önünde sunmadığı için yapılan değerlendirmeler sonunda adayın tez çalışmasıyla ilgili aşağıdaki kararı,			
<input type="checkbox"/> OY BİRLİĞİ ile REDEDEDİLMİŞTİR.			

ile almıştır.

Tez Sınavı Jürisi	Unvanı, Adı Soyadı	İmza
Danışman Üye	Prof. Dr. Hüsnü Erkmen	
Üye	Yrd. Doç. Dr. C. Emre Koyun	
Üye	Yrd. Doç. Dr. Alptekin Çetin	

YEMİN METNİ

Yüksek Lisans Tezi olarak sunduğum “İnternet Bağımlılığının Üniversite Öğrencilerinde Yaygınlığının İncelenmesi” adlı çalışmanın, tarafımdan, bilimsel ahlak ve geleneklere aykırı düşecek bir yardıma başvurmaksızın yazıldığını ve yararlandığım eserlerin kaynakçada gösterilenlerden oluştuğunu, bunlara atıf yapılarak yararlanılmış olduğunu belirtir ve bunu onurumla doğrularım.

10/12/2015

Nazlı Kezban İŞSEVER





T.C.
ÜSKÜDAR ÜNİVERSİTESİ
GİRİŞİMSSEL OLMAYAN KLİNİK
(İNSAN ÜZERİNDE YAPILAN)ARAŞTIRMALAR
ETİK KURULU BAŞKANLIĞI

SAYI: B.08.6.YÖK.2.ÜS.0.05.0.06 /2015 / 93

13 Nisan 15

Sayın Prof. Dr. Hüsnü Erkmen
(Nazlı Kezban İşsever)

Üsküdar Üniversitesi Girişimsel Olmayan Klinik Araştırmalar Etik Kurulu'nun 10 Nisan 2015 tarihinde, 04 No.lu toplantısında değerlendirmeye almış olduğu "İnternet Bağımlılığının Üniversite Öğrencilerinde Yaygınlığının İncelenmesi" adlı araştırma projenizin etik açıdan uygun olduğuna karar verilmiştir.

Bilgilerinize rica ederim.

Yrd. Doç. Dr. Cumhur TAŞ
Girişimsel Olmayan Klinik Araştırmalar
Etik Kurulu Başkanı

TEŞEKKÜR

Bu çalışmanın gerçekleşmesinde beni daima destekleyen ve yönlendiren, çalışmamı özenle ve büyük bir titizlikle değerlendiren, çalışma sırasında beni motive eden, derin araştırma bilgilerini benimle paylaşan ve bu çalışmanın ortaya çıkmasını sağlayan danışmanım Sayın Prof. Dr. Hüsnü ERKMEN'e teşekkürü bir borç bilirim.

Çalışmam sürecinde anketleri uygulamama izin veren T.C. Üsküdar Üniversitesi Sosyal Bilimler Enstitüsü Müdürlüğü'ne teşekkür ederim. Tezimi hazırlama sürecinde anketleri öğrencilere uygulamamda beni destekleyen tüm T.C. Üsküdar Üniversitesi öğretim görevlilerine teşekkür ederim.

Tezimi hazırlama sürecinde kullandığım ölçekle ilgili her soruma yanıt veren ve bilgisiyle bana katkı sağlayan Uzm. Dr. Ömer ŞENORMANCI'ya teşekkür ederim.

Son olarak, bu çalışmam süresince, maddi manevi desteğini benden esirgemeyen, sonsuz sabır ve anlayış gösteren çok değerli anne ve babama içtenlikle teşekkür ederim.

İŞSEVER, Nazlı Kezban, Yüksek Lisans Tezi, İstanbul, 2015

İnternet Bağımlılığının Üniversite Öğrencilerinde Yaygınlığının İncelenmesi

ÖZET

İnternet kullanımının hızla yaygınlaşması birçok olumsuzluğu beraberinde getirmektedir. Bu olumsuzluklardan en önemlilerinden biri internet bağımlılığıdır. İnternet bağımlılığı her yaşta ve cinsiyette görülen bir rahatsızlıktır. İnternet bağımlılığı üniversite öğrencileri için önemli bir risk olmasına karşın ülkemizde bu alandaki çalışmaların sayısı sınırlı ve yetersizdir. Bundan dolayı bu araştırmanın başlıca amacı üniversite öğrencilerinde internet bağımlılığı yaygınlığını ortaya koymaktır.

Tarama modeline uygun olarak hazırlanan araştırmada, evren İstanbul ilinin Üsküdar ilçesinde bulunan T.C. Üsküdar Üniversitesi'nde eğitim gören üniversite öğrencileri oluşturmuştur. Çalışma grubunun seçiminde rastgele örnekleme yöntemi kullanılmıştır. Çalışmada veri toplama aracı olarak; İnternet Bağımlılığı Ölçeği (İBÖ) ve sosyo-demografik özelliklerin saptanması için araştırmacı tarafından oluşturulan Kişisel Bilgi Formu kullanılmıştır.

Araştırmada kullanılan ölçme araçlarından elde edilen puanlar SPSS 21.0 istatistik programı ile analiz edilmiş, ve %95 güven düzeyi ile çalışılmıştır. Yapılan analizler sonucunda internet bağımlılığı yaygınlığı % 25,8 olarak bulunmuştur. Çalışma sonuçlarına göre, üniversite öğrencilerinde internet bağımlılığı yaygınlığı erkek cinsiyette daha fazladır. “Haftalık internet kullandığı gün sayısı”, “Günlük internet kullanma saati” ve “İnterneti kullanma yılları” değişkenleri internet bağımlılığını yordayan değişkenler olarak bulunmuştur.

Anahtar Kelimeler: internet bağımlılığı, yaygınlık, üniversite öğrencileri.

Examining The Prevalence of Internet Addiction in University Students

SUMMARY

The widespread using of internet brings some problems. One of the most important problem is the internet addiction. The internet addiction may be seen at all ages and in both genders. In spite of the fact that the internet addiction is a serious risk for the university students, the studies on the subject of the internet addiction are limited and inadequate in our country. Hence, the main purpose of this study is examining the prevalence of the internet addiction in university students.

The study is prepared in compliance with the screening model. The target population of the research is the university students of T.C. Üsküdar University which is located in the city of Istanbul. In this study, the data collection tools are “The Internet Addiction Scale” and “The Personal Information Form” which is created by the researcher in order to determine the socio-demographical characteristics.

The prevalence of internet addiction result is 25.8 % according to the analysis. The data gathered from the measurement tools have been analyzed with the SPSS 21.0 Statistics Program and worked with 95% confidence level. According to the results of the study, the prevalence of internet addiction in university students is higher for male gender. "Internet usage days per week", "internet usage times per day", and "used year of internet” variables are indicators of internet addiction.

Keywords: internet addiction, prevalence, university students.

İÇİNDEKİLER

YEMİN METNİ.....	i
TEZ KABUL FORMU	ii
TEŞEKKÜR.....	iii
ÖZET.....	iv
SUMMARY	v
TABLOLAR LİSTESİ.....	viii
ŞEKİL LİSTESİ.....	x
BÖLÜM I.....	1
GİRİŞ	1
1.1. Araştırmanın Amacı ve Önemi.....	5
1.2. Araştırmanın Problem Cümlesi	7
1.3. Araştırmanın Alt Problemleri.....	7
1.4. Araştırmanın Sayılıları	7
1.5. Araştırmanın Sınırlılıkları	8
1.6. Tanımlar	8
BÖLÜM II.....	9
İLGİLİ YAYIN VE ARAŞTIRMALAR	9
2.1. İnternetin Tarihsel Gelişimi.....	9
2.2. Türkiye’de İnternetin Tarihsel Gelişimi	10
2.3. İnternet Bağımlılığı ve Tanı Kriterleri	10
2.4. İnternet Bağımlılığı ile İlgili Yaklaşımlar	13
2.4.1. Young’ın İnternet Bağımlılığı ile İlgili Görüşleri.....	13
2.4.2. Suler’ın İnternet Bağımlılığı Kuramı.....	14
2.4.3. Goldberg’in İnternet Bağımlılığı ile İlgili Görüşleri	16
2.4.4. Beard ve Wolf’ün İnternet Bağımlılığı ile İlgili Görüşleri.....	18
2.4.5. Davis’in Bilişsel-Davranışçı Kuramı.....	18
2.4.6. Grohol’ün İnternet Bağımlılığı ile İlgili Görüşleri	20

2.5. İnternet Bağımlılığı ve Üniversite Öğrencileri.....	22
2.6. İnternet Bağımlılığının Üniversite Öğrencileri Üzerindeki Olumsuz Etkileri	23
2.7. Konuyla İlgili Yurt Dışı ve Yurt İçinde Yapılan Araştırmalar.....	26
2.7.1. İnternet Bağımlılığıyla İlgili Yurt Dışında Yapılan Araştırmalar	26
2.7.2. İnternet Bağımlılığıyla İlgili Yurt İçinde Yapılan Araştırmalar	29
BÖLÜM III	31
YÖNTEM.....	31
3.1. Araştırma Modeli	31
3.2. Evren ve Örneklem.....	31
3.3. Veri Toplama Araçları.....	32
3.3.1. Kişisel Bilgi Formu.....	32
3.3.2. İnternet Bağımlılığı Ölçeği (İBÖ).....	32
3.3.2.1. İnternet Bağımlılığı Ölçeğinin Güvenirlik ve Geçerlilik Analizlerine Ait Bulgular.....	33
3.3.2.2. Ölçeğin Puanlanması.....	33
3.4. Verilerin Toplanma Süreci	34
3.5. Veri Çözümleme Teknikleri	34
BÖLÜM IV	37
BULGULAR VE YORUMLAR.....	37
4.1. Örnekleme Tanıtıcı Bulgular	37
4.2. Örneklemin Anne ve Baba Eğitim Durumu Tanıtıcı Bulguları	45
4.3. Örneklemin İnternet Bağımlılık Durumlarına İlişkin Bulgular.....	47
BÖLÜM V	55
SONUÇ VE TARTIŞMA	55
5.1. Sonuç	55
5.2. Tartışma.....	57
5.3. Öneriler.....	58
KAYNAKÇA.....	60
EKLER	70
ÖZGEÇMİŞ	78

TABLolar LİSTESİ

Tablo 1.Örneklemin cinsiyete göre dağılımı	37
Tablo 2. Örneklemin yaşa göre dağılımı.....	38
Tablo 3.Örneklemin sınıfa göre dağılımı	38
Tablo 4. Örneklemin internet kullanım durumuna göre dağılımı	39
Tablo 5.Örneklemin internet bağlanma yerine göre dağılımı	39
Tablo 6. Örneklemin cep telefonunda internet bağlantısı olup olmama durumuna göre dağılımı	40
Tablo 7. Örneklemin haftalık internet kullanım süresine göre dağılımı	40
Tablo 8. Örneklemin günlük internet kullanım süresine göre dağılımı	41
Tablo 9. Örneklemin internet kullanma yıllarına göre dağılımı	41
Tablo 10.Örneklemin internet kullanım amaçlarına göre dağılımı	42
Tablo 11.Örneklemin en çok kullandığı sitelere göre dağılımı.....	43
Tablo 12.Örneklemin internette oyun oynayıp oynamama durumuna göre dağılımı	44
Tablo 13.Örneklemin oynadıkları oyun türüne göre dağılımı	45
Tablo 14. Örneklemin annelerinin eğitim durumuna göre dağılımı	46
Tablo 15. Örneklemin babalarının eğitim durumuna göre dağılımı	46
Tablo 16.Örneklemin internet bağımlılık durumuna ilişkin bulgular	47
Tablo 17.Örneklemin internet bağımlılığı ölçeğine göre puanlarının sonuçları	48
Tablo 18.İnternet bağımlılık ölçeğinin Kolmogorov-Smirnov Testi ve Shapiro-Wilk Testi sonuçları	48
Tablo 19. Farklı cinsiyet gruplarının ölçek puanı açısından karşılaştırılması	49
Tablo 20.Farklı yaş gruplarının ölçek puanı açısından karşılaştırılması.....	49

Tablo 21. Farklı sınıf gruplarının ölçek puanı açısından karşılaştırılması.....	50
Tablo 22. Anne eğitim durumu farklı olan grupların ölçek puanı açısından karşılaştırılması	50
Tablo 23. Baba eğitim durumu farklı olan grupların ölçek puanı açısından karşılaştırılması	51
Tablo 24. İnterneti kullanım yeri farklı olan grupların ölçek puanı açısından karşılaştırılması	51
Tablo 25. Haftalık internet kullandığı gün sayısı farklı olan grupların ölçek puanı açısından karşılaştırılması	52
Tablo 26. Günlük internet kullanma saati farklı olan grupların ölçek puanı açısından karşılaştırılması	53
Tablo 27. İnternet kullanma yılları farklı olan grupların ölçek puanı açısından karşılaştırılması	53

ŞEKİL LİSTESİ

- Şekil 1. Davis'in (2001) Patolojik İnternet Kullanımını (PİK) Açıklamakta Kullandığı Bilişsel- Davranışçı Süreç Modeli..... 19
- Şekil 2. Grohol'un İnternet Bağımlılığı Modeli..... 21



BÖLÜM I

GİRİŞ

İnsanlık, tarih boyunca birçok keşif ve icatlar yapmıştır. Geçmişten günümüze sürekli gelişen teknoloji hayatımızı birçok yönden kolaylaştırırken diğer yandan bazı olumsuzlukları beraberinde getirmektedir. Teknoloji çağı olarak adlandırılan bu çağda bilgisayar ve internet hayatımızın vazgeçilmezleri arasına girmiştir. (Mıhçı vd., 2012).

İnternet dünya üzerindeki mevcut milyonlarca ağın ortak bir protokol çerçevesinde iletişim kurmasını ve birbirleriyle kaynaklarını paylaşmasını sağlayan ağlar arası bir ağıdır (Ögel, 2012: 3). İnsanların internete erişiminin hızlı ve ucuz olması, internet kullanımının artmasına neden olmaktadır. Fakat internete kolay erişim, bireylerin internette geçirdiği zamanın artmasına ve bireye farklı olanaklar sağlamasına neden olabilmektedir. Bu bağlamda, internet bireylerde birtakım fiziksel ve zihinsel olumsuzluklara yol açabilmektedir (Murali and George, 2007).

Günümüzde bilgisayarın hızlı bir şekilde yayıldığı, internet kullanımının da buna paralel olarak artış gösterdiği bilinmektedir (Hibbard, et al.1998; McCollum, 1997). İnternet, insanların her türlü bilgiye çok kısa bir zamanda ulaşmasını ve diğer insanlarla çok hızlı bir şekilde iletişim kurabilmesini sağlayarak insan yaşamına önemli katkılar getiren bir iletişim aracıdır. Son yıllarda bu iletişim aracının kullanımı inanılmaz bir hızla artmıştır (Ceyhan, 2008). Gün geçtikçe internet, hayatımızın televizyon ve bilgisayar gibi vazgeçilmez bir parçası olmaktadır (Aydoğdu, 2003).

Bugünkü teknolojik gelişmeler hem internet iletişiminin kalitesini artırırken hem de maliyetini düşürmektedir. Bireysel bilgisayarların yaygınlaşması bilgi üretiminin önemli derecede hızlandırmasını sağlamıştır. Günümüzde internetin yaygınlaşması da bilginin genişlemesinde büyük bir etki sağlamıştır. İnternet, günümüz insanları için bilgiye ulaşmada oldukça önemli bir hale gelmiştir. Hemen hemen

girmediği ũlke bulunmayan ve her geçen gün artan sayıda bilgisayarı birbirine bağlayan internet dünyanın en yaygın bilgisayar ağıdır (Alabay vd, 2001).

Bilgisayarların olmazsa olmazlarından olan internet, bireylere bilgiye kolaylıkla ulaşma imkanı sağlayan ve mesafe tanımadan diğer bireylerle hızlı bir şekilde iletişime geçme olanağı sağlayan bir iletişim ve bilgi paylaşım aracı haline gelmiştir (Aydoğdu, 2003).

İnternet kullanmak, gençler arasında popüler bir etkinlik olarak görülmektedir ve bu da aşırı internet kullanımına sebebiyet verebilmektedir (Lin and Tsai, 2002). İnternetin bu denli yaygın olarak kullanılmasının en önemli nedenlerinden biri, kolayca ve istendiği zaman ulaşılabiliyor olmasıdır. Çünkü insanlar boş zamanlarında çoğunlukla kolay erişebilecekleri ve uygulayabilecekleri etkinlikleri tercih etmektedirler (Bayraktutan, 2005).

Türkiye İstatistik Kurumu (TÜİK)'nin Türkiye'deki 16-74 yaş grubu ile gerçekleştirdikleri Hane halkı Bilişim Teknolojileri Kullanımı Araştırmasında, bilgisayar ve internetin kullanım oranının en yüksek olduğu yaş grubunun 16-24 olduğu saptanmıştır. Eğitim durumuna göre ise en fazla bilgisayar ve internet kullananların yüksekokul, fakülte ve üstü mezunlarının olduğu bulunmuştur (Türkiye İstatistik Kurumu [TÜİK], 2013). Bu istatistiklerle benzer şekilde, araştırma bulguları niversite oğrencileri arasında bilgisayar ve internet kullanımının oldukça yaygın olduğunu göstermektedir (Hall and Parsons, 2001; Kandell, 1998; Young, 2004).

Bilgisayar ve internet kullanım oranları 16-74 yaş grubundaki bireylerde sırasıyla %53,5 ve %53,8 oldu. Bu oranlar erkeklerde %62,7 ve %63,5 iken, kadınlarda %44,3 ve %44,1'dir. Bilgisayar ve internet kullanım oranları, 2013 yılında %49,9 ve %48,9'du. İnterneti 2014 yılının ilk üç ayında hemen her gün veya haftada en az bir defa kullanan 16-74 yaş grubu düzenli internet kullancılarının oranı %44,9 oldu. Bu oran, 2013 yılının aynı döneminde %39,5'ti (TÜİK, 2014).

Birleşmiş Milletler'e (BM) bağlı Uluslararası Telekomünikasyon Birliği (UTB), 2014 yılında dünyada internet kullancı sayısı 3 milyarı geçtiğini bildirmiştir. Ayrıca, Türkiye'deki internet kullancı sayısı 46 milyonu aştığını bildirmiştir (<http://www.internetworldstats.com/stats.htm>, erişim tarihi 7 Mayıs 2015).

Problemlili internet kullanımı, kullanıcının çevrimiçi kullanımını, kontrol yeteneğini, mesleki ve sosyal problemlere neden olabilecek derecede etkileyen yeni ve tanınmamış klinik bir rahatsızlık (Young, 2007); internetin aşırı kullanılması isteğinin önüne geçilememesi, internete bağlı olmadan geçirilen zamanın önemsiz olması, internetten yoksun kalındığında aşırı sinirlilik ve saldırganlık halinin olması ve kişinin iş, sosyal ve ailevi hayatının bozulması (Arısoy, 2009); internetin aşırı kullanılması, bu aşırı kullanımın kontrol altına alınamaması ve kişinin yaşamında önemli problemler yaratması (Morahan-Martin and Schumacher, 2000); bireyin ev, iş, okul, sosyal ya da psikolojik hayatında zorluk yaratan “aşırı kullanım” (Beard and Wolf 2001), sosyal, akademik veya mesleki olumsuzluklar oluşturan bilişsel ve davranışsal belirtilerden meydana gelen, çok boyutlu bir sendrom (Caplan, 2005) olarak tanımlanmıştır.

Aşırı internet kullanan bir birey, internet bağımlılığının bütün belirti ve davranışlarını göstermeyebilmektedir (Beard and Wolf, 2001). Aşırı internet kullanımı kavramında bireylerin normalden ya da planladığından daha uzun süre internette kaldığı belirtilmiştir. Aşırı internet kullanımı kavramı daha çok olumsuzluk ifade etmesine rağmen, bir bireyin ödev ya da iş amaçlı internette uzun süre kalması problem oluşturmamakta ve bağımlılığa neden olmayabilmektedir (Caplan, 2005). İnternet bağımlısı olan kullanıcılar, film-müzik siteleri, oyun siteleri, sohbet odaları, pornografik siteler, topluluk siteleri vb. sitelerde daha çok zaman harcarken, internet bağımlısı olmayan kullanıcılar haber, alışveriş ve eğitim sitelerinde zaman harcamaktadırlar (Kim and Kim, 2002).

Bağımlılık kavramı, bir madde ya da davranışı kullanmayı bırakamama veya kontrol edememe şeklinde tanımlanabilmektedir (Egger and Rauterberg, 1996). Hem madde bağımlılıklarında hem de davranış bağımlılıklarında; davranış ya da eylemi kontrol edememe ve olumsuz sonuçlarına rağmen davranış ya da eylemin süreklilik arz etmesi bağımlılık kavramının ortak özellikleri olarak görülmektedir (Henderson, 2001). Her madde kullanımında bağımlılık oluşmadığı gibi her davranışa karşı da bağımlılık oluşmayabilir. İnternet kullanımının bir bağımlılık türü olarak karşımıza çıkmasındaki temel nedenlerden biri “kullanım miktarı” olduğu görülmektedir (Chou et al., 2005).

