



ESKİŞEHİR OSMANGAZI ÜNİVERSİTESİ
EĞİTİM BİLİMLERİ ENSTİTÜSÜ
EĞİTİM BİLİMLERİ ANABİLİM DALI
EĞİTİM PROGRAMLARI VE ÖĞRETİM BİLİM DALI

**İLKOKUL ÖĞRENCİLERİNİN İNTERNET BAĞIMLILIĞI
SÜRECİNE İLİŞKİN BİR DURUM ÇALIŞMASI**

Bilge TOPALOĞLU

Yüksek Lisans Tezi

Eskişehir, 2020

**İLKOKUL ÖĞRENCİLERİNİN İNTERNET BAĞIMLILIĞI
SÜRECİNE İLİŞKİN BİR DURUM ÇALIŞMASI**

Bilge TOPALOĞLU

2020

ESKİŞEHİR OSMANGAZİ ÜNİVERSİTESİ
EĞİTİM BİLİMLERİ ENSTİTÜSÜ
EĞİTİM BİLİMLERİ ANABİLİM DALI
EĞİTİM PROGRAMLARI VE ÖĞRETİM BİLİM DALI

**İLKOKUL ÖĞRENCİLERİNİN İNTERNET BAĞIMLILIĞI
SÜRECİNE İLİŞKİN BİR DURUM ÇALIŞMASI**

Bilge TOPALOĞLU

Yüksek Lisans Tezi

Danışman: Dr. Öğretim Üyesi Engin KARAHAN

Eskişehir, 2020

ETİK İLKE VE KURALLARA UYGUNLUK BEYANNAMESİ

İlkokul Öğrencilerinin İnternet Bağımlılığı Sürecine İlişkin Bir Durum Çalışması başlıklı tezin bizzat tarafımda hazırlanan, özgün bir çalışma olduğunu; bu çalışmanın tüm aşamalarında bilimsel etik ilke ve kurallara uygun olarak hareket ettiğimi; bu çalışma kapsamında elde edilmeyen tüm veri, bilgi vb. için kaynak gösterdiğimi ve bu kaynaklara çalışmanın kaynakçasında yer verdiğimi; bu çalışmanın Eskişehir Osmangazi Üniversitesi tarafından kullanılan “Bilimsel İntihal Tespit Programı”yla tarandığını ve hiçbir “intihal içermediğini” beyan ederim. Herhangi bir zamanda, herhangi bir biçimde bu çalışmamla ilgili yukarıdaki beyanıma aykırı bir durumun saptanması halinde, ortaya çıkacak tüm ahlaki ve hukuki sonuçların sorumluluğunu kabul ettiğimi bildiririm.

07/05/2020

Bilge TOPALOĞLU

Teşekkür

İlk olarak yüksek lisans tezimin her aşamasında adım adım bana yardımcı olan, akademik desteğini, zamanını, kitaplarını, bilgi ve deneyimlerini benden esirgemeyen, sabırla ve büyük bir titizlikle araştırmamın gelişip büyümesinde bana rehberlik eden çok kıymetli, değerli hocam, tez danışmanım Sayın Dr. Öğretim Üyesi Engin KARAHAN'a teşekkür ederim.

Yüksek lisans sürecine ilk adım attığım anlarda tanışma ve kendisinden çok değerli bilgiler edinme şansı bulduğum, ne yazık ki şu an aramızda olmayan güzel insan, sayın hocam Mikail YALÇIN'a sonsuz teşekkür ederim.

Tez yazma sürecinde beni her fırsatta destekleyen, motive eden, desteğini her zaman arkamda hissettiğim çok kıymetli arkadaşlarım Rana TURAN'a, Gamze HAKTANIR'a, Bengül TANRIKULU'na, değerli öğretmen arkadaşlarım Zemine GÖKDAL'a, Hayri ÖZCAN'a, Yasemin ERİŞEN'e, Rabia İLÇİN'e, Ayşe DOĞANDE-RE'ye, Mustafa KARTAL'a, Dr. Öğretim Üyesi Hakkı KAHVECİ'ye yüksek lisans sürecinde birlikte ders alma imkânı bulduğum çok değerli sınıf arkadaşlarıma, yardıma her ihtiyacım olduğunda benden engin bilgisini esirgemeyen çok kıymetli, biricik kuze-nim Ümran DAYANÇ'a çok çok teşekkür ederim.

Son olarak beni yetiştirip, bu günlere gelmemi sağlayan canım annem Kıymet TOPALOĞLU ve canım babam Hüseyin TOPALOĞLU'na, varlığıyla bana destek ve-ren biricik kardeşlerim Gökçe AKIN ve Hasan Güvenç TOPALOĞLU'na bana her za-man güvendikleri ve destek oldukları için sonsuz teşekkür ederim.