Griffiths'e (1999) göre, kimyasal olmayan davranışsal bağımlılıklar, insan-makine etkileşimine dayanmaktadır. Bilgisayar oyunları oynama gibi aktif bir

bağımlılık şeklinde olabilir ve genellikle ilgili davranışın bağımlılık oluşturuıcı uyarıcı ve pekiştirici özellikleri vardır.

Davranışsal bağımlılıklar da alkol-madde bağımlılıkları gibi bağımlılığın ana bileşenleri olan fiziksel ve psikolojik etkilerden; zihinsel meşguliyet, duygu-durum değişkenliği, tolerans, yoksunluk, kişilerarası çatışma ve tekrarlama (relaps) özelliklerini sergilerler (Griffiths, 1996).

Amerikan Psikiyatri Birliği'nin sınıflandırma sistemi olan DSM-IV-TR'de 'İnternet Bağımlılığı' yer almamaktadır. Ancak DSM-5'te "İnternette Oyun Oynama Bozukluğu (Internet Gaming Disorder)" yer almaktadır. DSM-5'te internette oyun oynama bozukluğu için 12 aylık bir süre içerisinde belirlenen dokuz kriterden beş ya da daha fazlasının karşılanması ve internetin genellikle diğer oyuncularla oynanan oyunlar ile klinik olarak önemli bir bozukluk ve sıkıntıya yol açan sürekli ve tekrarlanan kullanımı olarak tanımlanmaktadır. Bunun yanı sıra, internette oyun oynama bozukluğu kriterleri kumar oyunlarını içermeyen internet oyunlarını da içerir. Bir mesleki aktivite, sosyal kullanım ve ya cinsellik kullanımı içeren internet kullanımı internette oyun oynama bozukluğunun kapsamına giremez (American Psychiatric Association [APA], 2013).

Bireyin, internet başında uzun zaman harcamasından bağılı olarak bireyde baş, göz ve kas ağrıları gibi fiziksel problemler oluşabilmektedir. Aşırı internet kullanımının bağımlılığa dönüşmesi ile kaygı, üzüntü, depresyon, hoşgörü eksikliği gibi (Zsolt et al., 2008) zihinsel problemler de meydana gelebilmektedir.

Öğrencilerin internet teknolojileriyle iç içe bulunmaları, hem olumlu hemde olumsuz sonuçlarının ortaya çıkmasına neden olabilmektedir. Akademik başarı gibi olumlu sonuçları olduğu halde internet bağımlılığı gibi olumsuz sonuçların da oluşmasına yol açabilmektedir (Nalwa and Anand, 2003).

Üniversite öğrencilerinin gelişimsel özellikleri göz önüne alındığında kimlik gelişimi önemli bir kavram olarak karşımıza çıkmaktadır (Ceyhan, 2010). Ayrıca, Erikson (1968) kimlik oluşumunun ergenlik dönemi (12-21 yaş) içerisinde gerçekleştiğini öne sürmüştür. Özellikle üniversite yıllarına denk gelen ileri ergenlik (18-21 yaş) döneminde kimlik gelişimi tamamlanmaktadır. Kimlik oluşumu açısından en büyük kazanımlar üniversite yıllarında meydana gelmektedir. Çünkü bireyin

üniversitedeki sosyal çevresi kimlik gelişimi için deneyim çeşitliliği sunmaktadır (Waterman, 1982'den akt., Ward III, 2000).

Herhangi bir ruhsal sorunu olmayan ergenlerin bile 'chat odalarında' saatlerce kalmaları, internetteki porno siteleri, alışveriş siteleri, şans ve bilgisayar oyunları veya hobi sayfalarını planlanandan fazla kullanımları, ileride internet kullanımına bağımlı hale geldikleri ve ruhsal sorunlar yaşamaya başladıkları yapılan araştırmalarla ortaya konmuştur (Young, 1996). Bireyin interneti sosyalleşme amaçlı ile kullanması internet bağımlılığı riskini arttırmakta ve bireyin toplumdan uzaklaşmasına neden olabilmektedir (Thatcher and Goolam, 2005).

Ma'ya (2011) göre, aşırı internet kullanan bireyler incelendiğinde, internet kullanımı genellikle yararlı ve yapıcı olmasına rağmen bireyleri antisosyal yapmaktadır. Bu sorunların nedenlerinin anlaşılması, araştırmacılara ve eğitimcilere bu sorunların çözümünde yardımcı olabilir. Örneğin, internetin antisosyal kullanımını engellemek ve pozitif kullanımını teşvik etmek için eğitim programları geliştirilebilir.

1.1. Araştırmanın Amacı ve Önemi

Özellikle son yıllarda, bilgisayarın ayrılmaz bir ögesi haline gelen internet günlük yaşamın vazgeçilmezleri arasında yerini almıştır. İnternetin bu derece hızlı gelişmesinin ve insan yaşamında önemli bir yere sahip olmasının bazı nedenleri bulunmaktadır. Bunlardan bazıları; internetin ülke, kültür ya da toplum farklı gözetmeksizin tüm insanlara ulaşan ve tüm dünyayı saran kolay erişilebilir bir ağ olması, farklı yaş grupları tarafından ve farklı amaçlara yönelik olarak kullanılabilmesi gibi etkenler olduğu belirtilebilir. Ayrıca internetin iletişim, haber, bilgi ve oyun gibi çeşitli unsurları bünyesinde bulundurarak insan yaşamını kolaylaştırması ve zaman kazandırmasına ek olarak eğlence amacı taşıyan çok kapsamlı kullanım alanı olması insan yaşamı için önemli görülmektedir (Murali and George, 2007).

İnternette herkes eşittir. Herkes kendini ifade etmek için eşit şartlara sahiptir. İnternet bireylere ayrımcılık yapmaz. Bireyler sosyal statü, ırk ya da cinsiyet farkı olmaksızın aynı düzeydedir. Gerçek hayatta insanın dış görünüşüne bakıp yorumlar

yapma gibi durumlar internette yaşanmaz. Bu olgu “internet demokrasisi” olarak adlandırılmaktadır (Bayraktutan, 2005).

İnternet bağımlılığı ile ilgili birçok epidemiyolojik çalışma yapılmış ve genel olarak internet bağımlılığının toplumdaki yaygınlığı %6-14 arasında olduğu ortaya konmuştur (Greenfield, 1999; Kubey, Lavin and Barrows, 2001; Morahan and Schumacher, 2000; Scherer, 1997). Bilgisayar ve internet kullanım oranlarının en yüksek olduğu yaş grubu 16-24'tür. Bilgisayar ve internet kullanımı tüm yaş gruplarında erkeklerde daha yüksek orandadır (TUİK, 2014).

İnternet gençliği, günlük hayatıyla internet kullanımını bütünleştirmiştir. Bu gençler, sanal mekânlarda dolaşan, internet ile ilgili olguları gündelik faaliyetleri arasında önemli bir yere koyan, sanal dünya gezginleridir. Bu durumun ilerlemesi ile gençliğin sanal ilişkilerinde artma, gerçek ilişkilerinde zayıflama, giderek gerçekliği kaybetme, toplum dışına itilme ve yalnızlaşma riskiyle karşı karşıya oldukları düşünülmektedir (Yılmaz, 2006).

Aşırı internet kullanımı, gençlerde yalan söyleme, sorumluluklarını yerine getirmeme, uyku bozukluklarından kaynaklanan sorunlar, kolayca kaçma, yüz yüze iletişim kurmakta zorlanma gibi sorunlara neden olabilir. Bu davranışlar zamanla içselleşebilir ve yetişkin bir birey olduğunda davranış halini alabilir. Ayrıca gençlerin internette olumlu yetişkin modellerden yoksun kalmaları, olumlu davranışların içselleştirilmesini de güçleştirebilir (Ögel, 2012: 95).

Türkiye genelinde 2014 – 2015 öğretim yılında toplam 3.628.800 lisans öğrenci varken, bu öğrencilerden 416.787 İstanbul'da eğitim görmektedir (Yüksek Öğretim Kurumu [YÖK], 2015)

Üniversite öğrencileri problemleri internet kullanımı açısından en riskli gruplardan biri olduğu için üniversite öğrencilerinde internet bağımlılığı yaygınlığını araştırmak ve üniversite öğrencileri arasındaki internet kullanımı ve bağımlılığına ilişkin bazı demografik ve tanımlayıcı bilgiler elde etmek amaçlanmıştır. Bu çerçevede yapılan çalışmayla internet bağımlılığı konusunun bir kez daha irdelenmiş olması ve yapılacak diğer çalışmalara da katkı sağlaması hedeflenmiştir.

1.2. Araştırmanın Problem Cümlesi

Araştırmanın problem cümlesi “Üniversite öğrencilerinde internet bağımlılığı yaygınlığı nedir?” olarak belirlenmiştir.

1.3. Araştırmanın Alt Problemleri

1. Üniversite öğrencilerinde internet bağımlılığı, risk grubunda ve internet bağımlısı olmayanların yaygınlığı nedir?
2. Üniversite öğrencilerinin cinsiyetine göre, internet bağımlılığı puanları arasında anlamlı bir farklılık var mıdır?
3. Üniversite öğrencilerinde internet bağımlılığı eğilimi ile günlük internet kullanım süresi arasında anlamlı farklılaşmalar var mıdır?
4. Üniversite öğrencilerinde internet bağımlılığı eğilimi ile haftalık internet kullanım saati arasında anlamlı farklılaşmalar var mıdır?
5. Üniversite öğrencilerinde internet bağımlılığı eğilimi ile internet kullanmaya başlama yılları arasında anlamlı farklılaşmalar var mıdır?
6. Üniversite öğrencilerinde internet bağımlılığı eğilimi ile ebeveyn eğitim düzeyi arasında anlamlı ilişki var mıdır?

1.4. Araştırmanın Sayıtları

Öğrencilerin kendilerine yöneltilen ölçeklere doğru, yansız ve samimi cevaplar verdiği varsayılmıştır.

1.5. Araştırmanın Sınırlılıkları

1. Bu araştırma evreni, İstanbul ilinin Üsküdar İlçesinde bulunan T.C. Üsküdar Üniversitesi'nde öğrenim gören lisans öğrencileri ile sınırlıdır.
2. Bu çalışmada elde edilen veriler, “İnternet Bağımlılık Ölçeği ve Kişisel Bilgi Formu”ndan alınan sonuçlarla sınırlıdır.
3. Araştırma verileri, kullanılan ölçeğin ‘self-report’ olarak ölçtüğü nitelikler ile sınırlıdır.

1.6. Tanımlar

Aşağıda araştırma için gerekli olan bazı tanımlar yer almaktadır.

İnternet: Dünyanın farklı coğrafi mekânlarında bilgisayarların birbirlerine bağlanarak oluşturdukları ve milyonlarca kullanıcının aynı anda veya farklı zamanlarda kullandığı bir iletişim ağı veya ağlar ağı olarak tanımlamak mümkündür (Yalçın, 2003: 77).

Bağımlılık: Yasa dışı madde kullanımından, rüşvet yemeye, çikolata yeme bağımlılığına kadar insanoğlunun bağımlılık sergilediği birçok kötü alışkanlıkları vardır. Bağımlılığın anlaşılması güç yapısına karşın, başlıca 3 önemli özelliği vardır: birincisi o şey için çok güçlü istek duymak, ikincisi zaman kontrolünü kaybetmek, son olarak da ısrarcı olmaktır (Shaffer et al., 2000: 162).

İnternet bağımlılığı: İnternet bağımlılığı, patolojik kumar oynama gibi, madde kullanımına bağlı olmayan bir çeşit dürtü-kontrol bozukluğudur (Young, 1996).

BÖLÜM II

İLGİLİ YAYIN VE ARAŞTIRMALAR

2.1. İnternetin Tarihsel Gelişimi

İnternet fikri ilk olarak 1960'larda yani Soğuk Savaş döneminin en gerilimli yıllarında, dönemin Sovyet Sosyalist Cumhuriyetler Birliği'nden bilimsel ve teknolojik yönden geri kalmak istemeyen Amerika Birleşik Devleti (ABD) hükümeti tarafından ortaya atılmıştı. Bunun üzerine 1962 yılında bir grup bilgisayar bilimci tarafından Intergalactic Computer Network adlı bir proje tasarlandı ve gerekli altyapı çalışmalarına başlandı. Günümüzde hayatımızın önemli bir parçası olan internetin ilk adımları atılmış oldu.

Daha sonraki yıllarda gerekli bilgisayar teknolojilerinin ve teknik altyapının geliştirilmesinin ardından ABD'nin en önemli üniversiteleri ARPANET (Advanced Research Projects Agency Network) adı verilen bir ağ çerçevesinde birbirine bağlandı (1969). ARPANET, daha sonraları gittikçe gelişerek küresel çapta işleyen bir sistem haline getirildi ve dünyanın dört bir yanındaki üniversiteleri ve kurumları birbirine bağlamaya başladı. Başlangıçta işleyişleri pek de güvenilir olmayan ağ protokolleriyle çalışan ARPANET, 1973-1983 yılları arasında ABD'li bilim adamları Robert Kahn ve Vinton Cerf tarafından teknik açıdan daha güvenilir bir sistem haline getirildi.

ARPANET, Soğuk Savaş döneminin bitimine kadar başarılı bir şekilde hizmet verdi ve 28 Şubat 1990'da dönemin ABD hükümetinin bir kararıyla resmen kapatılarak tahtını günümüz internetine devretti. 1990'lı yılların İngiliz fizikçi ve bilgisayar bilimci Tim Berners-Lee'nin World Wide Web (www) protokolünü geliştirmesiyle hepimizin bildiği ikinci internet dönemi başladı (<http://www.nkfu.com/internetin-tarihsel-gelisimi/>, erişim tarihi: 8 Mayıs 2015).

2.2. Türkiye’de İnternetin Tarihsel Gelişimi

12 Nisan 1993 yılında Türkiye Bilimsel ve Teknolojik Araştırma Kurumu (TÜBİTAK) ve Orta Doğu Teknik Üniversitesi (ODTÜ) işbirliği ile Türkiye global internete bağlanmıştır. 64 kbit/san hızında ki bu hat ODTÜ’den uzun bir süre ülkenin tek çıkışı olmuştur. Daha sonra Ege Üniversitesi (1994), Bilkent Üniversitesi (1995) ve Boğaziçi Üniversitesi (1995) bağlantıları gerçekleştirilmiştir. Haziran 1996 tarihinde TÜBİTAK bünyesinde Ulusal Akademik Ağ ve Bilgi Merkezi(ULAKBİM) adıyla yeni bir merkez kurulmuştur.

ULAKBİM’in temel görevlerinden biri en yeni teknolojileri kullanarak Türkiye çapında tüm eğitim ve araştırma kuruluşlarını birbirine bağlayacak hızlı bir iletişim ağı kurmak ve bu ağ aracılığı ile bilgi hizmetleri vermektir

(<http://ulakbim.tubitak.gov.tr/tr/kurumsal/ulaknet-tarihcesi>, erişim tarihi: 11 Mayıs 2015).

2.3. İnternet Bağımlılığı ve Tanı Kriterleri

Genel olarak internet bağımlılığı, “bilgisayar başında internete bağlı olarak gereğinden fazla zaman geçirme problemi” olarak tanımlanmaktadır (Young, 1996).

DSM-5’te internette oyun oynama bozukluğu (Internet Gaming Disorder) için önerilen tanı ölçütleri:

1. İnternet oyunları ile meşgul olma. (Kişi önceki oyun aktivitesi hakkında düşünür ya da bir sonraki oyunu oynamayı bekler; internet oyunu günlük yaşama egemen aktivite olur).
2. İnternette oyun oynarken internetin elinden alınmasıyla geri çekilme belirtileri. (Bu belirtiler genellikle sinirlilik, kaygı ya da üzüntü olarak ortaya çıkar, ama bunlar farmakolojik geri çekilmenin fiziksel işaretleri değildir).
3. Tolerans (internet oyunları ile meşguliyyete artan miktarda zaman harcama ihtiyacı).

4. İnternet oyunlarına girmeyi kontrol etmedeki başarısız girişimler.
5. İnternet oyunlarının bir sonucu olarak ve internet oyunları haricinde, önceki hobi ve eğlencelerine ilginin kaybı.
6. Psikolojik problemleri bilmesine rağmen internet oyunlarının devam eden aşırı kullanımı.
7. İnternet oyunlarının miktarı hakkında aile üyelerine, terapistlere ya da diğerlerine yalan söyleme.
8. Olumsuz bir ruh halinden kurtulmak ya da onu rahatlatmak için internet oyunlarının kullanımı. (Örneğin; çaresizlik, suçluluk, kaygı duyguları).
9. İnternet oyunlarına katılımından dolayı önemli bir ilişkiyi, işi ya da eğitimle ilgili ya da kariyer fırsatını riske atma ya da kaybetme.

On iki aylık bir süre içinde önerilen dokuz kriterden beş ya da daha fazla kriterin karşılanması ve internetin genellikle diğer oyuncularla oyunlar oynama ile klinik olarak önemli bir bozukluk ve sıkıntıya yol açan sürekli ve tekrarlayıcı kullanımı olarak tanımlanmıştır (American Psychiatric Association [APA], 2013).

İnternette oyun oynama bozukluğu (Internet Gaming Disorder) normal aktivitelerin bozulma derecesine bağlı olarak hafif, orta ya da şiddette seyredebilir. Hafif şiddetli internette oyun oynama bozukluğu olan bireylerin yaşantılarında daha az belirti ve bozulma görülmektedir. Normal aktivitelerinde bozulma fazla ise şiddetli internette oyun oynama bozukluğu görülmektedir. Bu bireyler bilgisayarda daha fazla zaman harcar ve ilişkilerinde, kariyerlerinde ya da akademik yaşantılarında daha ciddi zarar alacaklardır (APA, 2013).

DSM-5'te internette oyun oynama bozukluğunun toplum sağlığı açısından önemli olduğu belirtilmektedir. Gelecekte yapılacak olan araştırmalar internette oyun oynama bozukluğunun (yaygın olarak internet kullanım bozukluğu, internet bağımlılığı veya oyun bağımlılığı olarak da adlandırılır) bağımsız bir bozukluk olarak değer göreceği ve kumar oynama bozukluğunda olduğu gibi yaygınlık, klinik süreç ve olası genetik etkileri tanımlamak için epidemiyolojik çalışmaların olması gerektiği belirtilmektedir (APA, 2013).

İnternette oyun oynama bozukluğu, madde kullanım bozukluklarının belirtileriyle benzer olan, ilerleyen kontrol kaybı, tolerans ve geri çekilme belirtilerini içeren bilişsel ve davranışsal belirtiler ile sonuçlanan aşırı ve uzun internet oynama modelidir. Madde ile ilgili bozukluklara benzer olarak, internette oyun oynama bozukluğu olan birey diğer aktivitelerini ihmal etmesine karşın bilgisayar başında oturmaya devam etmekte ve oyun aktiviteleri ile meşgul olmaktadır. Bu aktiviteler için çoğunlukla günde 8-10 saat ya da daha fazla ve haftalık en az 30 saat zaman ayırmaktadır. Bireyin bilgisayar kullanımı ve tekrar oyuna dönmesi engellendiğinde tedirgin ve sınırlı olmakta ve uzun süreler bilgisayar başında kalmak için sık sık uykusuz ya da aç kalmaktadırlar. Bunun yanı sıra, okul, iş ya da aile sorumlulukları gibi normal sorumluluklarını yerine getirmemektedir. İnternette oyun oynama bozukluğu, para faktörü olmadığı için internetten kumar oynama bozukluğundan ayrılmaktadır (APA, 2013).

Davranış tabanlı bağımlılıklar yeme, kumar, seks bağımlılıklarının yanı sıra insan-makine etkileşiminin olduğu teknolojik bağımlılıkları da içine almaktadır (Griffiths, 1999).

Griffiths'e (1999) göre davranış tabanlı bağımlılıkların tanı ölçütleri şunlardır:

Dikkat çekme (Salience): Bir eylem, bireyin yaşamının en önemli parçası haline geldiğinde dikkat çekme meydana gelir. Eylem bireyin tüm düşünce, davranış ve duygularını etkiler ve hakim olur. İnternet bağımlılığı üzerinden örneklemek gerekirse bireyler internette değilken bile bir sonraki internet kullanacakları zamanı düşünürler.

Ruh Hali Değişimi (Mood Modification): Bu durum, belirli bir etkinlik ile uğraşma sonucu kişinin belirttiği öznel deneyimleriyle ilgilidir. Örneğin, birey internete bağlandığında kendisinde bir canlanmanın oluşması, kendini mutlu ve huzurlu hissetmesidir.

Tolerans (Tolerance): Eylemin geçmiş deneyimlerle aynı hazzı vermesi için arttırılma sürecidir. Örneğini, internet kullanıcısı başlangıçta kısa sürede yaşadığı ruh haline erişebilmek için internette geçirdiği zamanı arttırması gerekmektedir.

Yoksunluk (Withdrawal Symptoms): Arzu edilen eylem engellendiğinde ya da devam etmediğinde ortaya çıkan olumsuz duygu ve fiziksel etkilerdir. Örneğin, bir

internet bağımlısının internete girmesi engellendiğinde, kişide fiziksel belirti olarak titreme, huysuzluk ve sinirlilik hallerinin oluşmasıdır.

Çatışma (Conflict): Çatışma iç ve dış olarak karşımıza çıkabilir. Dış çatışma, bağımlı kişinin çevresindekilerle arasındaki sosyal ya da iş alanındaki anlaşmazlıkları kapsar. İç çatışma ise bireyin kendi kendisiyle yaşadığı anlaşmazlıkları kapsar.

Nüks Etme (Relapse): Belirli bir etkinliğin bitirildikten veya söndürüldükten sonra tekrar oluşması eğilimi olup yıllar süren kaçınma ya da kontrolden sonra tekrar bağımlılığın en uç düzeyine dönülmesidir. Örneğin, internet bağımlısı tedavi gördükten sonra ilerleyen zamanda internet kullanımını kontrol etmeye çalışırken tekrar bağımlı olmasıdır.

2.4. İnternet Bağımlılığı ile İlgili Yaklaşımlar

Bu bölümde, internet bağımlılığı kavramını inceleyen ve açıklayan çeşitli araştırmacıların görüşlerine yer verilmiştir.

2.4.1. Young'ın İnternet Bağımlılığı ile İlgili Görüşleri

Young (1996), internet bağımlılığı tanımını ilk ortaya atan ve ilk tanı ölçütlerini oluşturan araştırmacılardandır. Young'a (1996) göre internet tıpkı kumar gibi bağımlılık yaratmaktadır. İnternet bağımlılarının çeşitli dürtü kontrol bozukluğu belirtileri gösterdiğini belirtmiştir.

İnternet bağımlılığı genel olarak internetin aşırı kullanılması isteğinin önüne geçilememesi, internete bağlı olmadan geçirilen zamanın önemini yitirmesi, internetten yoksun kalındığında aşırı sinirlilik hali ve saldırganlık olması ve kişinin iş, sosyal ve aile hayatının giderek bozulması olarak tanımlanabilir (Young, 2004).

Young (1996) internet bağımlılığını; akademik, sosyal ve mesleki zararlara yol açması yönleriyle madde veya alkol bağımlılığına benzetmiştir.

Young (1996) tarafından ortaya konan tanı ölçütleri şunlardır:

1. İnternet ile aşırı zihinsel uğraşmak (sürekli olarak interneti düşünme, internette yapılan aktivitelerin hayalini kurma, internette yapılacak olan bir sonraki etkinliği planlamak ve düşünmek).
2. İstenilen keyfi almak için giderek daha fazla oranda internet kullanma ihtiyacı hissetmek.
3. İnternet kullanımını kontrol etmeye, azaltmaya veya tamamen bırakmaya yönelik başarısız girişimlerin olması.
4. İnternet kullanımının azaltılması ya da tamamen kesilmesi halinde huzursuzluk ve kızgınlık hissetmek.
5. Aşırı internet kullanımı nedeniyle aile, okul, iş ve arkadaş çevresiyle sorunlar yaşamak, hayata dair olan fırsatı tehlikeye atmak ya da kaybetmek.
6. Başkalarına internette geçirdiği süre ile ilgili yalan söylemek.
7. İnterneti problemlerden kaçmak ya da olumsuz duygulardan uzaklaşmak için kullanmak.

Young'ın tanımladığı sekiz kriterden beş tanesinin yaşanması durumunda kişi bağımlı olarak nitelendirilebilmektedir.

2.4.2. Suler'in İnternet Bağımlılığı Kuramı

Suler (1996)'e göre insanların ihtiyacı, bir sistem etrafında düzenlenmiştir. Bireyin psikolojik sağlığının yerine getirilebilmesi için ihtiyaçlarının giderilmesi gerekmektedir. İhtiyaçların bilinçli olarak gerçekleştirilmesi kişinin patolojisinin ve bağımlılığının giderildiğinin göstergesi olduğunu belirtmiştir.

Suler (1996) internetteki çevrimiçi etkileşimlerin Maslow'un ihtiyaçlar hiyerarşisinde yer alan ihtiyaçlara karşılık geldiği sonucuna varmıştır. İnternetteki etkileşimlerin nasıl oluştuğunu, insanların sağlıklı veya patolojik internete nasıl dahil olduğunu açıklamıştır.

- *Fizyolojik ihtiyaçlar*, ilk seviye ihtiyaçlardır. Birey cinsel ihtiyaçlarını gidermek için interneti kullanabilir. Bireyin internet üzerinde pornografik grafikler, hikâyeler araştırmaya başlayıp cinsel ihtiyaçlarını giderebilmek için interneti patolojik düzeyde kullanacağını savunur.
- *Kişilerarası temas ihtiyacı*, iletişim ihtiyacını internet üzerinden karşılayabilir. Kişinin kendi bilinçdışı dinamiklerini, internet ortamındaki iletişimle karşılamaya başlamasıyla kişi “bağımlı” hale gelir.
- *Öğrenme ve saygınlık ihtiyacı*, birey saygınlık için bilgi evrenine ulaşmalıdır. Birey, internet üzerinde parmaklarının ucunda tüm dünyanın olduğunu, sınırsız bir bilgi evreninin bulunduğunu kabul eder. Bu bilgi evrenine ulaşabilmek için bireyin sürekli internete girmek zorunda olması, bağımlılığa sebep olmaktadır.
- *Ait olma ihtiyacı*, internet ortamı belli bir gruba ait olma ihtiyacının karşılandığı bir yerdir. Birey, sosyal onay ve gruptan dışlanma gibi korkulardan dolayı da internetten vazgeçmemektedir.
- *Kendini gerçekleştirme ihtiyacı*, hiyerarşinin en üstüdür. Birçok kişi, internetin teknik ve sosyal boyutlarına girerek kendisinin ilgi, tutum, içsel potansiyelinin ve daha önce gizli olsa bile çeşitli yönlerini fark edebilmektedir (Suler, 1996).

Suler (1999) sağlıklı ve problemlili internet kullanımının fark edilmesinde aşağıdaki sekiz faktörün yardımcı olabileceğini belirtmiştir:

1. *İnternetteki etkinliğin karşıladığı ihtiyaçların sayısı ve türü*: İnternet kullanıcıları fiziksel, kişisel, kişilerarası veya manevi ihtiyaçlarını karşılıyor olabilir. Bireyin ihtiyaçları arttıkça internete girme sıklığı da buna bağılı olarak artar.
2. *Karşılanmamış ihtiyaçların altında yatan yoksunluğun derecesi*: Karşılanmamış ihtiyaçların yarattığı yoksunluk derecesi kullanma sıklığını arttırmaktadır. İnternet karşılanmamış ihtiyaçların kolayca karşılandığı bir yerdir.
3. *İnternet aktivitesinin türü*: İnternetteki aktivitelerin niteliği ve sayısı ne kadar çok sayıda ise birey o kadar çok interneti kullanır. İnternetteki aktivitelerin

çokluğu kullanıcının ihtiyaçlarına cevap verebilir. Örneğin, sosyalleşmeyi ve oyunu bir arada barındıran, aynı zamanda görsel ve yazılı iletişimi içeren etkinlikler daha cazip olabilmektedir.

4. *İnternetin kullanıcının gerçek hayattaki işlevselliğine etkisi:* İnternet kullanıcısının sağlık, kariyer başarısı, arkadaşları ve ailesiyle iletişiminin bozulmuş olması patolojisinin ciddiyetini göz önüne koyar.
5. *Bunaltıya dair öznel duygular:* Depresyon, hayal kırıklığı, öfke, suçluluk ve yabancılaşma duygularının fazlaşması patolojik internet kullanımının uyarıcı işaretleri olarak ortaya çıkar.
6. *İhtiyaçlar hakkında bilinç düzeyindeki farkındalık:* Suler (1999)'e göre karşılanmayan ihtiyaç doyurulmadığı sürece bireyin yoğun internet kullanımı yoluyla bir ruhsal boşalım sağlanmaktadır.
7. *Deneyim ve dâhil olma süreci:* İnternet kullanıcıları deneyim kazandıkça, internet etkinliklerinin gerçek hayat ihtiyaçlarını doydurmadığının farkına varırlar. Böylece, internetin cazibesi kaybolur.
8. *Gerçek hayat ve sanal hayat arasındaki denge ve bütünleşme:* Sağlıklı internet kullanımı, internet etkinlikleri ile gerçek dünya ilişkilerinin dengelemesidir. Gerçek hayat ve sanal hayatı bütünleştirebilir ve aktarmalar yapabilir. Patolojik internet kullanımı ise gerçek hayattan soyutlanmış “çevrim içi” bir hayat ile sonuçlanır (Suler, 1999).

2.4.3. Goldberg’in İnternet Bağımlılığı ile İlgili Görüşleri

İnternet bağımlılığı ilk kez Goldberg tarafından “madde bağımlılığı” kriterleri kullanarak tanımlanmıştır.

Goldberg (1999) tarafından DSM-IV'te yer alan “madde bağımlılığı” kriterleri kullanarak yapılan internet bağımlılığı kriterleri;

1. Aşağıdakilerden biriyle tanımlanan tolerans gelişimi:
 - İstenen keyfin alınabilmesi için belirgin olarak artmış internet kullanım süresi.

- Aynı sürelerde internet kullanımından alınan keyifte azalma olması.
2. Aşağıda tanımlanan şekilde yoksunluk gelişmesi ağır ve uzun süreli internet kullanımı sonunda aşağıdakilerden en az 2 tanesinin günler içinde ortaya çıkması (1 ay içinde ortaya çıkabilir) ve kişilerin bunlardan dolayı iş alanında, sosyal alanda ve önemli işlevsel alanlarda sıkıntı yaşamaması.
 - Psikomotor ajitasyon.
 - Bunaltı.
 - İnternette neler olduğu hakkında takıntılı düşünceler.
 - İnternet hakkında fanteziler ve hayal kurma.
 - İsteyerek ya da istemeyerek tuşlara basma hareketi yapma.
 - Bu sıkıntılı durumlardan kurtulmak için internete veya benzeri servislere bağlanma.
 3. İnternet kullanımı genellikle planlandığından daha uzun süreler alır.
 4. İnternet kullanımını bırakmak veya denetim isteği olmasına rağmen boşa çıkan çabalar vardır.
 5. İnternet ile ilgili kısa sürede tamamlanabilecek eylemlere bile çok uzun süreler ayrılır.
 6. İnternet kullanımı için önemli toplumsal, mesleki etkinlikler veya boş zaman etkinlikleri bırakılır ya da azaltılır.
 7. İnternet kullanımı, neden olduğu tüm olumsuzluklara (uykusuzluk, evlilik problemleri, işe ve randevulara geç kalma vb.) rağmen aşırı olarak devam eder.

On iki aylık bir dönem içinde herhangi bir zaman ortaya çıkan yukarıdaki maddelerin üç tanesi veya daha fazlasıyla kendini gösteren, klinik olarak belirgin bir bozulmaya ya da sıkıntıya yol açan uygunsuz internet kullanımı olması gerekmektedir (Dinç, 2010; DiNicola, 2004).

Konuyla ilgili önemli çalışmalar yapan Goldberg'in internet bağımlılığı tanımlanması için geliştirdiği tanı ölçütleri listesi, Young'ın listesine benzemekle birlikte DSM sistemine daha yakın bir listedir (Dinç, 2010).

2.4.4. Beard ve Wolf'ün İnternet Bağımlılığı ile İlgili Görüşleri

Beard ve Wolf (2001), Young'ın tanımladığı sekiz ölçütü iki grupta toplamış, ilk beşini internet kullanım işlevselliği olarak gruplandırmışlardır. İkinci gruptaki üç madde ise kişilerin internet kullanımından dolayı zarara uğraması olarak gruplanmıştır. Buna göre tekrar düzenlenen internet bağımlılığı tanı ölçütleri verilmiştir.

Bireyin “internet bağımlısı” olduğundan bahsedilebilmesi için aşağıdaki beş ifadenin tümünün mutlaka yaşanıyor olması gerekmektedir:

1. İnternet ile ilgili aşırı zihinsel uğraş (bir önceki internet aktivitesi ya da bir sonraki çevrimiçi oturumu beklemek)
2. İnternete bağlı kalma süresinde artışa ihtiyaç duyma
3. İnternet kullanımını azaltmaya yönelik başarısız girişimlerde bulunma
4. İnternet kullanımının azaltılması durumunda yoksunluk belirtileri
5. Başlangıçta olduğundan daha uzun süre internete bağlı kalma

Aşağıdaki ifadelerden ise en az bir tanesi sağlanmış olmalıdır:

- a. İnternetin aşırı kullanılması yüzünden ilişkiler, okul ya da işle ilgili sorunlar yaşama
- b. İnternete bağlı kalabilmek için aile üyelerine, danışmana ya da başkalarına yalan söyleme
- c. İnternete bağlı kalındığı süre içerisinde duygu değişikliği olması (interneti umutsuzluk, suçluluk, anksiyete, depresyon gibi duygulardan kaçış yolu olarak kullanma) (Beard and Wolf, 2001)

2.4.5. Davis'in Bilişsel-Davranışçı Kuramı

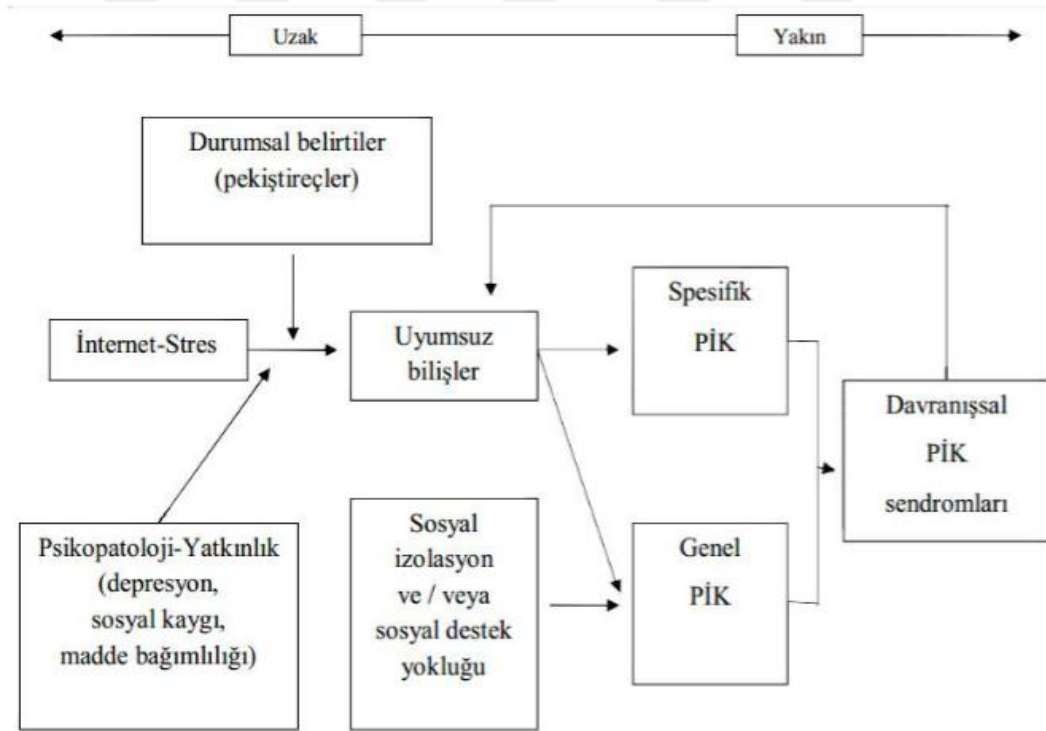
Sağlıklı internet kullanımı, bilişsel-davranışçı yaklaşım tarafından kişinin kendi koşulları içerisinde makul bir süre, belli bir amaç doğrultusunda, gerçek iletişimle internet iletişimin farklarına vararak ve farklı bir kimliğe bürünmeden kullanma

olaraktanımlanır (Davis, 2001).

Davis (2001), patolojik internet kullanımını internet kullanma amacına göre 'özüml' ve 'yaygın' olarak ikiye ayırmıştır.

- Özüml tipte internet kullanımı çevrimiçi seks, oyun, kumar veya alışveriş gibi özel amaçlar için kullanılır. Bireyin amacı doğrudan internet kullanmak değildir, bir hedefe ulaşmak için internetin kullanılmasıdır.
- Yaygın patolojik internet kullanımında ise, amaç doğrudan internet kullanmaktır. İnternetin kullanım amacı ya çok çeşitlidir, ya da belli bir amaç olmadan çok fazla zaman harcanması söz konusudur. 'Çevrimiçi' olduğunda hissedilen sosyal bağ ve destek duygusu, çevrimiçi kalmaya yönelik isteği artırır ve internet kişinin dış dünyayla olan ana bağlantısı haline gelir.

Şekil 1. Davis'in (2001) Patolojik İnternet Kullanımını (PİK) Açıklamakta Kullandığı Bilişsel- Davranışçı Süreç Modeli



Davis'ten (2001, s. 190) alınmıştır.

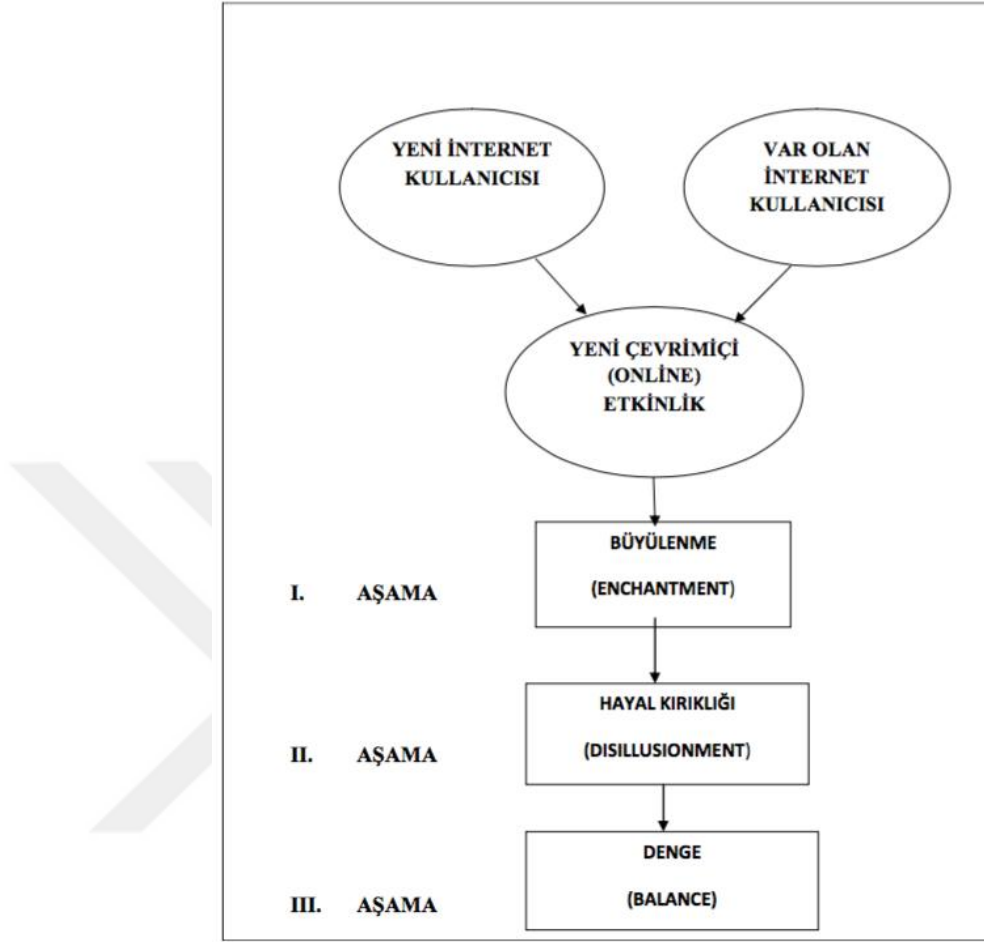
Davis (2001)'in modeline göre patolojik internet kullanımının oluşmasına neden olan uzak ve yakın sebepler vardır. Uzak sebepler bağımlılığa olan yatkınlıktır. Bunlar da depresyon, sosyal anksiyete, diğer bağımlılıklar gibi altta yatan psikopatolojilerdir ve problemlili internet kullanımına neden olabilmektedir. Patolojik internet kullanımına zemin hazırlayan yakın sebepler ise insanın kendisi ve dünya ile ilgili olumsuz bilişleridir (düşük benlik değeri, kendini yetersiz görme). Patolojik internet kullanımı sadece yatkınlıkla değil yatkınlığın üzerine stresör (gerginleştirici) etkenlerin de eklenmesi ile ortaya çıkmaktadır. Bu süreçte kişinin hayatına internetin girmesi ile kişi olumsuz bilişsel şemalarını internet üzerinde telafi ederek yeni bilişsel şemalar oluşturur. Bu sırada birey gerçek hayatındaki problemlerinden de uzak kalabilmektedir. Yeni bilişsel yapılandırma sürecinde “Ben sadece internet ortamında iyiyim.”, “İnternet bana saygı duyulan tek yer.”, gibi bilişsel çarpıtmalar oluşmaktadır. Bu bilişsel çarpıtmalar sonucunda birey özgül patolojik ya da genel patolojik internet kullanımına yönelecek ve oluşan yeni bilişsel yapı, pozitif pekiştiricilerle güçlenecektir.