Bilge TOPALOĞLU

İçindekiler

Teşekkür.....	i
İçindekiler	ii
Tablolar Listesi	v
Şekiller Listesi	vi
Özet.....	1
Abstract.....	2
BİRİNCİ BÖLÜM	5
1. Giriş	5
1.1. Problem Durumu.....	5
1.2. Araştırmanın Amacı.....	8
1.3. Araştırmanın Önemi	8
1.4. Problem Cümlesi.....	9
1.5. Varsayımlar/Sayıtlar	9
1.6. Sınırlılıklar	9
İKİNCİ BÖLÜM.....	10
2. Kuramsal Çerçeve.....	10
2.1. İnternetin Tarihçesi ve Gelişimi	10
2.2. İnternetin Yaygınlığı.....	11
2.3. Dünyada ve Türkiye'de İnternet Kullanımı.....	12
2.4. Problemlili İnternet Kullanımı.....	14
2.5. İnternet Bağımlılığı.....	15
2.6. İnternet Bağımlılığına Kuramsal Yaklaşım	17
2.6.1. Goldberg'in İnternet Bağımlılığı Teorisi.....	17
2.6.2. Young'un İnternet Bağımlılığı Modeli.....	18
2.6.3. Davis'in Bilişsel Davranışçı Kuramı.....	19
2.6.4. Mark D. Griffiths'in İnternet Bağımlılığı Modeli.....	20
2.7. İnternet Bağımlılığının Altında Yatan Nedenler.....	21
2.8. İnternet Bağımlılığının ilkokul Öğrencileri Üzerindeki Olumsuz Etkileri.....	26
2.9. İnternet Bağımlılığı ve Sosyal İlişkiler	28
2.10. İnternet Bağımlılığı ve Psikolojik Faktörler.....	29
2.11. İnternet Bağımlılığı ve Yaş	31
2.12. İnternet Bağımlılığı ve Cinsiyet.....	32

2.13. İnternet Bağımlılığı ile İlgili Yurtiçinde Yapılan Araştırmalar	33
2.14. İnternet Bağımlılığı ile İlgili Yurtdışında Yapılan Araştırmalar	39
2.15. Öğretim Programlarında İnternet Bağımlılığı.....	42
ÜÇÜNCÜ BÖLÜM	45
3. Yöntem.....	45
3.1. Araştırma Deseni	45
3.2. Çalışma Grubu	46
3.3. Veri Toplama Araçları	48
3.3.1. Yapılandırılmış Görüşme.....	48
3.4. Döküman Analizi	49
3.5. Araştırmacının Rolü.....	49
3.6. Verilerin Toplanması	50
3.7. Verilerin Çözümlemesi	50
DÖRDÜNCÜ BÖLÜM	52
4. Bulgular	52
4.1 Öğrenci Görüşme Analizi Sonucu Elde Edilen Bulgular.....	50
4.2.Veli Görüşme Analizi Sonucu Elde Edilen Bulgular.....	57
4.3. Öğretmen Görüşme Analizi Sonucu Elde Edilen Bulgular.....	61
4.4 Okul Rehberlik Çerçeve Programı ve Öğretim Programları İçerisinde Yapılan Çalışmalara İlişkin Bulgular	69
BEŞİNCİ BÖLÜM	90
5.Sonuç	90
5.1. İlkokul Öğrencilerinde İnternet Kullanımı Ve İnternet Bağımlılığı Nasıldır, Araştırma Sorusu Altında Yer Alan Sonuçlar:	90
5.2. İlkokul Öğrencilerinde İnternet Bağımlılığının Etkileri Nasıldır,Araştırma Sorusu Altında Yer Alan Sonuçlar	92
5.3. İlkokul Öğrencilerinde İnternet Bağımlılığının Sosyal Çevre Üzerinde Nasıl Bir Etkisi Vardır, Araştırma Sorusu Altında Yer Alan Sonuçlar.....	92
5.4. İlkokul Öğrencilerinde İnternet Bağımlılığının Sebepleri Nelerdir, Araştırma Sorusu Altında Yer Alan Sonuçlar.....	93
5.5 İlkokul Öğrencilerinde İnternet Bağımlılığını Önlemeye Yönelik Yapılan Çalışmalar Nelerdir, Araştırma Sorusu Altında Yer Alan Sonuçlar	94
ALTINCI BÖLÜM.....	98
6.Tartışma.....	98

YEDİNCİ BÖLÜM.....	111
7.Öneriler.....	111
7.1 Araştırmacılara yönelik öneriler.....	111
7.2 Velilere yönelik öneriler.....	112
7.3 Sınıf öğretmenlerine yönelik öneriler.....	112
7.4 Psikolojik danışmanlara yönelik öneriler.....	113
7.5 Öğretim programı uzmanlarına yönelik öneriler.....	113
KAYNAKÇA.....	114
EKLER.....	124
ÖZGEÇMİŞ.....	129