2.4.6. Grohol’ün İnternet Bağımlılığı ile İlgili Görüşleri

Grohol (2012)’e göre, insanı internet bağımlısı yapan faktör sosyalleşmedir. Birey interneti sosyalleşmek için kullanır. Gerçek hayatında ulaşamadığı sosyalleşmeyi internet ortamında sahip olmak istemektedir. İnternet ortamındaki sosyalleşmenin ne kadar sağlıklı olduğu ise tartışmalı bir konudur.

Grohol (2012) patolojik internet kullanımının sosyal temelli bir davranış olduğunu savunmuştur. İnternetin yeni ve eski kullanıcılarında üç aşamalı basit bir geçiş olduğunu belirtmiştir (Şekil 2). Bu aşamalar; Büyülenme, hayal kırıklığı ve denge aşamasıdır.

Şekil 2. Grohol'ün İnternet Bağımlılığı Modeli



Grohol'den (2012) alınmıştır.

Birinci aşama, *büyülenme aşamasıdır*. Bu aşamada yeni, heyecan verici, alışık olmadığı, zevk verici bir çevre kişiyi internette tutmaktadır. Birey internetteki yeni bir teknoloji ya da uygulamayla adeta büyülenmiştir. Büyülenme ikinci aşamaya geçilene kadar internetin aşırı kullanımına neden olmaktadır. Bazı kişiler birinci aşamada takılıp kalabilir ve ilerleyemezler böyle bir durumda kişilerin üçüncü aşamaya geçebilmesi için yardım almaları gerekmektedir.

İkinci aşama, *hayal kırıklığı aşamasıdır*. Bu aşamada internet kullanımını azalır. Bunun nedeni bireyin büyülenme aşamasında keyif aldığı etkinliklere alışması ve keyif almamaya başlamasıdır. Hayal kırıklığı ve sıkılma sonucunda kaçınma başlar ve bu davranış üçüncü aşamaya geçene kadar devam eder.

Üçüncü aşama, *denge aşamasıdır*. Bu aşamada, aşırı internet kullanımı biter. Denge aşaması, internet ve gerçek hayat arasında dengeyi kurdukları aşamadır. Birey internet kullanımını normal düzeye indirmiştir (Grohol, 2012).

2.5. İnternet Bağımlılığı ve Üniversite Öğrencileri

Üniversite öğrencilerinin büyük çoğunluğu ileri ergenlik (18-21 yaş) döneminde bulunmaktadır. Bu dönemin gelişimsel sorunlar içermesi gibi çeşitli faktörler nedeniyle aşırı internet kullanımı ile ilişkili problemler geliştirmeye daha eğilimli (Ceyhan, Ceyhan ve Gürcan, 2007) oldukları belirlenmiştir.

Bu dönemde, psikolojik olgunluğa erişip, erişkin bir birey olunmuştur. Ailenin tavsiye ve değer yargılarının kabullenildiği, ergenlik boyunca öğrenilen, gözlenen, deneyim kazanılan doğru ve yanlışların harmanlanarak kişiliğin oluştuğu dönemdir. Adolesanlar bu dönemde artık kişiliklerini oluşturur ve toplum içinde sorunları üstlenebilecek sorumluluğa sahip bireyler olurlar. Kimlik duygusu oluşur. Pubertal değişimler kabullenilir. Yaşıtlar artık daha az önemlidir ve yerini derinlemesine ilişkilere bırakır. Aile kurma ve evlilik planları yapılmaya başlanır. Uygulanabilir gerçekçi meslek seçimleri yapılır. Sonunda genç; kimlik duygusu edinmiş, yakın ilişkiler kurabilme, kendine iş ve eş seçebilme gibi becerileri kazanmış ve toplum içinde erişkin rollerini üstlenecek sorumluluğa sahip olmuştur (Öztürk, 2013).

Üniversite öğrencilerinin yaşamlarındaki psikolojik ve çevresel faktörler onların internet bağımlılığı yaşamalarına yol açabilmekte (Hall and Parsons, 2001) ve pek çok öğrenci için internet bir seçenek haline gelebilmektedir (Hall and Parsons, 2001; Kandell, 1998). Dolayısıyla, üniversite öğrencilerinin internet bağımlılığı geliştirmeye daha yatkın (Kandell, 1998; Nalwa and Anand, 2003; Niemz, Griffiths and Banyard, 2005) ve en riskli popülasyon (Young, 2004) olduğu belirtilebilir.

İnternetin; ailenin ve arkadaşların yerini alması, gençlerin gelecekteki yaşamlarına yönelik olumsuzluklara ve gerçek dünyayı yanlış kaynaklardan öğrenmesine neden olabilir. Ailelerin, gençlerin internet kullanımında bir kontrol ve takip sistemi gerçekleştirilmemesi, genç bireylerin internette olumsuz yönde etkilenerek

bağımlı olma riskini daha da arttırabilir (Yılmaz, Şahin, Haseski ve Erol, 2014)

İnterneti kullanım amacının, bağımlılıkta büyük etken olduğu söylenebilir. DiNicola (2004) üniversite öğrencileri üzerinde yaptığı çalışmasında; en sık kullanılan çevirim içi etkinliğe bağımlı öğrencilerin %15,7'si e-posta derken, bağımlı olmayan öğrencilerde bu oran %31, bağımlı öğrencilerin %5,9'u çevirim içi oyun derken bağımlı olmayan öğrencilerde bu oran %3,2, bağımlı öğrencilerin %53'ü sohbet derken bağımlı olmayan öğrencilerde bu oran %49,3 olarak belirlenmiştir. Ayrıca, bağımlı öğrencilerin %2'si alışveriş/açık artırma derken bağımlı olmayan öğrencilerde bu oran %1,3, bağımlı öğrencilerin %13,7'si internette sörf derken bağımlı olmayan öğrencilerde bu oran %7,1, bağımlı öğrencilerin %5,9'u pornografi derken bağımlı olmayan öğrencilerde bu oran %0,01, bağımlı öğrencilerin %2'si dosya/müzik paylaşımı derken bağımlı olmayan öğrencilerde bu oran %5,7 olduğunu bulunmuştur.

2.6. İnternet Bağımlılığının Üniversite Öğrencileri Üzerindeki Olumsuz Etkileri

Üniversite öğrencilerinin interneti yüksek kullanım oranları, onların gelişimsel ve içinde buldukları çevresel özellikler ile açıklanmaktadır. Üniversite yerleşkelerinde internet erişiminin kolay olması ve öğrencilerin esnek bir programa sahip olmaları gibi özelliklerden dolayı internet kullanımı oldukça yaygınlık göstermektedir (Kandell, 1998).

Bireyler internet ortamında sürekli olarak “ideal” kimliklerini de gösterebilmektedirler. Bu durum ise ergenin genellikle bireysel kimlik değerlendirmelerinin gerçekçi olmayan bir biçimde şişmesine yol açabilmektedir. Ayrıca sürekli olarak sahte kimlik örüntülerini kullanmak, bireyleri psikolojik olarak incinebilir duruma getirebilmektedir (Ward III, 2000).

Böylece ergenler interneti gerçek yaşam sorumluluklarından ve gerçek kimliklerinden kaçmaya yardımcı olarak görmeye başlayabilmekte ve sanal dünyaya daha çok teslim olabilmektedirler (Huang, 2006; Yang and Tung, 2007). Bu durum ise problemlili/patolojik internet kullanımına yol açabilmektedir (Ceyhan, 2010).

DiNicola (2004) üniversite öğrencileri ile yaptığı çalışmasında, internet

kullanıcıları arasında bağımlı olan ile bağımlı olmayan bireyler arasındaki farklılıkları şu şekillerde saptamıştır:

- Zihnin çevirim içi aktivitelerle meşgul olması; bağımlı öğrencilerin %60,8'inde görülürken, bağımlı olmayan öğrencilerin %5,3'ünde görülmüştür.
- Tolerans durumu; bağımlı öğrencilerin %70,6'sında bulunurken, bağımlı olmayan öğrencilerin %9,9'unda bulunmuştur.
- İnternet kullanmayı azaltma girişiminde başarısız olma; bağımlı öğrencilerin %58,8'inde saptanırken, bağımlı olmayan öğrencilerin %5,5'inde saptanmıştır.
- Yoksunluk durumu; bağımlı öğrencilerin %74,5'inde rastlanırken, bağımlı olmayan öğrencilerin %10,5'inde rastlanmıştır.
- İnternetin problemlerden kaçış için kullanımı; bağımlı öğrencilerin %94,1'inde görülürken, bağımlı olmayan öğrencilerin %20,9'unda görülmüştür.
- İnternette geçirdiği zamanı gizlemek için yalan söyleme; bağımlı öğrencilerin %38'inde belirlenirken, bağımlı olmayan öğrencilerin %4'ünde belirlenmiştir.
- İnternette yasal olmayan aktiviteleri kullanma; bağımlı öğrencilerin %40'ında saptanırken, bağımlı olmayan öğrencilerin %17,3'ünde saptanmıştır.
- Arkadaşlık ilişkilerini riske atma, bağımlı öğrencilerin %9,8'inde belirlenirken, bağımlı olmayan öğrencilerin %1,2'sinde belirlenmiştir.
- İnternette geçirdiği zamandan suçluluk duyma; bağımlı öğrencilerin %33,3'ünde görülürken, bağımlı olmayan öğrencilerin %4,3'ünde görülmüştür.

İnternet bağımlılığının ya da problemlili internet kullanımının bireylere etkileri genel olarak şöyle sıralanabilir (Caruso, 1998; Lin and Tsai, 2002; Nalwa and Anand, 2003; Young, 2004; Kwiatkowska et al., 2007; Murali and George, 2007; Karaca, 2007):

- Bireyin hem aile hem de arkadaş ilişkilerinde zayıflama ya da kopmaların yaşanması,

- Okuldaki performans ve akademik başarıda olumsuzlukların yaşanması,
- Düzensiz beslenme, hareketsizlik vb. nedenlerden ötürü fiziksel sağlık problemlerinin oluşabilmesi,
- Ruhsal çöküntülerin oluşabilmesi ve hoşgöründen uzaklaşmaların yaşanabilmesi,
- Depresyon düzeylerinin artması gibi psikolojik problemlerin oluşabilmesi,
- Sosyalleşme sürecinde problemlerin oluşabilmesi,
- Uykusuzluk çekme ya da düzensiz uyku alışkanlığına neden olabilmesi,
- İnternet dışındaki diğer etkinliklere karşı isteksizliğin oluşabilmesi gibi.

Problemlili internet kullanımı kavramı, bireylerin internet kullanımından dolayı yaşamlarının aile ve iş gibi önemli boyutlarında yaşanan bozulmalar, sürekli olarak kullanımı kontrol etmede yaşanan başarısızlık ve kompulsif kullanım ile tanımlanmaktadır (Kim and Davis, 2009).

İnternet kullanım süresinin artmasına bağlı olarak yalnızlık, sosyal yalıtım, saldırganlık gibi duygusal ve davranışsal bozuklukların, genel sağlık sorunlarının ve depresyon belirtileri artmaktadır. (Kubey, Lavin and Barrows, 2001; Kerber, 2005).

DiNicola (2004) üniversite öğrencileri üzerinde yaptığı çalışmasında, öğrencilerin %1,2'si sosyal ilişkilerde, %7,9'u akademik başarıda, %20,7'si uyku konusunda, %14'ü dersleri kaçırmaya ya da derslere geç kalma konusunda internet kullanımının olumsuz etkilerinin olduğunu belirtmiştir.

Üniversite yıllarına denk gelen ileri ergenlik ve genç yetişkinlikte kimlik gelişiminin kritik bir gelişimsel ihtiyaç olduğu (Erikson, 1968) dikkate alındığında, internet bağımlılığının üniversite öğrencilerindeki yaygınlığının incelenmesi büyük önem taşımaktadır.

2.7. Konuyla İlgili Yurt Dışı ve Yurt İçinde Yapılan Araştırmalar

Bu bölümde, internet bağımlılığı ile ilgili yurt dışında yapılmış çalışmalardan daha sonra yurt içinde yapılmış çalışmalardan söz edilecektir.

2.7.1. İnternet Bağımlılığıyla İlgili Yurt Dışında Yapılan Araştırmalar

Young, internet bağımlılığı kavramını ilk ortaya atan kişidir. İnternet bağımlılığını DSM-IV'ün patolojik kumar oynama ölçütlerine göre uyarlamıştır. Bu uyarlamadan elde ettiği internet bağımlılığı ölçütlerini kullanarak bir araştırma yapmıştır. Bu ölçütlerden en az beş tanesine “evet” yanıtı veren katılımcılar “internet bağımlısı” olarak sınıflandırılabilir. Young araştırmasında, örneklemini internet kullanıcılarını arayan bir ilana cevap verenlerden (self-selected) seçmiştir. Katılımcıların çoğunluğu (% 60) kadınlardan oluşmaktadır. Araştırmada seçilen 496 kişiden ölçeği yanıtlamaları istenmiştir. Örnekleme, 396 kişi "internet bağımlısı" olarak tanımlanmış, bu grup 100 kişilik "bağımlı olmayan internet kullanıcıları" grubu ile karşılaştırılmıştır. Bu çalışmada, internet bağımlısı olan bireyler haftada 38,5 saat internet kullanırken, bağımlı olmayan bireyler haftada 4,9 saat internet kullandıkları ortaya konulmuştur.

Araştırmada şu sonuçlara elde edilmiştir:

- İnternetteki etkileşim fonksiyonu arttıkça, buna bağlı olarak bağımlılık da artmakta,
- İnternet bağımlısı olan grup bağımlı olmayan gruba kıyasla, aile, sağlık, mesleki, sosyal ve parasal anlamda hayatlarının pek çok alanında zarar görmektedir (Young, 1996).

Chak ve Leung (2004), ergenlerde internet bağımlılığının utangaçlık ve kontrol odağı ile ilişkisini ortaya koyan bir araştırma yapmışlardır. Katılımcıların %36'sı erkek, %64'ü kadın olan örneklem grubu 722 kişiden oluşmaktadır. Katılımcıların yaş aralığı 12-26 olarak tanımlanmıştır. Araştırmada katılımcıların %14,7'sinde internet

bağımlılığı tespit edilmiştir. Araştırmada utangaç katılımcıların daha çok çevrim içi oyun ve haber gibi internet etkinlikleri kullanırken, kontrol odaklı katılımcıların çevrim içi oyunlarda kendilerine sınırlama getirdikleri ortaya çıkmıştır.

Ng ve Hastings (2005), internet bağımlılığı ve çevrim içi oyun bağımlılığını araştırmışlardır. Katılımcılar anketi internet üzerinden doldurmuşlardır. Anketi 91 kişi cevaplamıştır. İnternette haftalık çevrim içi oyun oynama süresi olarak, katılımcıların %13'ü 7-10 saat, %25'i 11-20 saat, %34'ü 21-40 saat, %11'i 40 saat ve üstü zaman geçirdikleri görülmüştür. Katılımcıların yalnızlıklarını gidermek ve öz güven kazanmak için oyun oynadıkları ortaya koyulmuştur. İnternet bağımlılığının aile, okul ve ilişki problemlerine neden olabileceği belirtilmiştir.

Jiang ve diğer. (2012), Çin'de 697 (382 erkek ve 315 kız) öğrenci ile araştırma yapmışlardır. Veri toplama aracı olarak: İnternet Bağımlılığı Ölçeği, Üç Boyutlu Kişilik Envanterinden yararlanılmıştır. Araştırmada katılımcıların %6,9'unda internet bağımlılığı saptanmıştır. Araştırmada erkek cinsiyet, genç yaş, alkol ve sigara ile internet arasında pozitif ilişki bulunmuştur.

Young ve Rogers (1998), 259 kişinin (130 erkek, 129 kadın) katıldığı bir araştırma yapmışlardır. Çalışmalarında, patolojik internet kullanımıyla depresyon arasındaki ilişkiyi incelemişlerdir. Patolojik internet kullanımını değerlendirmek için DSM-IV'ün patolojik kumar oynama ölçütlerini temel alarak oluşturulmuş bir anket kullanmışlardır. Depresyonu değerlendirmek için de Beck Depresyon Envanterini kullanmışlardır. Araştırmada, patolojik internet kullanıcılarında hafif ve orta düzeyde depresyon görülme olasılığının daha yüksek olduğunu göstermiştir. Bunu yanı sıra, depresyonun da kişinin patolojik internet kullanımı geliştirmesine neden olan önemli faktörlerden olduğu bulunmuştur.

Tsai ve Lin (2001), Tayvan'da 753 gencin bilgisayar ağı ve internet bağımlılığına olan yaklaşımları arasındaki ilişkiyi araştırdıkları çalışmalarında, katılımcılar arasından anket cevaplarına göre 90 internet bağımlısını inceleme için seçmişlerdir. Sonuç olarak gençlerin internete ilişkin tavırlarının, internet bağımlılığının oluşmasında etkili olduğu belirtilmiştir.

Bakken ve arkadaşları (2009), Norveç'te 16 ile 74 yaş arasındaki 3,399 katılımcı ile gerçekleştirdikleri araştırmada, internet bağımlılığının yaygınlığını ve risk

faktörlerini bulmaya çalışmışlardır. Genç yaştakilerin, erkeklerin, üniversite düzeyinde eğitim görenlerin ve tatmin etmeyen finansal durumları olan katılımcıların yüksek oranda bağımlı ve risk altında oldukları bulunmuştur.

Nichols ve Nicki (2004), yaşları 18 ile 24 arasında değişen, 207 üniversite öğrencisi(120 erkek, 87 kadın) ile yaptıkları çalışmada internet bağımlılığının ölçümünü bulmaya çalışmışlar ve aynı zamanda bilgisayar kullanımını tetikleyen faktörleri incelemişlerdir. Katılımcıların %72'si haftada 1-5 saat arası, %15'i 6-10 saat arası, %11'i 11-15 saat arası, %13'ü 16 saat üzeri internet kullandıklarını belirtmişlerdir. Katılımcıların internet kullanma amaçları: %78 akademik, %91 e-mail, %30 oyun, %33,8 chat, %40,6 müzik, %22,2 sanal seks ve porno olduğu belirtilmiştir.

Leung (2004), 1977 ve 1997 arasında doğan bireyleri evde bilgisayarı olan, video oyunları oynayan ve interneti kullanarak büyüyen ilk nesil oldukları için “net jenerasyonu” olarak adlandırmıştır. Çalışmasını 16–24 yaş arasındaki 699 net jenerasyonu üzerinde yapmıştır. İnternet bağımlısı olanların, bağımlı olmayanlara göre nasıl farklılık gösterdiğini incelemiştir. Net jenerasyonundan genç kız öğrencilerin internet bağımlısı olma eğiliminde olduğu ve çevrim içi oyunlarda sanal dünyaları kontrol etmekten hoşlandıkları belirtilmiştir. İnternet bağımlılarının daha az televizyon izleme eğiliminde olduğu sonucu tespit edilmiştir.

Li ve Chung (2006), araştırmada internet kullanım işlevi soru formu ile Çin İnternet Bağımlılık Ölçeğini 76 üniversite öğrencisine uygulamışlardır. İnterneti sosyal işlevi için kullananlarda internet bağımlılığı riskinin daha yüksek olduğu belirlenmiştir. Sosyal işlev kullanıcılarında, internet kullanım problemleri olan dürtüsel kullanım, geri çekilme, tolerans, zaman idare sorunu ve sağlık sorunlarının oluşmasının daha olası olduğu belirlenmiştir.

Sanders, Field, Diego ve Kaplan (2000), çalışmalarında yüksek düzeyde internet kullanımının, gençler arasında depresyon ve sosyal yalnızlıkla bağlantılı olup olmadığını araştırmışlardır. 89 (37 erkek- 52 bayan) lise son sınıf öğrencisi katılımcı olarak yer almıştır. İnternet kullanım düzeyi düşük olan katılımcıların anne-baba ve arkadaşlarıyla ilişkilerinin daha iyi olduğu tespit edilmiştir. Bunlarla birlikte internet kullanım düzeyi ile depresyon arasında bir ilişkiye rastlanmamıştır.

İnternet bağımlılığı konusu, yurt dışında 1990'lı yılların sonuna doğru araştırılmaya başlanmış, son yıllarda popüler halde gelmiştir. Ülkemizde ise 2000'li yıllardan itibaren çalışılmaya başlanmıştır.

2.7.2. İnternet Bağımlılığıyla İlgili Yurt İçinde Yapılan Araştırmalar

Günüç, Türkçe internet bağımlılık ölçeği geliştirmek amacıyla bir çalışma yapmıştır. Ölçek maddeleri, DSM-IV, ilgili alan yazın taranarak ve öğrencilerin düşünceleri alınarak veriler oluşturulmuştur. Bu çalışmanın sonucunda yüksek güvenilirlikte ve geçerlikte internet bağımlılık ölçeği geliştirilmiştir (Günüç 2009: 92). Ortaöğretim kademesinde yer alan 754 bireyle yaptığı çalışmasında % 10,1'inin internet bağımlısı olabileceğini ifade etmiştir. İnterneti hem yıl hem de günlük kullanım miktarları arttıkça bağımlılık düzeyinin de arttığını ortaya koymuştur.

Canan (2010), üniversite öğrencilerinde internet bağımlılığı, disosiyatif belirtiler ve sosyo-demografik özellikler arasındaki ilişkiyi araştırmıştır. Çalışmaya, 1034 üniversite öğrencisi katılmıştır. Disosiyatif Yaşantılar Ölçeği, İnternet Bağımlılığı Ölçeği ve Sosyo-demografik Veri Formu veri toplama aracı olarak kullanılmıştır. Araştırmada, 101 öğrencide internet bağımlılığı olduğu gösterilmiştir. Araştırmada katılımcıların, 603'ünün sohbet, 156'sının video izleme, 149'unun oyun oynama, 77'sinin web-sörf, 32'sinin ders çalışma, 17'sinin e-posta amacıyla interneti kullandıkları belirlenmiştir. Araştırmada, alkol ve sigara kullananlarda internet bağımlılığı eğilimi daha fazla olduğu tespit edilmiştir.

Kayri ve Günüç (2010), Nichols ve Nicki'nin (2004) geliştirmiş olduğu "İnternet Bağımlılık Ölçeği'nin (Internet Addiction Scale) Türkçeye uyarlanması, yapı geçerliğinin ve iç tutarlılığının belirlenmesi amaçlı bir araştırma yapmışlardır. Yüzüncü Yıl Üniversitesi'nden 277 öğrenci katılımcı olarak alınmıştır. Yapılan ölçek uyarlamasıyla birlikte çalışma grubundaki bağımlılık düzeyleri de incelenmiştir. Üniversite öğrencilerin % 12,64'ünün internet bağımlısı olma yolunda risk içerisinde oldukları ve % 12,26'sının da internet bağımlısı olduğu tespit edilmiştir.

Üçkardeş, üniversite öğrencilerinde internet bağımlılığı oranını belirlemek ve

internet bağımlısı öğrenciler ile normal internet kullanımı olan öğrenciler arasında sosyo-demografik ve internet kullanım özelliklerinin karşılaştırılmasını amaçlayan bir araştırma yapmıştır. Çalışma grubu 910 üniversite öğrencilerinden oluşmuştur. Araştırmada, internet bağımlısı oranı % 2 iken, riskli internet kullanım oranı % 20,9 olarak bulunmuş ve sosyo-demografik özellikler açısından anlamlı bir fark bulunmamıştır (Üçkardeş, 2010: 60).

Türkiye’de, üniversite öğrencilerinin internet kullanım davranışlarını anlamaya (Atıcı ve Dikici, 2003; Balcı ve Ayhan, 2007; Bölükbaşı, 2003; Oral, 2004) ve problemlili internet kullanımına yönelik (Ceyhan, 2008; Ceyhan, Ceyhan ve Gürcan, 2007; Ceyhan, 2010; Öztürk, Odabaşoğlu, Eraslan, Genç ve Kalyoncu, 2007) bazı araştırmalar bulunmaktadır.

Ayrıca, internet bağımlılığını çeşitli etkenlerle inceleyen (Akınoğlu, 2002; Ayas, 2012; Ayas ve Horzum, 2013; Bayraktar, 2001; Cengizhan, 2005; Durak, Batıgün ve Hasta, 2010; Esen, 2007; Günüş ve Doğan, 2013; İnan, 2010; Taçyıldız, 2010; Tanıdır, 2011; Üneri ve Tanıdır, 2011) ve üniversite öğrencilerinde internet bağımlılığını (Ayaroğlu, 2002; Balkan, 2011; Sargın, 2013; Şahin, 2014; Şenormancı, Saraçlı, Atasoy, Şenormancı, Koptürk ve Atik, 2014) inceleyen birçok araştırma bulunmaktadır.

Yurt dışı çalışmalarında olduğu gibi, ülkemizde de internet bağımlılığı ile ilgili çalışmalar son yıllarda artmıştır.

BÖLÜM III

YÖNTEM

Bu bölümde araştırmanın modeli, evren ve örnekleme, araştırmada kullanılan ölçme araçları ve istatistiksel yöntemlere ait açıklamalar yer almaktadır.

3.1. Araştırma Modeli

Bu araştırmada tarama modeli kullanılmıştır. Bu araştırma modeli çerçevesinde 18-29 yaş grubu üniversite öğrencilerinin internet bağımlılığı yaygınlıkları araştırılmıştır.

Genel tarama modelleri, çok sayıda elemandan oluşan bir evrende, evren hakkında genel bir yargıya varmak amacı ile evrenin tümü ya da ondan alınacak bir grup, örnek ya da örneklem üzerinde yapılan tarama düzenlemeleridir. Tarama türü araştırmalar büyük gruplar üzerinde çalışma olanağı sağlar (Karasar, 2005: 85).

3.2. Evren ve Örneklem

Araştırmanın evrenini, İstanbul İli Üsküdar İlçesinde bulunan T.C. Üsküdar Üniversitesi öğrencileridir.

Araştırmanın örnekleme, Üsküdar ilçesinde bulunan T.C. Üsküdar Üniversitesi'nde öğrenim gören 83'ü kız, 80'i erkek olmak üzere toplam 163 öğrenciden oluşmuştur.

3.3. Veri Toplama Araçları

Verilerin elde edilmesinde “Kişisel Bilgi Formu” ve “İnternet Bağımlılığı Ölçeği” kullanılmıştır.

3.3.1. Kişisel Bilgi Formu

Araştırmada örneklem grubuna, diğer ölçme aracıyla birlikte öğrencilerin demografik (cinsiyet, yaş, sınıf, internet kullanım yeri, amaçları ve sıklığı, internet kullandığı siteler ve ebeveynlerinin eğitim düzeyleri) özelliklerini belirlemek için, araştırmacı tarafından hazırlanmıştır.

3.3.2. İnternet Bağımlılığı Ölçeği (İBÖ)

Nichols ve Nicki (2004) tarafından geliştirilen İnternet Bağımlılık Ölçeği (İBÖ), Temel Bileşenler Analiz (Principle-Component Analysis) yöntemi ile tek faktör altında toplanan 31 maddeden oluşmaktadır. Ölçeğin orijinaline ilişkin iç tutarlılık katsayısı (cronbach alfa) .95 ve ölçeğe ilişkin açıklanan varyans %46.50 olarak tespit edilmiştir. Söz konusu özgün ölçek, 233 lisans öğrencisine uygulanmış ve bireylerin internet bağımlılık düzeylerini belirlemeyi hedeflemektedir.

Kayri ve Günüş (2009) tarafından Türkçe uyarlaması yapılan ölçeğin orijinali 31 maddeden oluşmaktadır. Uyarlamada yapılan analizlerde, dördüncü maddeye ait faktör yük değerinin 0.30'dan düşük olduğu ve bu yönüyle dördüncü maddenin yapı geçerliği açısından tek boyutlu ölçeğe bir katkı sağlamadığı görülmüştür. Bu durum için de tekrar ölçeği geliştirenlerin görüşüne başvurulmuştur ve bu maddenin atılabileceği karara varılmıştır. Böylece ölçek, Türkçe uyarlamada 30 maddeye indirgenmiştir.

3.3.2.1. İnternet Bağımlılığı Ölçeğinin Güvenirlik ve Geçerlilik Analizlerine Ait Bulgular

Açımlayıcı faktör analizi sonucu 30 maddelik Türkçe ölçeğin geçerlik çalışması tamamlanmıştır. Ölçeğe ilişkin güvenirlilik katsayısı da (cronbach alfa) .93 olarak tespit edilmiştir. Tek boyutluluk için yapılan faktör analizinde açıklanan varyans %33.959 olarak tespit edilmiştir.

Maddelere ilişkin yük değerleri .331 ile .712 arasında değişim göstermiştir. Bu durumda tüm maddelerin .30 kritiğinin üstünde bir değere sahip olduğu gözlenmiştir. Bazı sosyo-kültürel, sosyo-ekonomik ve sosyo-psikolojik faktörlerin de her iki çalışmadaki açıklanan varyans değerinin farklı oluşunda etkili olabileceği göz önünde bulundurulmalıdır. Ancak, çalışmada elde edilen açıklanan varyans değerinin .30'dan yüksek ve iç tutarlılık katsayısının da oldukça iyi bir düzeyde olması ölçeğin kullanılabilirliğini desteklemektedir (Kayri ve Günüş, 2009).

Tek faktörlü ölçeklerde açıklanan varyansın %30 ve fazla olması yeterli görülmektedir (Büyüköztürk, 2007). Bu gerekçelerden dolayı Türkçeye uyarlaması yapılan "İnternet Bağımlılık Ölçeği"nin tutarlı ve kullanışlı bir ölçek olduğu sonucuna varılabilir.

3.3.2.2. Ölçeğin Puanlanması

Türkçe uyarlaması yapılan İnternet Bağımlılık Ölçeği 30 maddeden oluşmaktadır. Ölçeğe ilişkin maddelerin tümü olumlu olup, beşli likert dereceleme ile ölçeklenmiştir. Likert formundaki tutumlar "1- Asla 2- Nadiren 3-Bazen 4-Sıklıkla ve 5- Her zaman" şeklinde derecelendirilmiştir. Hesaplama da geçen 3 değeri, likert sıralamadaki "bazen" tutum seviyesine denk gelmektedir. Bu anlamda, ölçeğe ilişkin eşik değeri, likert derecelemedeki orta tutum seviyesine karşılık olarak gelmektedir. Ölçekteki maddelerin toplam puanı 30 ile 150 arasında değişmektedir. Ölçekte bağımlılık taban puanı (3*30) 90 olarak belirlenmiştir (Kayri ve Günüş, 2009).

Ölçek formundan alınan toplam puanlar homojen olma durumlarına göre iki

aşamalı kümeleme analizine tabi tutulmuş olup, her seviyedeki eşik değerler (cut-off) daha detaylı bir şekilde ortaya çıkarılabilmektedir. Kümeleme analizi, ölçekten alınacak toplam puanın, 30 – 60, 61 – 70, 71 – 80, 81 – 89 ve 90 – üstü şeklinde kümelendiğini uygun görmüştür. Böylece, bağımlılık düzeylerinin detaylı bir şekilde ölçülmesi mümkün olabilmektedir. 81 - 89 puan arasındaki bireyler internet bağımlısı olma riski altında olabileceği, 90 ve üstü puan alanların ise internet bağımlısı olabileceği kabul edilmiştir (Kayri ve Günüç, 2009).

3.4. Verilerin Toplanma Süreci

Araştırma verileri 2015-2016 öğretim yılı Ekim ayında toplanmıştır. Araştırma verilerinin toplanması aşamasında ilk olarak T.C. Üsküdar Üniversitesi Bilimsel Araştırmalar Etik Kurulu'nun onayı alınmış, daha sonra T.C. Üsküdar Üniversitesi Sosyal Bilimler Enstitüsü Müdürlüğü'nden gerekli izinler alınmıştır. İzin alındıktan sonra öğretim görevlilerini araştırmanın amacı ve veri toplama araçları hakkında bilgilendirilmiş, öğretim görevlileri tarafından uygun görülen gün ve saatlerde veri toplama araçları öğrencilere uygulanmıştır.

Uygulamalar araştırmacı tarafından gerçekleştirilmiştir. Sınıfta bulunan öğrencilere araştırmanın amacı ve ölçme araçlarının nasıl cevaplandırılacağı konusunda bilgi verilmiştir ve uygulama için gerekli güdülenme sağlanmaya çalışılmıştır. Ayrıca öğrencilerin verdikleri cevapların gizli tutulacağı ve sadece araştırma için kullanılacağı, içten ve samimi bir şekilde cevaplandırmalarının araştırma sonuçları için önemli olduğu belirtilmiştir. Uygulamalar yaklaşık 20 dakika sürmüştür. Uygulamalar sırasında öğrencilerin soruları cevaplanmış, herhangi bir problemle karşılaşılmemiştir. Veri toplama sürecinde toplam 163 üniversite öğrencisine tüm veri toplama araçları uygulanmıştır.

3.5. Veri Çözümleme Teknikleri

Araştırmada kullanılan veri toplama araçlarının uygulanması tamamlandıktan sonra Kişisel Bilgi Formu ve İnternet Bağımlılık Ölçeği'ne ait cevap kâğıtlarının genel

kontrolleri yapılmıştır. Araştırma kapsamında elde edilen veriler, Sosyal Bilimler İstatistik Paket Programı (SPSS, Statistical Package for Social Science) 21.0 programı ile yapılmış ve %95 güven düzeyi ile çalışılmıştır.

Katılımcıların demografik özelliklerine göre ilgili ölçekten elde edilen puanlara ilişkin karşılaştırmalar ile ilgili çözümlenmeler için “Bağımsız Gruplar Mann-Whitney U Testi”, “Kruskal Wallis H Testi” ve “Shapiro-Wilk W Testi” teknikleri kullanılarak değerlendirilmiştir.

Kişisel bilgi formu ve ölçeğe verilen cevaplara göre aşağıdaki istatistiksel analizlere yer verilmiştir:

- Shapiro-Wilk W Testi: Shapiro-Wilk W testi Shapiro ve Wilk tarafından 1965'te geliştirilmiş normallik testleri içinde en güçlü testlerden biridir. Normal dağılım gösteren toplumdaki rasgele seçilen n birimlik X_i gözlemlerinin normallik testi W test istatistiği ile test edilir.
- Bağımsız Gruplar Mann-Whitney U Testi: Bağımsız iki grubun nicel bir değişken açısından karşılaştırılmasında kullanılan test tekniğidir. Söz konusu testin uygulanabilmesi için gruplardan herhangi birinin ya da ikisinin normal dağılım varsayımını sağlamaması gerekir. Mann-Whitney U Testi, gerçek gözlemler yerine sıralama puanlarını kullanır. İki örnek tek bir gözlem dizisine dönüştürülerek sıralama puanlarına dönüştürülür. Bu sıralama puanlarının 1.örneğe ait değerlerinin toplamı R_1 , 2.örneğe ait değerlerinin toplamı R_2 bulunur. Sıra toplamlarının birim sayısına bölünmesi ile sıra ortalamaları hesaplanır. Gruplar arası değerlendirmeler bu ortalama değerleri ile yapılır (Özdamar, 2004:490).
- Kruskal-Wallis H Testi: Bağımsız k grubun ($k > 2$) nicel bir değişken açısından karşılaştırılmasında kullanılan test tekniğidir. Söz konusu testin uygulanabilmesi için gruplardan herhangi birinin ya da ikisinin normal dağılım varsayımını sağlamaması gerekir. Kruskal-Wallis H Testi, parametrik tek yönlü varyans analizinin parametrik olmayan alternatifidir. Gerçek gözlem değerleri yerine sıralama puanları kullanılarak test uygulanır. Sıra toplamlarının birim sayısına bölünmesi ile sıra ortalamaları hesaplanır. Gruplar arası değerlendirmeler bu ortalama değerleri ile yapılır (Özdamar, 2004:494).

Araştırmanın amacı doğrultusunda internet bağımlılığı yaygınlığı; üniversite öğrencilerinde internet bağımlılık durumları ile sosyo-demografik özellikleri açısından anlamlı bir farkın olup olmadığı, internet bağımlısı olan ve olmayan öğrenciler arasındaki ilişki ve internet bağımlılığına etki eden faktörlere ilişkin bulgular elde edilmiştir. Araştırmanın örneklemini 18-29 yaş arası 163 ergenden oluşmaktadır. 163 veri SPSS'e girildikten sonra frekans analizi ile eksik, hatalı veri girilip girilmediği kontrol edilmiş, uç değerlere sahip veri bulunmamıştır.



BÖLÜM IV

BULGULAR VE YORUMLAR

Bu bölümde araştırmanın istatistiksel sonuçları yer almaktadır. Elde edilen bulgular; örneklemin internet bağımlılığı yaygınlığı, internet bağımlılığını etkileyen bireysel ve ailesel faktörler ve kişisel bilgi formundan elde edilen bilgilerle internet bağımlılığının karşılaştırılmasını içermektedir.

4.1. Örneklemin Tanıtıcı Bulgular

Bu bölümde örneklemin belirlenen kişisel bilgilere göre dağılımı verilmiştir.

Tablo 1’de örneklemin cinsiyete göre dağılımı yer almaktadır.

Tablo 1
Örneklemin Cinsiyete Göre Dağılımı

Cinsiyet	n	%
Kız	83	50,9
Erkek	80	49,1
Toplam	163	100

Tabloda görüldüğü gibi, örneklemin % 50,9’u (n=83) kız, % 49,1’i (n=80) erkek öğrencilerden oluşturmaktadır.

Tablo 2’de örneklemin yaşa göre dağılımı verilmiştir.

Tablo 2
Örneklemin Yaşa Göre Dağılımı

Yaş	n	%
18– 21 yaş	87	53,4
22 – 29 yaş	76	46,6
Toplam	163	100

Tablo 2'de görüldüğü gibi, örneklemin % 53,4'ü (n=87) 18 ile 21 yaş arasında olan öğrenciler, % 46,6'sı (n=76) 22 ile 29 yaş arasında olan öğrencilerden oluşturmaktadır.

Tablo 3'de örneklemin sınıfa göre dağılımı verilmiştir.

Tablo 3
Örneklemin Sınıfa Göre Dağılımı

Sınıf	n	%
1.sınıf	43	26,4
2.sınıf	41	25,2
3.sınıf	41	25,2
4.sınıf	38	23,3
Toplam	163	100

Tablo 3'de görüldüğü gibi, öğrencilerin % 26,4'ü (n=43) 1. sınıf; % 25,2'i (n=41) 2. sınıf; % 25,2'si (n=41) 3. sınıf; %23,3'ü (n=38) 4. sınıf öğrencilerinden oluşmaktadır.

Tablo 4'de öğrencilerin internet kullanıp kullanmama durumlarına göre dağılımları bulunmaktadır.

Tablo 4
Örneklemin İnternet Kullanım Durumuna Göre Dağılımı

İnternet Kullanıp Kullanmama	n	%
Evet	163	100
Hayır	0	0
Toplam	163	100

Tablo 4'e göre, öğrencilerin %100'ü (n=163) internet kullanmaktadır.

Tablo 5'de öğrencilerin interneti daha çok nerede kullandıkları verilmiştir.

Tablo 5
Örneklemin İnternet Bağlanma Yeri Göre Dağılımı

İnternet Bağlanma Yeri Göre	n	%
Ev	120	75,9
Diğer	38	24,1
Toplam	158	100

Tablo 5'e göre, öğrencilerin %75,9'u (n=120) interneti evde kullanmaktadır. %24,1'i (n=38) internete diğer (internet kafe, okul, telefon) yerlerden bağlandığını belirtmiştir.

Tablo 6'da öğrencilerin cep telefonunda internet bağlantısı olup olmadığı verilmiştir.

Tablo 6
Örneklemin Cep Telefonunda İnternet Bağlantısı Olup Olmama Durumuna
Göre Dağılımı

İnternet Bağlantısı Olup Olmama	n	%
Evet	158	98,8
Hayır	2	1,2
Toplam	160	100

Tablo 6'da örneklemin cep telefonunda internet bağlantısı olanlar %98,8 (n=158); olmayanlar %1,2 (n=2) olduğu görülmektedir.

Tablo 7'de örneklemin haftalık internet kullanımı süresine göre dağılımı verilmiştir.

Tablo 7
Örneklemin Haftalık İnternet Kullanım Süresine Göre Dağılımı

Haftalık İnternet Kullanım Süresi (gün olarak)	n	%
Haftada 7 gün	155	95,1
Diğer	8	4,9
Toplam	163	100

Örneklemin interneti haftada kullandığı gün sayısına göre incelendiğinde üniversite öğrencilerinin %95,1'i (n=155) 7 gün internet kullanırken; %4,9'u (n=8) 6 gün veya daha az internet kullandıkları görülmüştür.

Tablo 8'de örneklemin günlük internet kullanımı sürelerine göre dağılımı verilmiştir.

Tablo 8
Örneklemin Günlük İnternet Kullanım Süresine Göre Dağılımı

Günlük İnternet Kullanım Süresi	n	%
7 saat ve altı	74	45,4
8 saat ve üstü	89	54,6
Toplam	163	100

Tablo 8'e göre, öğrencilerin %45,4'ü (n=74) 7 saat ve altında internet kullanırken, %54,6'sı (n=89) 8 saat ve üstünde internet kullanmaktadır.

Tablo 9'da örneklemin internet kullanma yıllarına göre dağılımı verilmiştir.

Tablo 9
Örneklemin İnternet Kullanma Yıllarına Göre Dağılımı

İnternet Kullanma Yılları	n	%
4 yıl ve daha az	21	13,0
5-6 yıl	34	21,1
7-8 yıl	58	36,0
9 yıl ve daha fazla	48	29,8
Toplam	161	100

Öğrencilerden interneti 4 yıl ve daha az süredir kullananların oranı %13,0 (n=21); 5-6 yıl olanların oranı %21,1 (n=34); 7-8 yıl olanların oranı %36,0 (n=58); 9 yıl ve daha fazla olanların oranı %29,8'dir (n=48).

Tablo 10'da örneklemin interneti kullanım amaçlarına göre dağılımları verilmiştir.

Tablo 10
Örneklemin İnternet Kullanım Amaçlarına Göre Dağılımı

İnterneti Kullanım Amacı	n	%
Ödev	53	32,5
Oyun	46	28,2
Film-Mp3	52	31,9
Chat	40	24,5
Webde sörf	34	20,9
Alışveriş	30	18,4
Sosyal Paylaşım	90	55,2
Diğer	10	6,1

Tablo 10'da görüldüğü üzere, üniversite öğrencilerinden interneti daha çok ödev hazırlamak amacıyla kullananlar 53, oyun oynamak amacıyla kullananlar 46, Film-Mp3 indirmek amacıyla kullananlar 52, chat yapmak amacıyla kullananlar 40, webde sörf yapmak amacıyla kullananlar 34, alışveriş yapmak amacıyla kullananlar 30, sosyal paylaşım sitelerine girmek amacıyla kullananlar 90, diğer amaçlarla kullananlar 10 kişiden oluşmaktadır. Öğrencilerin büyük çoğunluğu birden fazla amaçla interneti kullandığını ifade etmiştir. Üniversite öğrencilerinin %55,2'si (n=90) en çok sosyal paylaşım sitelerini kullandıklarını belirtmişlerdir.

Tablo 11'de üniversite öğrencilerinin internette en çok kullandığı sitelere göre dağılımı verilmiştir.

Tablo 11
Örneklemin En Çok Kullandığı Sitelere Göre Dağılımı

En Çok Kullandığı Siteler	n	%
Oyun Siteleri	40	24,5
Müzik Siteleri	86	52,8
Eğitim Siteleri	57	35,0
Sohbet İçerikli Siteler	53	32,5
Film Siteleri	72	44,2
Sosyal Paylaşım Siteleri	118	72,4
Cinsel İçerikli Siteler	26	16,0
Spor İçerikli Siteler	31	19,0
Gazete – Tv Siteleri	27	16,6
Bilim ve Teknoloji Siteleri	28	17,2
Alışveriş Siteleri	35	21,5
Başka	3	1,8

Tablo 11'de görüldüğü gibi, üniversite öğrencilerinden internette en çok oyun sitelerini kullananlar %24,5 (n=40); en çok müzik sitelerini kullananlar %52,8 (n=86); en çok eğitim sitelerini kullananlar %35,0 (n=57); en çok sohbet içerikli siteleri (Skype, Msn vb) kullananlar %32,5 (n=53); çok film içerikli siteleri kullananlar %44,2 (n=72); en çok sosyal paylaşım sitelerini (Facebook, Twitter, İnstagram vb) kullananlar %72,4 (n=118); en çok cinsel içerikli siteleri kullananlar %16,0 (n=26); en çok spor içerikli siteleri kullananlar %19,0 (n=31); en çok gazete tv sitelerini kullananlar %16,6 (n=27); en çok bilim ve teknoloji sitelerini kullananlar %17,2 (n=28); en çok alışveriş sitelerini kullananlar %21,5 (n=35); en çok başka siteleri kullananlar %1,8'dir (n=3).

Örneklemin büyük çoğunluğu birden fazla internet sitesi kullandığını ifade etmiştir. Üniversite öğrencilerinin internette en çok sosyal paylaşım sitelerini kullandıkları görülmüştür. Sosyal paylaşım sitelerini, sırasıyla müzik siteleri, film siteleri, eğitim siteleri, sohbet içerikli siteler, oyun siteleri, alışveriş siteleri, spor içerikli,

bilim ve teknoloji siteleri, gazete - Tv siteleri ve cinsel içerikli sitelerin takip ettiği belirlenmiştir.

Tablo 12'de örneklemin internette oyun oynayıp oynamama durumuna göre dağılımları bulunmaktadır.

Tablo 12
Örneklemin İnternette Oyun Oynayıp Oynamama Durumuna Göre Dağılımı

Oyun Oynayıp Oynamama	n	%
Evet	87	53,4
Hayır	76	46,6
Toplam	163	100

Tablo 12'e göre üniversite öğrencilerinin %53,4'ü (n=87) internette oyun oynarken, %46,6'sı (n=76) internette oyun oynamamaktadır.

Tablo 13'de oyun oynayan üniversite öğrencilerinin daha çok hangi tür oyunlar oynadıklarına göre dağılımlarına yer verilmiştir.

Tablo 13
Örneklemin İnternette Oynadıkları Oyun Türüne Göre Dağılımı

Oynadıkları Oyun Türü	n	%
Spor Oyunları	16	9,8
Dövüş Oyunları	23	14,1
Aksiyon Oyunları	39	23,9
Kumar, Şans ve Bahis Oyunları	23	14,1
Strateji Oyunları	43	26,4
Macera Oyunları	35	21,5
Bulmaca Oyunları	22	13,5

Tablo 13'de görüldüğü üzere, üniversite öğrencilerinin %9,8'i (n=16) internette spor oyunları oynamakta; %14,1'i (n=23) dövüş oyunları; %23,9'u (n=39) aksiyon oyunları; %14,1'i (n=23) kumar, şans ve bahis oyunları; %26,4'ü (n=43) strateji oyunları; %21,5'i (n=35) macera oyunları; %13,5'i (n=22) bulmaca oyunları oynadıklarını belirlenmiştir. İnternette oyun oynayan 87 üniversite öğrencisinin birden fazla türde oyun oynadıkları bulunmuştur. Öğrenciler en çok strateji oyunları oynarken bunu sırasıyla aksiyon, macera, dövüş, bulmaca ve spor oyunlarının takip ettiği görülmüştür.

4.2 Örneklemin Anne ve Baba Eğitim Durumu Tanıtıcı Bulguları

Bu bölümde, örneklemin anne ve babalarının eğitim değişkenine göre dağılımı verilmiştir.

Tablo 14'de öğrencilerin annelerinin eğitim durumuna göre dağılımı verilmiştir.

Tablo 14
Örneklemin Anne Eğitim Durumuna Göre Dağılımı

Anne Eğitim Durumu	n	%
İlkokul	108	66,7
Lise	45	27,8
Yükseköğretim	9	5,6
Toplam	162	100

Öğrencilerin %66,7'sinin (n=108) annesi ilkokul mezunu ; %27,8'inin (n=45) annesi lise mezunu; %5,6'sının (n=9) annesi yükseköğretim mezunudur.

Tablo 15'de öğrencilerin babalarının eğitim durumuna göre dağılımı verilmiştir.

Tablo 15
Örneklemin Baba Eğitim Durumuna Göre Dağılımı

Baba Eğitim Durumu	n	%
İlkokul	85	52,1
Lise	46	28,2
Yüksek Öğretim	32	19,6
Toplam	163	100

Örneklemin babalarının eğitim durumu ilkokul mezunu oranı %52,1 (n=85); lise mezunu oranı %28,2 (n=46); yükseköğretim mezunu oranı %19,6 (n=32)'dir.

4.3. Örneklemin İnternet Bağımlılık Durumlarına İlişkin Bulgular

Üniversite öğrencilerinin internet bağımlılık puanlarına göre dağılımları tablo 16'da verilmiştir.

Tablo 16
Örneklemin İnternet Bağımlılık Durumuna İlişkin Bulgular

	Puan Aralığı	n	%
İnternet Bağımlılığı Ölçeği Aralıkları	30-60 puan arası	47	28,8
	61-70 puan arası	28	17,2
	71-80 puan arası	26	16,0
	81-89 puan arası	20	12,2
	90 puan ve üstü	42	25,8
Toplam		163	100

Yapılan analizde 30 – 60 puan aralığında bulunan 47 bireyin oranı %28,8; 61 – 70 puan aralığında bulunan 28 bireyin oranı %17,2; 71 – 80 puan aralığında bulunan 26 bireyin oranı %16,0; 81 – 89 puan aralığında bulunan 20 bireyin oranı %12,2; 90 ve üstü puan aralığında bulunan 42 bireyin oranı %25,8'dir.

Bu veriler ışığında, 163 bireyden 42'inin internet bağımlısı olduğu tespit edilmiştir. Bununla birlikte 81 ve 89 puan aralığındaki bireylerin risk grubunu oluşturdukları düşüncesinin uygun olabileceği kabul edilmiştir. Buna göre, 20 birey internet bağımlılık riski altındalardır.

Tablo 17
Örneklemin İnternet Bağımlılığı Ölçeğine Göre Puanlarının Sonuçları

	N	Minimum	Maximum	Ortalama	ss
İnternet Bağımlılık Ölçeği	163	39,00	130,00	75,43	20,40

Tablo 17'de ankete cevap veren üniversite öğrencilerinin İnternet Bağımlılık Ölçeği puanı ortalaması $75,43 \pm 20,40$ 'tır.

Tablo 18
İnternet Bağımlılığı Ölçeğinin Kolmogorov-Smirnov Testi ve Shapiro-Wilk Testi Sonuçları

	Kolmogorov-Smirnov			Shapiro-Wilk		
	İstatistik	sd	p	İstatistik	sd	p
İnternet Bağımlılık Ölçeği	0,080	163	0,013	0,971	163	0,002

İnternet Bağımlılık puanı ortalaması ölçeği için yapılan normallik analizi sonucu söz konusu ölçek puanının normal dağılım göstermediği belirlenmiştir. İnternet Bağımlılık puanı ortalaması ölçeği için yapılmış olan gruplar arası karşılaştırma testlerinde parametrik olmayan test teknikleri kullanılmıştır.

4.4. Alt Problemlere İlişkin Bulgular

Tablo 19
Farklı Cinsiyet Gruplarının Ölçek Puanı Açısından Karşılaştırılması

	Cinsiyet	n	Sıra Ortalaması	U	P
İnternet Bağımlılık Ölçeği	Kız	83	65,56	1.955,500	0,000
	Erkek	80	99,06		

Farklı Cinsiyet Grupları İçin Yapılan Mann Whitney Testine Göre:

Kızlarla erkekler arasında internet bağımlılığı açısından istatistiksel olarak anlamlı farklılık bulunmaktadır ($p < 0,05$). Kızların internet bağımlılığı puanları sıra ortalaması 65,56; erkeklerin internet bağımlılığı puanları sıra ortalaması 99,06'dır. Buna göre erkeklerin internet bağımlılığı daha yüksektir.

Tablo 20
Farklı Yaş Gruplarının Ölçek Puanı Açısından Karşılaştırılması

	Yaş	n	Sıra Ortalaması	U	P
İnternet Bağımlılık Ölçeği	18 – 21 yaş	87	76,28	2.808,000	0,098
	22 – 29 yaş	76	88,55		

Farklı Yaş Grupları İçin Yapılan Mann Whitney Testine Göre:

Farklı yaş grupları arasında internet bağımlılığı açısından istatistiksel olarak anlamlı farklılık bulunmamaktadır ($p > 0,05$).

Tablo 21
Farklı Sınıf Gruplarının Ölçek Puanı Açısından Karşılaştırılması

	Sınıf	n	Sıra Ortalaması	X2	P
İnternet Bağımlılık Ölçeği	1.sınıf	43	79,29	3,301	0,347
	2.sınıf	41	76,61		
	3.sınıf	41	79,09		
	4.sınıf	38	94,03		

Farklı Sınıf Grupları İçin Yapılan Kruskal Wallis Testine Göre:

Farklı sınıf grupları arasında internet bağımlılığı açısından istatistiksel olarak anlamlı farklılık bulunmamaktadır ($p>0,05$).

Tablo 22
Anne Eğitim Durumu Farklı Olan Grupların Ölçek Puanı Açısından Karşılaştırılması

	Anne eğitim durumu	n	Sıra Ortalaması	X2	P
İnternet Bağımlılık Ölçeği	İlkokul	108	79,19	1,171	0,557
	Lise	45	84,37		
	Yüksek Öğretim	9	94,94		

Annesinin Eğitim Durumu Farklı Olan Gruplar İçin Yapılan Kruskal Wallis Testine Göre:

Öğrencilerin internet bağımlılık ölçeğinden aldıkları puanların farklılaşıp farklılaşmadığını ortaya koymak için yapılan testin sonuçlarına göre annesinin eğitim

durumu farklı olan gruplar arasında internet bağımlılığı açısından istatistiksel olarak anlamlı farklılık bulunmamaktadır ($p>0,05$).

Tablo 23
Baba Eğitim Durumu Farklı Olan Grupların Ölçek Puanı Açısından Karşılaştırılması

	Baba eğitim durumu	n	Sıra Ortalaması	X ²	P
İnternet Bağımlılık Ölçeği	İlkokul	85	79,46	1,948	0,378
	Lise	46	79,43		
	Yüksek Öğretim	32	92,44		

Babasının Eğitim Durumu Farklı Olan Gruplar İçin Yapılan Kruskal Wallis Testine Göre:

Babasının eğitim durumu farklı olan gruplar arasında internet bağımlılığı açısından istatistiksel olarak anlamlı farklılık bulunmamaktadır ($p>0,05$). İnan'ın (2010), çalışması bu bulguyu desteklemektedir.

Tablo 24
İnternet Kullanım Yeri Farklı Olan Grupların Ölçek Puanı Açısından Karşılaştırılması

	İnterneti daha çok nerede kullanıyorsunuz?	n	Sıra Ortalaması	U	P
İnternet Bağımlılık Ölçeği	Ev	120	77,58	2.049,500	0,348
	Diğer	38	85,57		

İnterneti Daha Çok Kullandığı Yeri Farklı Olan Gruplar İçin Yapılan Mann Whitney Testine Göre:

İnterneti çoğunlukla kullandığı yer farklı olan gruplar arasında internet bağımlılığı açısından istatistiksel olarak anlamlı farklılık bulunmamaktadır ($p>0,05$).

Tablo 25
Haftalık İnternet Kullandığı Gün Sayısı Farklı Olan Grupların Ölçek Puanı
Açısından Karşılaştırılması

	Haftada kaç gün internet kullanıyorsunuz?	N	Sıra Ortalaması	U	P
İnternet Bağımlılık Ölçeği	7 gün	155	83,74	350,000	0,038
	Diğer	8	48,25		

Haftalık İnternet Kullandığı Gün Sayısı Farklı Olan Gruplar İçin Yapılan Mann Whitney Testine Göre:

Haftalık internet kullandığı gün sayısı farklı olan gruplar arasında internet bağımlılığı açısından istatistiksel olarak anlamlı farklılık bulunmaktadır ($p<0,05$). Haftanın her günü internet kullananların internet bağımlılığı puanları sıra ortalaması 83,74; diğer olanların internet bağımlılığı puanları sıra ortalaması 48,25'tir. Buna göre interneti haftada 7 gün kullananların internet bağımlılığı daha yüksektir.

Tablo 26
Günlük İnternet Kullanma Saati Farklı Olan Grupların Ölçek Puanı Açısından Karşılaştırılması

	Günde kaç saat internet kullanıyorsunuz?	N	Sıra Ortalaması	U	P
İnternet Bağımlılık Ölçeği	7 saat ve altı	74	64,26	1.980,500	0,000
	8 saat ve üstü	89	96,75		

Günlük İnternet Kullanma Saati Farklı Olan Gruplar İçin Yapılan Mann Whitney Testine Göre:

Günlük internet kullanma saati farklı olan gruplar arasında internet bağımlılığı açısından istatistiksel olarak anlamlı farklılık bulunmaktadır ($p < 0,05$). Günlük 7 saat ve altı internet kullananların internet bağımlılığı puanları sıra ortalaması 64,26; 8 saat ve üstü olanların internet bağımlılığı puanları sıra ortalaması 96,75'tir. Buna göre interneti günlük 8 saat ve üstü kullananların internet bağımlılığı daha yüksektir.

Tablo 27
İnternet Kullanma Yılları Farklı Olan Grupların Ölçek Puanı Açısından Karşılaştırılması

	Ne kadar zamandır internet kullanıyorsunuz?	n	Sıra Ortalaması	U	P
İnternet Bağımlılık Ölçeği	4 yıl ve daha az	21	65,88	13,188	0,004
	5-6 yıl	34	61,43		
	7-8 yıl	58	86,62		
	9 yıl ve daha fazla	48	94,69		

İnterneti Kullanma Yılları Farklı Olan Gruplar İçin Yapılan Kruskal Wallis Testine Göre:

İnterneti kullanma yılları farklı olan gruplar arasında internet bağımlılığı açısından istatistiksel olarak anlamlı farklılık bulunmaktadır ($p < 0,05$). İnterneti 4 yıl ve daha az süredir kullananların internet bağımlılığı puanları sıra ortalaması 65,88; 5-6 yıldır kullananların internet bağımlılığı puanları sıra ortalaması 61,43; 7-8 yıldır kullananların internet bağımlılığı puanları sıra ortalaması 86,62; 9 yıl ve daha fazla süredir kullananların internet bağımlılığı puanları sıra ortalaması 94,69'dur. Buna göre 9 yıl ve daha fazla süredir internet kullananların internet bağımlılığı en yüksektir.



BÖLÜM V

SONUÇ VE TARTIŞMA

Bu bölümde, bulgular bölümünde sunulan araştırma sonuçlarının yorumlanmasına yer verilmiştir.

5.1. Sonuç

Araştırmadan elde edilen bulgular incelendiğinde;

1. 18 yaş ve üstü üniversite öğrencilerinde internet bağımlılığı yaygınlığı %25,8'dir.
2. Erkeklerin internet bağımlılık düzeyi kızlara göre anlamlı düzeyde daha yüksek düzeyde bulunmuştur. Benzer bir sonuçta Morahan-Martin ve Schumacher (2000) ve Wang (2001) çalışmalarında erkek kullanıcıların kız kullanıcılara oranla bağımlılık düzeylerinin daha yüksek olduğunu tespit etmiştir. Bulguları destekler nitelikte, Bölükbaş (2003) internet bağımlılığı ile cinsiyet grupları arasında anlamlı ilişki bulmuş ve erkeklerin internet bağımlılığına daha yatkınlık olduğunu tespit etmiştir.
3. Üniversite öğrencilerinin yaşa göre internet bağımlılık düzeyi anlamlı farklılık göstermemektedir.
4. Sınıflara göre internet bağımlılık düzeyleri anlamlı farklılık göstermemektedir.
5. Bireylerin hem anne hem de babalarının öğrenim durumları ağırlıklı olarak ilkokul mezunudur. Bunun yanında, internet bağımlılığı ve anne-baba öğrenim

durumları arasında anlamlı bir ilişki bulunmamıştır.

6. Örneklemin yarısından fazlasının evinde internete sahip oldukları görülmektedir. Son yıllarda internetin evlerde kullanımının hızla yaygınlaştığı görülmektedir. Hane halkı bilişim teknolojileri kullanım araştırması sonuçlarına göre 2014 yılı Nisan ayında Türkiye genelinde internet erişim imkanına sahip hanelerin oranı %60,2 oldu. Bu oran 2013 yılının aynı ayında %49,1'di. Bunun sebebi ise internet kullanım ücretlerinin düşmesi ve internetin günlük hayatın önemli bir parçası olması gösterilebilir (TİK, 2008). Bunun yanında, evde internet sahipliği ile internet bağımlılığı arasında anlamlı bir fark bulunmamıştır. Bunun nedeni olarak bireylerin evlerinde internet erişimleri olmasa bile interneti cep telefonu, okul, internet kafe gibi ortamlarda kullanabilmeleri gösterilebilir.
7. Haftalık internet kullanım gün sayısı ile internet bağımlılığı durumları arasında istatistiksel olarak anlamlı farklılık bulunmuştur. Öğrencilerde interneti haftada 7 gün kullananların internet bağımlılığı daha yüksektir.
8. İnternet bağımlılığı ile günlük internet kullanma saati arasında istatistiksel olarak anlamlı farklılık bulunmaktadır. İnterneti günlük 8 saat ve üstü kullananların internet bağımlılığı daha yüksektir. İnterneti günlük ya da haftalık kullanım miktarları benzer çalışmalarda da incelenmiş ve bağımlı bireyler ile bağımlı olmayan bireyler arasında kullanım miktarının farklılık gösterdiği tespit edilmiştir. Bu çalışmalardan Simkova ve Cincera (2004) bağımlı olmayan bireylerin haftada ortalama 13 saat interneti kullandığını ve bağımlı bireylerin haftada ortalama 44 saat interneti kullandığını tespit etmiştir. Young (1996), 396'sı internet bağımlısı ve 100'ü internet bağımlısı olmayan kontrol grubu ile yaptığı çalışmada, internet bağımlısı olan bireylerin internet bağımlısı olmayan bireylere göre interneti sekiz kat daha fazla süre kullandıklarını tespit etmiştir. Bayraktar (2001), öğrenciler arasında haftalık kullanım saatlerinin aşırı yüksek olduğu bir çalışmada, internet kullanım süresi arttıkça internet bağımlısı olma riskinin de artmakta olduğunu tespit etmiştir.
9. İnternet bağımlılığı ile internet kullanma yılları arasında istatistiksel olarak anlamlı bir ilişki bulunmuştur. Örnekleimde 9 yıl ve daha fazla süredir internet kullananların internet bağımlılığı daha yüksektir.

5.2. Tartışma

İnternet bağımlılığının davranış tabanlı bir bağımlılık olması nedeniyle, tanısında testler, ölçekler, kriterler gibi ölçme araç ve teknikleri kullanılmaktadır. İnternet bağımlılığının tanısında ölçme araçlarının yanı sıra bireyden gözlem ve yakın çevresinden görüşme yoluyla toplanacak verilerle daha güvenilir sonuçlar elde edilebilecektir (Kayri ve Günüç, 2010).

Yapılan çalışmada, katılımcıların %25,8'inin internet bağımlısı grubunda yer aldığı görülmüştür. Üneri ve Tanıdır (2011) yaptıkları çalışmada, katılımcıların %24,2'sinin ölçek puanlarına göre internet bağımlısı grubunda yer aldığı saptanmıştır. Tsai vd., (2009) üniversite öğrencileri ile yaptıkları çalışmada internet bağımlılığı yaygınlığını 17,9 olarak saptamışlardır. İnternet bağımlılığı ile ilgili yapılan epidemiyolojik çalışmalarda, genel olarak internet bağımlılığının toplumdaki yaygınlığı %6-14 olarak belirtilmektedir (Arısoy, 2009).

İnternet bağımlılık oranlarının yapılan çalışmalarda farklılık göstermektedir. Bunun nedenleri, internet bağımlılığının tanı ölçütlerinin net bir şekilde belirlenmemiş olması, araştırmalarda farklı ölçekler kullanılması, kullanılan metodolojik yöntemlerin farklı olması, örneklemelerin farklı kültürlerden olması ve çalışmalarda zamanların farklı olması gibi etkenler olabilir.

İnternet bağımlılığı davranış tabanlı bir bağımlılık olduğundan, bireylerdeki tutum ve davranışların zaman içinde değişebileceği gerçeğini göz önünde bulundurulmalıdır. Bireylere uyarlanan tüm ölçeklerin uzun vadede geçerli ve güvenilir bir yapı sergileyemeyeceği de göz önünde bulundurulmalıdır. Bu bağlamda, uyarlaması yapılan İnternet Bağımlılık Ölçeği'nin de zaman içinde farklı örneklemeler üzerinden yeniden geçerliliği ve güvenilirlik çalışmalarının yapılması önerilmektedir (Kayri ve Günüç, 2010).

Yapılan çalışmada internette geçilen zaman haftada 18 saati aşıyorsa “internet bağımlılığı” riski olan grupta yer alınabileceğine dair bulgulara rastlanmıştır (akt. Yalçın, 2006). Bu çalışmada ise öğrencilerin büyük bir çoğunluğunun günlük 8 saat ve yukarısı, haftada 56 saat ve üstü internet kullanmakta olduğu saptanmıştır. Bu sonuçlarda öğrencilerin birçoğunun internet bağımlısı olduğunu ortaya koyar

niteliktedir.

Araştırmaya katılan üniversite öğrencilerinin internet bağımlılık düzeyleri, cinsiyete göre farklılık göstermektedir. Erkeklerin bağımlılık puanlarının kızlara oranla anlamlı derecede daha yüksek olduğu görülmüştür. Çalışma bulguları, erkek cinsiyette olmanın internet bağımlılığı açısından bir risk faktörü olduğunu gösteren çalışmaları desteklemektedir. Günüş (2009) ve İnan (2010) da cinsiyete göre internet bağımlılık düzeylerini incelenmiş ve erkeklerin kızlara göre bağımlılık düzeylerini daha yüksek bulmuştur. Taçyıldız (2010) ise araştırması sonucunda bağımlı olan grubun içinde erkeklerin yoğunlukta olduğu sonucuna ulaşmıştır (% 77,8). Ancak, cinsiyetler arasında internet bağımlılığı açısından fark olmadığını gösteren çalışmalar da bulunmaktadır (Lam et al., 2009).

Çalışma sonucunda elde edilen bulgular değerlendirilirken bazı kısıtlılıklar göz önünde bulundurulmalıdır. İlk olarak, ülkemizdeki üniversite öğrencilerinin sayısı göz önüne alındığında örneklem sayısının (n=163) daha da artırılması gerekliliği göz önüne alınmalıdır. İkinci olarak, çalışmanın ana değişkeni olan internet bağımlılığı ölçeği üniversite öğrencilerinden elde edilen veriler çerçevesinde değerlendirilmiştir. Üçüncü olarak, çalışma kapsamında değerlendirilen veri sadece tek bir üniversitenin öğrencilerinden toplanmıştır. Son olarak, internet bağımlılığını değerlendirmede klinik görüşmenin kullanılmadığı göz önüne alınmalıdır.

5.3. Öneriler

Araştırmadan elde edilen sonuçlar doğrultusunda üniversite öğrencilerinde internet bağımlılığının önüne geçilmesi için; üniversitelerde psikolojik danışmanlık hizmetlerinin geliştirilmesi, internetin verimli kullanılmasının öğretilmesi ve öğrencilerin sosyalleşmelerinin sağlanması gibi önlemler alınması önerilebilir. Öğrencilere, ailelere ve öğretmenlere internet bağımlılığı ile ilgili bilgilendirme yaparak farkındalık sağlanabilir. İnternet bağımlılığıyla ilgili kamu spotları yapılabilir. Türkiye genelinde “internet bağımlılığı yaygınlığı” konusu araştırılarak geniş kapsamlı bir çalışma yapılabilir. Çalışmanın sonuçlarına dayalı olarak, internet bağımlılığına daha

fazla değişken eklenecek, geniş örneklem grubu ve nedensel desenler kullanılan uzunlamasına planlanacak daha ileri düzeyde ve daha kapsamlı çalışmalarla incelenmesi önerilebilir.



KAYNAKÇA

Akinoğlu, O. (2002). Eğitim ve Sosyalleşme Açıısından İnternet Kullanımı: İstanbul Örneği. Yayınlanmamış Doktora Tezi, Sakarya Üniversitesi, Sosyol Bilimler Enstitüsü, Sosyoloji Ana Bilim Dalı.

Alabay, N., Yavaş, M. ve Eryılmaz, S. (2001). Bilgisayar Teknolojileri Kullanımı. Detay Yayınları, Ankara, 2001.

American Psychiatric Association (APA). (2013), Diagnostic and Statistical Manual of Mental Disorders (DSM-5). Fifth Edition.

Arısoy, Ö. (2009). İnternet Bağımlılığı, L. Tamam (Ed.), Dürtü Kontrol Bozuklukları, Ankara: Hekimler Yayın Birliği.

Atıcı, B. ve Dikici, A. (2003). İnternet Kafelere Giden Bireylerin Öğrenim Düzeyleri ile İnterneti Kullanım Amaçları Arasındaki İlişki (Elazığ Örneği) [Çevrimiçi Sürüm]. Fırat Üniversitesi Sosyol Bilimler Dergisi, 13(2), 129-146.

Ayaroğlu, N.S. (2002). The Relationship Between Internet Use and Loneliness of University Students. Yayınlanmamış Yüksek Lisans Tezi, Orta Doğu Teknik Üniversitesi, Eğitim Bilimleri Bölümü, Ankara.

Ayas, T. (2012). The relationship between internet and computer game addiction level and shyness among high school students. Educational Sciences: Theory & Practice, 12(2), 632-636.

Ayas, T. ve Horzum, M. B. (2013). İlköğretim öğrencilerinin internet bağımlılığı ve aile internet tutumu. Türk Psikolojik Danışma ve Rehberlik Dergisi, 4 (39), 46-57.

Aydoğdu, C. (2003). Televizyon ve Bilgisayarın 18- 24 Yaş Gençler Üzerindeki Psikolojik Etkileri: Hendek Örneği. Yayınlanmamış Yüksek Lisans Tezi, Sakarya Üniversitesi, Sosyol Bilimler Enstitüsü.

Bakken, I. J., Wenzel, H. G., Götestam, K. G., Johansson, A. ve Oren, A. (2009). Internet Addiction Among Norwegian Adults: A Stratified Probability Sample Study. Scandinavian Journal of Psychology. 50: 121-127.

Balcı, Ş. ve Ayhan, B. (2007). Üniversite öğrencilerinin internet kullanım ve doyumları üzerine bir saha araştırması. *Selçuk İletişim*, 5 (1), 174-197.

Balkan, E. (2011). Üniversite öğrencilerinin bilgisayar-internet bağımlılığı ve aile fonksiyonları arasındaki ilişki. *e-Journal of New World Sciences Academy*, 6(1), 231-239.

Bayraktar, F. (2001). İnternet Kullanımının Ergen Gelişimindeki Rolü. Yayınlanmamış Yüksek Lisans Tezi, Ege Üniversitesi, Sosyal Bilimler Enstitüsü, Psikoloji Ana Bilim Dalı, İzmir.

Bayraktutan, F. (2005). Aile İçi İlişkiler Açısından İnternet Kullanımı. Yüksek Lisans Tezi, İstanbul Üniversitesi, Sosyal Bilimler Enstitüsü, İstanbul.

Beard, K. W., ve Wolf, E. M. (2001). Modification in the proposed diagnostic criteria for Internet addiction. *CyberPsychology & Behavior*, 4(3), 377-383.

Beck, A. (2008). Bilişsel Terapi ve Duygusal Bozukluklar (Çev. A. Türkcan ve V. Öztürk). İstanbul: Litera Yayınları.

Bölükbaş, K. (2005). İnternet Kafeler. A. Tarcan, (Ed.), İnternet ve toplum içinde (10-38). Ankara:Anı Yayıncılık.

Büyüköztürk, Ş. (2007). Sosyal Bilimler İçin Veri Analizi El Kitabı (7.Baskı). Ankara: PegemA Yayıncılık.

Canan, F. (2010). Üniversite Öğrencilerinde İnternet Bağımlılığı, Disosiyatif Belirtiler ve Sosyodemografik Özellikler Arasındaki İlişki. Tıpta Uzmanlık Tezi, Düzce Üniversitesi, Tıp Fakültesi Psikiyatri Anabilim Dalı.

Caplan, S. E. (2005). A social skill account of problematic internet use. *The Journal of Communication*, 55(4), 721-736.

Caruso, D. (1998). Critics are picking apart a professor's study that linked internet use to loneliness and depression. *New York Times*, C.5.

Cengizhan, C. (2005). Öğrencilerin Bilgisayar ve İnternet Kullanımında Yeni Bir Boyut: Bağımlılık. VIII. Ulusal PDR Kongresi, Marmara Üniversitesi, İstanbul.

Ceyhan, E. (2008). Ergen ruh sağlığı açısından bir risk faktörü: İnternet bağımlılığı. Çocuk ve Gençlik Ruh Sağlığı Dergisi, 15 (2), 109-116.

Ceyhan, E. (2010). Problemlı İnternet Kullanım Düzeyi Üzerinde Kimlik Statüsünün, İnternet Kullanım Amacının ve Cinsiyetin Yordayıcılığı. Kuram ve Uygulamada Eğitim Bilimleri / Educational Sciences: Theory & Practice, 10(3), 1323-1355.

Ceyhan, E. , Ceyhan, A. A. ve Gürcan, A. (2007). The validity and reliability of the problematic Internet usage scale. Educational Sciences: Theory & Practice, 7 (1), 411-416.

Chak, K., Leung, L. (2004). Shyness and Locus of Control as Predictors of Internet Addiction and Internet Use. Cyberpsychology & Behavior. Vol. 7, No. 5.

Chou, C., Condrón, L. & Belland, J. C. (2005). A Review of the Research on Internet Addiction. Educational Psychology Review, 17(4). 363-388.

Davis, R.A. (2001). A cognitive-behavioral model of pathological internet use. Computers in Human Behaviors 17: 187-195.

Dinç, M. (2010). İnternet Bağımlılığı. İstanbul: Ferfir Yayıncılık.

DiNicola, M. D. (2004). Pathological Internet Use Among College Students: The Prevalance of Pathological Internet Use and Its Correlates. Unpublished Doctorate's Thesis, Ohio University.

Durak Batıgün, A. ve Hasta, D. (2010). İnternet bağımlılığı: Yalnızlık ve kişilerarası ilişki tarzları açısından bir değerlendirme. Anadolu Psikiyatri Dergisi, 11, 213- 219.

Egger, O., & Rauterberg, M. (1996). Internet Behaviour and Addiction. Unpublished Master Thesis, Work & Organisational Psychology Unit (IfAP) , Swiss Federal Institute of Technology (ETH), Zurich.

Erikson, E. H. (1968). Identity: Youth and Crisis. NY: Norton

Esen, K. N. (2007). Akran baskısı ve algılanan sosyal destek değişkenlerine göre, ergenlerde internet bağımlılığının yordanması. Ülkemizde bağımlılıkla ilgili gelişmeler içinde (ss.1- 9). I. Uluslararası Bağımlılık Kongresi, İstanbul.

Günüç, S. (2009). İnternet Bağımlılık Ölçeğinin Geliştirilmesi ve Bazı Demografik Değişkenler İle İnternet Bağımlılığı Arasındaki İlişkilerin İncelenmesi. Yüksek Lisans Tezi, Yüzüncü Yıl Üniversitesi, Sosyal Bilimler Enstitüsü.

Günüç, S. ve Doğan, A. (2013). The relationships between Turkish adolescents' Internet addiction, their perceived social support and family activities. *Computers in Human Behavior*, 29, 2197-2207.

Greenfield D. N. Psychological characters of compulsive internet use: a preliminary analysis. *Cyberpsychol Behav* 1999; 2: 403-412.

Griffiths M. D. Behavioral addictions: An issue for everybody. *Journal of Workplace Learning* 1996; 8:19-25.

Griffiths, M. D. (1999). Internet Addiction: Fact or Fiction. *The Psychologist*, 12(5), 246-250.

Grohol, J.M. (2012). Internet addiction guide. <http://psychcentral.com/netaddiction>. Erişim tarihi: 13 Mayıs 2015.

Ha, J.H., Kim, S.Y., Bae, S.C., Bae, S., Kim, H., Sim, M. (2007). Depression and Internet Addiction in Adolescents. *Psychopathology*, 40:424-430.

Hall, A. S., & Parsons, J. (2001). Internet addiction: College student case study using best practices in cognitive behavior therapy. *Journal of Mental Health Counseling*, 23 (4), 312-327.

Henderson, E. C. (2001). *Understanding Addiction*. University Pres of Mississippi.

Hibbard, J., Dalton, G. Ve Thyfault, M. (1998). Web-Based Customer Care. *Information*, June, Week, 18-20.

İnan, A. (2010). İlköğretim II. Kademe ve Lise Öğrencilerinde İnternet Bağımlılığı. Yayınlanmamış Yüksek Lisans Tezi. Atatürk Üniversitesi Sosyal Bilimler Enstitüsü, Erzurum.

Jiang, D., Zhu, S., Ye, M., Lin, C. (2012). Cross-sectional survey of prevalence and personality characteristics of college students with internet addiction in Wenzhou, China. *Shanghai Archives of Psychiatry*. Vol.24 (2), 99-107

Karaca, M. (2007). Sosyolojik Bir Olgu Olarak İnternet Gençliği: Elazığ örneği. Yayınlanmamış Doktora Tezi, Fırat Üniversitesi, Sosyal Bilimler Enstitüsü, Sosyoloji Anabilim Dalı, Elazığ.

Karasar, N. (2005). Bilimsel Araştırma Yöntemi. Ankara: Nobel Yayınları.

Kayri, M. & Günüş, S. (2009). İnternet Bağımlılık Ölçeğinin Türkçe Uyarlaması: Geçerlik-Güvenirlik Çalışması. Ankara Üniversitesi, Eğitim Bilimleri Fakültesi Dergisi, 42: 157- 175.

Kayri, M. & Günüş, S. (2010). Türkiye’de İnternet Bağımlılık Profili ve İnternet Bağımlılık Ölçeğinin Geliştirilmesi: Geçerlik-Güvenirlik Çalışması. Hacettepe Üniversitesi, Eğitim Fakültesi Dergisi, 39: 220-232.

Kandell, J. J. (1998). Internet addiction on campus: The vulnerability of college students. *Cyberpsychology & Behavior*, 1, 11-17.

Kerber, C. S. (2005). Problem and pathological gambling among college athletes. *Ann Clin Psychiatry*, 17 (4), 243-247.

Kim, S. & Kim, R. (2002). A study of internet addiction: Status, causes, and remedies-focusing on the alienation factor. *International Journal of Human Ecology*, 3(1), 1-19.

Kim, H. K., & Davis, K. E. (2009). Toward a comprehensive theory of problematic internet use: Evaluating the role of self-esteem, anxiety, flow, and the self-rated importance of internet activities. *Computers in Human Behavior*, 25, 490-500.

Kubey, R. W., Lavin, M. J. & Barrows, J. R. (2001). Internet use and collegiate academic performance decrements: Early findings. *Journal of Communication*, 366-382.

Kurtaran, G. (2008). İnternet Bağımlılığını Yordayan Değişkenlerin İncelenmesi. Yayınlanmamış Yüksek Lisans Tezi, Mersin Üniversitesi, Sosyal Bilimler Enstitüsü.

Kwiatkowska, A., Ziolk, E., Krysta, K., Muc-Wierzgon, M., Brodziak, A., Krupka-Matuszczyk, I. ve Przybylo, J. (2007). Internet Addiction and Its Social Consequences. *European Neuropsychopharmacology*, 17(4), 559-560.

Lam LT, Peng ZW, Mai JC, Jing J. Factors associated with Internet addiction among adolescents. *Cyberpsychol Behav* 2009; 12:551-555.

Li, S-M. ve Chung, T.-M. (2006). Internet function and internet addictive behavior. *Computers in Human Behavior*, 22, 1067–1071.

Leung, L. (2004). Net-Generation Attributes and Seductive Properties Of The Internet As Predictors Of Online Activities and Internet Addiction. *Cyberpsychology and Behavior*, 7 (3): 333- 348.

Lin, S. S. J. ve Tsai, C. C. (2002). Sensation seeking and internet dependence of Taiwanese high school adolescents. *Computers in Human Behavior*, 18(4), 411–426.

Ma, H. K. (2011). Internet addiction and antisocial internet behavior of adolescents, *Scientific World Journal*, 11, 2187-2196.

Mihçı, S., Aktürk, A. O. ve Şahin, İ. (2012). Meslek Lisesi Öğrencilerinin İnternet Bağımlılığı ve Teknolojiye Yönelik Tutumlarının İncelenmesi. 6. Uluslararası Bilgisayar ve Öğretim Teknolojileri Sempozyumu, Gaziantep Üniversitesi, Gaziantep.

Morahan-Martin J. & Schumacher P. (2000). Incidents and correlates of pathological internet use among college students. *Computer Human Behavior*, 2:465-473.

Murali, V. & George, S. (2007). Lost online: an overview of internet addiction. *Advances in Psychiatric Treatment*, 13, 24–30.

Nalwa, K., & Anand, A. (2003). Internet addiction in students: a cause of concern. *Cyberpsychology & Behavior*, 6(6), 653-656.

Ng, B.D., Hastings, P.W. (2005). Addiction to the Internet and Online Gaming. *Cyberpsychology & Behavior*, Vol. 8, No. 2

Nichols, L. A. & Nicki, R. (2004). Development of a psychometrically sound internet addiction scale: A preliminary step. *Psychology of Addictive Behaviors*, 18 (4), 381-384.

Niemz, K., Griffiths, M., & Banyard, P. (2005). Prevalence of pathological internet use among university students and correlations with self-esteem, the general health questionnaire (GHQ), and disinhibition. *Cyberpsychology & Behavior*, 8 (6), 562- 570.

Oral, B. (2004). Öğretmen adaylarının internet kullanma durumları. *Elektronik Sosyal Bilimler Dergisi*, 10, 1-10.

Ögel, K. (2012). İnternet Bağımlılığı: İnternetin Psikolojisini Anlamak ve Bağımlılıkla Başetmek. İstanbul: Türkiye İş Bankası Kültür Yayınları.

Özdamar, K. (2004). Paket Programlar ile İstatistiksel Veri Analizi 1. Genişletilmiş Baskı, Kaan Kitapevi, 490-494.

Öztürk, F. O., Ekinci, M., Öztürk, O. ve Canan, F. (2013). The relationship of affective temperament and emotional-behavioral difficulties to internet addiction in Turkish teenagers, *ISRN Psychiatry*, 961734, 1-6.

Öztürk, Ö., Odabaşoğlu, G., Eraslan, D., Genç, Y. ve Kalyoncu, A. (2007). İnternet bağımlılığı. *Kliniği ve tedavisi*, *Bağımlılık Dergisi*, 8, 36-41.

Sanders, C.E., Field, T.M., Diego, M. ve Kaplan, M. (2000). The relationship of internet to depression and social isolation among adolescents. *Adolescence*, 35 (138), 237-242.

Sargın, N. (2013). Üniversite öğrencilerinin internete yönelik tutumları ve problemlerini internet kullanımları. *Turkish Journal of Education*, 2(2), 44-53.

Scherer K. College life on-line: Healthy and unhealthy internet use. *Journal of College Student Development* 1997; 38:655-665.

Shaffer, H. J. , Hall, M. N. ve Bilt, J. V. (2000). Computer Addiction: A Critical Consideration. American Journal of Orthopsychiatry. 70 (2): 162- 168.

Simkova, B. ve Cincera, J. (2004). Internet Addiction Disorder and Chatting in the Czech Republic. Cyberpsychology & Behavior, 7(5).

Subrahmanyam, K., Smahel, D. and Greenfield, P. (2006). Connecting developmental constructions to the internet: identity presentation and sexual exploration in online teen chat rooms, Developmental Psychology, 42(3), 395-406.

Suler, J. (1996). Why is this thing eating my life, Computer and cyberspace addiction at the "palace". <http://www-usr.rider.edu/~suler/psycyber/eatlife.html> adresinden 14.05.2015 tarihinde elde edilmiştir.

Suler, J. (1999). Healthy and pathological internet use. CyberPsychology and Behavior, 2; 385-394.

Şahin, M. (2014). Üniversite öğrencilerinde internet bağımlılığı ve saldırganlık. Düşünen Adam, The Journal of Psychiatry and Neurological Sciences, (27), 43-52.

Şenormancı Ö, Saraçlı Ö, Atasoy N, Şenormancı G, Koptürk F, Atik L. (2014). Relationship of internet addiction with cognitive style, personality, and depression in university students. Comprehensive Psychiatry, (55).

Taçyıldız, Ö. (2010). Lise Öğrencilerinin İnternet Bağımlılığı Düzeylerinin Bazı Beğişkenlere Göre Yordanması. Yayınlanmamış Yüksek Lisans Tezi. Ege Üniversitesi Sosyal Bilimler Enstitüsü, İzmir.

Thatcher, A. & Goolam, S. (2005). Development and psychometric properties of the problematic internet use questionnaire. South African Journal of Psychology, 35(4), 793-809.

Tsai, C. ve Lin, S. J. (2001). Analysis Of Attitudes Toward Computer Networks and Internet Addiction Of Taiwanese Adolescents. Cyberpsychology and Behavior. 4 (3): 373- 376.

Tsai HF, Cheng SH, Yeh TL, Shih CC, Chen KC, Yang YC et al. The risk factors of Internet addiction-a survey of university freshmen. Psychiatr Res 2009; 167:294-299.

Türkiye İstatistik Kurumu. (2013). Hanehalkı bilişim teknolojileri kullanımı araştırması. <http://tuik.gov.tr/PreHaberBultenleri.do?id=6162>. Erişim tarihi: 12 Mayıs 2015.

Türkiye İstatistik Kurumu. (2014). Hanehalkı bilişim teknolojileri kullanımı araştırması. <http://www.tuik.gov.tr/PreHaberBultenleri.do?id=16198>. Erişim tarihi 7 Mayıs 2015.

Türkçapar, M. H. (2012). Bilişsel Terapi. Ankara: HYB Yayıncılık.

Üneri Ö. Ş., Tanıdır C. (2011). Bir Grup Lise Öğrencisinde İnternet Bağımlılığı Değerlendirmesi: Kesitsel Bir Çalışma. Düşünen Adam Psikiyatri ve Nörolojik Bilimler Dergisi 24: 265- 272.

Üçkardeş, E. A. (2010). Mersin Üniversitesi Öğrencileri Arasında İnternet Bağımlılığının Değerlendirilmesi. Tıpta Uzmanlık Tezi, Mersin Üniversitesi, Tıp Fakültesi, Psikiyatri Anabilim Dalı.

Yalçın, C. (2003). Sosyolojik Bir Bakış Açısıyla İnternet. Cumhuriyet Üniversitesi Sosyal Bilimler Dergisi. 27 (1): 77- 89.

Yalçın, N., (2006). İnterneti Doğru Kullanıyor muyuz? İnternet Bağımlısı mıyız? Çocuklarımız ve Gençlerimiz Risk Altında Mı?. Akademik Bilişim Bildiriler Kitabı, 585-588.

Yılmaz, E., Şahin, Y. L., Haseski, H. İ. & Erol, O. (2014). Lise Öğrencilerinin İnternet Bağımlılık Düzeylerinin Çeşitli Değişkenlere Göre İncelenmesi: Balıkesir İli Örneği. Eğitim Bilimleri Araştırmaları Dergisi, 4 (1), 133-144.

Yılmaz, S. (2006), İnternet ve İnternet Kafelerin İlk ve Ortaöğretim Öğrencilerine Etkileri (İstanbul Örneği). Yüksek Lisans Tezi, Sakarya Üniversitesi, Sakarya.

Young, K. (1996). Internet Addiction: The Emergence of A New Clinical Disorder. *Cyberpsychology and Behaviour*. 3: 237- 244.

Young, K. S. (1996). Pathological Internet Use: A Case That Breaks The Stereotype. *Psychological Reports*. 79: 899- 902.

Young, K. ve Rodgers, C. (1998). The Relationship Between Depression and Internet Addiction. *CyberPsychology and Behavior*, 1(1), 25-28.

Young, K.S. (2004). Internet addiction: A new clinical phenomenon and its consequences. *The American Behavioral Scientist*, 48(1); 402-441.

Young, K. S. (2007). Cognitive behaviour therapy with internet addicts: treatment outcomes and implications. *CyberPsychology & Behavior*, 10, 671-679.

Yüksek Öğretim Kurumu. (2015). <https://istatistik.yok.gov.tr>. Erişim tarihi:15 Ekim 2015.

Wang, W. (2001). Internet dependency and psychosocial maturity among college students. *Int. J. Human-Computer Studies*, 55, 919-938.

Ward III, D. L. (2000). The relationship between psychosocial adjustment, identity formation, and problematic internet use. Unpublished doctoral dissertation, ProQuest Dissertations and Theses veritabanından ulaşılabilir. (UMI No. 9977896).

Zsolt D., Szeredi, B., & Rózsa, S. (2008). The three-factor model of internet addiction: the development of the problematic Internet use questionnaire (PIUQ). *Behavior Research Methods*, 179, Budapest, Hungary.

EKLER

EK – 1 Uygulamanın Gerçekleşebilmesi İçin Dilekçe

EK – 2 Sosyal Bilimler Enstitüsü Müdürlüğü Anket İzni Yazısı

EK – 3 Kişisel Bilgi Formu

EK – 4 İnternet Bağımlılığı Ölçeği



EK – 1

UYGULAMANIN GERÇEKLEŞEBİLMESİ İÇİN DİLEKÇE



T.C ÜSKÜDAR ÜNİVERSİTESİ SOSYAL BİLİMLER ENSTİTÜSÜ MÜDÜRLÜĞÜNE;

Enstitünüzün Klinik Psikoloji Yüksek Lisans öğrencisiyim. Tez çalışmamı "İnternet Bağımlılığının Üniversite Öğrencilerinde Yaygınlığının İncelenmesi" konusunda yapmaktayım. Üniversitemiz öğrencilerine aşağıda yer alan anket ve ölçekleri uygulayabilmem hususunda gereğini arz ederim.

06/05/2015

Uygulanacak Anketler:

1. Kişisel Bilgi Formu
2. İnternet Bağımlılık Ölçeği

Nazlı Kezban İşsever

EK – 2

SOSYAL BİLİMLER ENSTİTÜSÜ MÜDÜRLÜĞÜ ANKET İZİN YAZISI

Evrak Tarih ve Sayısı: 14/05/2015-1547



T.C. ÜSKÜDAR ÜNİVERSİTESİ

REKTÖRLÜK

Sayı :60560713/044/
Konu :Anket izni

SOSYAL BİLİMLER ENSTİTÜSÜ MÜDÜRLÜĞÜNE

İlgi :07.05.2015 tarihli, 1454 sayılı yazımız.

Üniversitemiz Sosyal Bilimler Enstitüsü Klinik Psikoloji yüksek lisans programı öğrencisi Nazlı İşsever'in "İnternet Bağımlılığının Üniversite Öğrencilerinde Yaygınlığının İncelenmesi" konulu tez çalışması kapsamında Üniversitemiz öğrencilerine uygulamak istediği "Kişisel Bilgi Formu", "İnternet Bağımlılık Ölçeği" anket ve ölçek talebi uygun görülmüştür.

Bilgilerinizi ve gereğini rica ederim.

e-İmzalıdır
Prof.Dr. K.Nevzat TARHAN
Rektör

Altunizade Mah. Haluk Türksoy Sk.No:24 PK:34662 Üsküdar/İstanbul
Tel: 02164002222 Faks: 02164142256
E-Posta: info@uskudar.edu.tr Elektronik ağı:http://www.uskudar.edu.tr

Bu belge 5070 sayılı Elektronik İmza Kanununun 5. Maddesi gereğince güvenli elektronik imza ile imzalanmıştır.

EK – 3

KİŞİSEL BİLGİ FORMU

Sevgili öğrenci,

Bu çalışma, üniversite öğrencilerinin ne sıklıkta internet kullandıklarını tespit etmek amacıyla yapılmaktadır. Formlarda yer alan maddelerde doğru-yanlış cevaplar söz konusu değildir. Sizden her maddeyi dikkatli bir şekilde okuyarak, kendinize uygun bulduğunuz seçeneği işaretlemeniz beklenmektedir. Cevaplarınız araştırma amacıyla kullanılacak ve bilgiler saklı tutulacaktır. İhtenlikle yanıtladığınız için teşekkür ederim.

1. Cinsiyeti: ()K ()E

2. Yaşınız :.....

3. Sınıfınız: ()Hazırlık ()1. ()2. ()3. ()4.

4. Annenizin eğitim durumu: ()İlkokul ()Lise ()Yüksek Öğretim

5. Babanızın eğitim durumu: ()İlkokul ()Lise ()Yüksek Öğretim

6. İnternet kullanıyor musunuz? ()Evet ()Hayır

Not: Eğer cevabınız “Hayır” ise aşağıdakileri soruları cevaplamayınız.

7. İnterneti daha çok nerede kullanırsınız?

()İnternet Kafe ()Ev ()Okul ()Diğer

8. Cep telefonunuzun internet bağlantısı var mı? ()Evet ()Hayır

9. Hangi sıklıkla internet kullanıyorsunuz?

Haftada.....gün Günde.....saat

10. Ne kadar zamandır internet kullanıyorsunuz?

() 1 yıldan az () 1- 2 yıl () 3-4 yıl () 5-6 yıl () 7-8 yıl () 9 yıl ve daha fazla

11. İnterneti en çok hangi amaçla kullanıyorsunuz?

()Ödev hazırlamak ()Oyun oynamak ()Film -MP3 müzik indirmek

()Chat yapmak ()Webde sörf yapmak ()Alışveriş yapmak

()Sosyal paylaşım sitelerine girmek ()Diğer

12. İnternette en çok kullandığınız siteler hangileri?

- Oyun siteleri Müzik siteleri
 Eğitim siteleri Sohbet içerikli siteler (Skype, Msn, vb.)
 Film içerikli siteler Sosyal paylaşım siteleri (Facebook, Twitter, Instagram, vb.)
 Cinsel içerikli siteler Spor içerikli siteler
 Gazete ve tv siteleri Bilim ve teknoloji siteleri
 Alışveriş siteleri Başka (lütfen Belirtiniz):.....

13. İnternette oyun oynuyor musunuz? Evet Hayır

14. 13. Soruya cevabınız evet ise daha çok hangi tür oyunlar oynarsınız?

- Spor oyunları Dövüş Oyunları Aksiyon oyunları
 Kumar, şans, bahis oyunları Strateji oyunları Macera oyunları
 Bulmaca oyunları Başka(Lütfen Belirtiniz):.....

İNTERNET BAĞIMLILIK ÖLÇEĞİ

- 1- İnternet kullanımını yarıda kesmem gereken durumlarda kendimi sınırlı buluyorum, ancak internete geri döndüğümde kendimi rahatlamış hissedirim.
() Asla () Nadiren () Bazen () Sıklıkla () Her zaman
- 2- İnterneti kullanmadığımda kendimi kullandığım kadar iyi hissetmiyorum.
() Asla () Nadiren () Bazen () Sıklıkla () Her zaman
- 3- İnternet ortamında, planladığımdan daha uzun süre kalırım.
() Asla () Nadiren () Bazen () Sıklıkla () Her zaman
- 4- Bazen internet kullanımına ayırmış olduğum zamanı “gizlemeye” çalışırım.
() Asla () Nadiren () Bazen () Sıklıkla () Her zaman
- 5- İnternete daha fazla takılmam için özel bir eğlence etkinliğinden vazgeçerim.
() Asla () Nadiren () Bazen () Sıklıkla () Her zaman
- 6- İnternet kullanımından kaynaklı çalışmalarım sekteye uğramaktadır.
() Asla () Nadiren () Bazen () Sıklıkla () Her zaman
- 7- Kendi kendime “internette biraz daha kalayım” diye söylerim.
() Asla () Nadiren () Bazen () Sıklıkla () Her zaman
- 8- İnternet kullanımından dolayı uykumun kaçtığı olur.
() Asla () Nadiren () Bazen () Sıklıkla () Her zaman
- 9- İnternete ayırmış olduğum zamandan kaynaklı arkadaşlarımı çok sık görmem.
() Asla () Nadiren () Bazen () Sıklıkla () Her zaman
- 10- İnternetsiz bir hayatın sıkıcı ve boş olacağını hissedirim.
() Asla () Nadiren () Bazen () Sıklıkla () Her zaman
- 11- Önemli ve yapılması gereken şeyleri, internetten dolayı ihmal ederim.
() Asla () Nadiren () Bazen () Sıklıkla () Her zaman
- 12- Her defasında aynı zevki almak için daha fazla internet kullanmaya gereksinim duyarım.
() Asla () Nadiren () Bazen () Sıklıkla () Her zaman
- 13- İnterneti uzun zaman kullanmadığım durumlarda kendimi daha sınırlı hissedirim.
() Asla () Nadiren () Bazen () Sıklıkla () Her zaman

- 14- İnterneti kullandığım an kendimi mutlu hissederim.
() Asla () Nadiren () Bazen () Sıklıkla () Her zaman
- 15- İnternete çok zaman ayırmış olmamdan kaynaklı sınıfa/işime geç kaldığım olur.
() Asla () Nadiren () Bazen () Sıklıkla () Her zaman
- 16- İnternet hayatımı olumsuz yönde etkilemektedir.
() Asla () Nadiren () Bazen () Sıklıkla () Her zaman
- 17- İnternete kullanırken bağılandığımda, kendimi uzun bir zaman kalmış gibi hissederim.
() Asla () Nadiren () Bazen () Sıklıkla () Her zaman
- 18- İnternete daha az zaman ayırmayı denedim ama bunu başaramadım.
() Asla () Nadiren () Bazen () Sıklıkla () Her zaman
- 19- Gece geç vakitlere kadar internete takıldığım zamanlarda, geç uyur geç kalkarım.
() Asla () Nadiren () Bazen () Sıklıkla () Her zaman
- 20- İnternette iken kendimi yapmayı planladığım şeylerden daha fazlasını yapmış olarak buluyorum. (örneğin; sadece e-postalarımı kontrol edeyim derken, bir de bakmışım ki sohbet (chat) odalarındayım).
() Asla () Nadiren () Bazen () Sıklıkla () Her zaman
- 21- İnterneti gerçek dünyadan bir kaçış yolu olarak kullanırım.
() Asla () Nadiren () Bazen () Sıklıkla () Her zaman
- 22- İnternete tekrar gireceğim zamanı ipe çekerim.
() Asla () Nadiren () Bazen () Sıklıkla () Her zaman
- 23- İnternet kullanmaktan çok heyecan duyar ya da çok zevk alırım.
() Asla () Nadiren () Bazen () Sıklıkla () Her zaman
- 24- İnternete “alışmış” olduğumdan daha az zaman ayırmam halinde oldukça üzülürüm.
() Asla () Nadiren () Bazen () Sıklıkla () Her zaman
- 25- İnterneti aşırı kullanmaktan dolayı kendimi “sınırlandırmakta” başarısız olurum.
() Asla () Nadiren () Bazen () Sıklıkla () Her zaman
- 26- İnterneti kullandığım günden itibaren şu ifadeyi söylemişimdir: “İnternet kullanımına ayırdığım zamanı artırmama rağmen doyuma ulaşmamışım.”
() Asla () Nadiren () Bazen () Sıklıkla () Her zaman
- 27- İnternet ortamında planlamış olduğumdan daha fazla bilgiye ulaşmış olarak kendimi bulurum.
() Asla () Nadiren () Bazen () Sıklıkla () Her zaman
- 28- İnternet kullanmayı terk etme ya da kontrol altına alma hususunda kendimi çok

istekli hissederim.

Asla Nadiren Bazen Sıklıkla Her zaman

29- Kendimi yalnız hissettiğim durumlarda, internette chat (sohbet) yaparım.

Asla Nadiren Bazen Sıklıkla Her zaman

30- İnternete çok zaman ayırdığımda, kaybettiğim bu zamanı telafi etmek zorunda kalırım.

Asla Nadiren Bazen Sıklıkla Her zaman



ÖZGEÇMİŞ

Kişisel Bilgiler:

Ad, Soyad : Nazlı Kezban İŞSEVER
Cinsiyet : Bayan
Doğum Tarihi : 17/07/1987
Medeni Durum : Bekar
E-posta : nazliissever@hotmail.com

Eğitim durumu:

2013 - ... Üsküdar Üniversitesi - İstanbul
Klinik Psikoloji Yüksek Lisans

2011 – 2013 Çukurova Üniversitesi – Adana
İşletme Yüksek Lisansı

2005 - 2010 Yeditepe Üniversitesi - İstanbul
Fen Edebiyat Fakültesi – Psikoloji Bölümü

2002 – 2005 Tarsus Amerikan Koleji

1994 – 2002 Özel Çağ İlköğretim Okulu

Yabancı Dil (ler) ve düzeyi:

İngilizce – İyi Düzeyde
Almaca – Başlangıç Düzeyi

İş deneyimi:

06/2013 – 12/2014 Psikolog – Özel İkbal Özel Eğitim ve Rehabilitasyon Merkezi
01/2011 - 06/2013 Psikolog - Özel Yeni Sihirli Eller Özel Eğitim ve Rehabilitasyon Merkezi

Stajlar:

02/2013 - 02/2013 [Yüksek Lisans Stajı - Nöropsikiyatri Hastanesi \(NP\)](#)