Tablolar Listesi

Tablo Numarası	Başlık	Sayfa Numarası
2.1	Ülkelerin Yıllara Göre İnternet Dağılım Yüzdeleri	12
3.1	Katılımcı Öğretmen Bilgileri	47
3.2	Katılımcı Veli Bilgileri	47
3.3	Katılımcı Öğrenci Bilgileri	47
4.1	Öğrenci Görüşme Analizleri Sonucu Oluşan Tema ve Kategoriler	52
4.2	Veli Görüşme Analizleri Sonucu Oluşan Tema ve Kategoriler	59
4.3	Öğretmen Görüşme Analizleri Sonucu Oluşan Tema ve Kategoriler	67
4.4	Öğretim Programı ve Rehberlik Programı Analizi Sonucu Oluşan Tema ve Kategoriler	86

Şekiller Listesi

Şekil Numarası	Başlık	Sayfa Numarası
3.1	İç içe geçmiş tek durum deseni	47



Özet

İlkokul Öğrencilerinin İnternet Bağımlılığı Sürecine İlişkin Bir Durum

Çalışması

Bilge TOPALOĞLU

Eskişehir Osmangazi Üniversitesi Eğitim Bilimleri Enstitüsü

Eğitim Programları ve Öğretim Anabilim Dalı

Danışman: Dr. Öğr. Üyesi, Engin KARAHAN

2020

Amaç: Bu çalışmada ilkokul öğrencilerinde görülen internet bağımlılığının nedenleri, sonuçları, sosyal çevre üzerindeki etkisi ve bu konuda yapılan önleyici çalışmaların nasıl olduğuna ilişkin bir durum çalışması yapılması amaçlanmıştır.

Yöntem: Bu çalışmada çalışma yöntemi olarak nitel yöntem, araştırma deseni olarak durum çalışması kullanılmıştır. Örneklem seçimi amaçlı örneklem yöntemiyle belirlenmiştir. Araştırma kapsamında 2019-2020 eğitim-öğretim yılında Eskişehir ili merkez ilçelerinden bir ilkokulda öğrenim gören 8 öğrenci, 8 veli ve 5 öğretmen olmak üzere toplam 21 görüşme gerçekleştirilmiştir. Araştırma kapsamında uzman görüşü alındıktan sonra gerçekleştirilen yarı yapılandırılmış görüşmeler, içerik analizi yöntemi ile incelenmiş, tema ve kategorilere ayrılmıştır. Yapılan görüşmelere ek olarak 3. Sınıf Türkçe, 4.sınıf Türkçe ve Sosyal Bilgiler öğretim programları ve okul rehberlik çerçeve programı da doküman analizi kapsamında incelenmiştir.

Bulgular: Araştırma sonucu elde edilen bulgularda öğrencilerin internete girmek için en çok cep telefonunu kullandıkları ve günlük olarak internette harcadıkları zamanın 3-5 saat arası değiştiği görülmüştür. Öğrencilerin araştırma yapmak, çevrimiçi oyun oynamak, video izlemek, boş zamanlarını değerlendirmek, park ve bahçelerde güvenli oyun alanları bulamamak, yüz yüze iletişim kurmaktan çekinme, sanal ortamda kendini daha rahat ifade etmek gibi nedenlerle internete girdikleri görülmüştür. Öğrencilerin internet kullanımının okul içi sorumluluklarını(ödev yapma, ders çalışma vb.) aksatmalarına neden olduğu görülmüştür. Öğrencilerin internet kullanımları, sosyal çevre ile olan ilişkilerinde çok ciddi problemlere neden olmadığı ancak aile ile internette harcanan zaman nedeniyle tartışmalar yaşandığı görülmüştür. Ailelerin çocuklardaki internet bağımlılığının önlemek için süre kısıtlaması getirdikleri, teknolojik aletlerin çocukların elinden alındığı, bilgilendirme yaptıkları görülmüştür. Çocukların internet

yoksunluğunda kızgınlık, can sıkıntısı hissettikleri, ağlamaya başladıkları ve kendisine ya da çevresine fiziksel zarar vermeye başladıkları belirlenmiştir. Çocukların bilinçli internet kullanımı konusunda bilgi aldıkları kişilerin öğretmen ve ebeveynleri oldukları, ailelerin ise okulda verilen seminerlerde bilgi aldıkları belirlenmiştir.

Sonuç ve Öneriler: Ailelerin çocuklarına boş zamanlarını değerlendirecek aktiviteler bulması, aile içinde kitap okuma, oyun oynama gibi etkinlik saatlerinin düzenlenmesi, çocukların sağlıklı ve doğru internet kullanımı konusunda bilinçlendirilmesi, ebeveynler tarafından internet kullanımı konusunda çocuklara kural koyulması, net ve kararlı tutum sergilenmesi, olumlu rol model olunması ve velilerin doğru bilinçlendirilmesi, öğretim programları içerisinde bilinçli internet kullanımına daha ayrıntılı yer verilmesi, internet bağımlılığını önlemeye yönelik eğitim programı geliştirme çalışmalarının yapılması gibi etkenlerin ilkökul öğrencilerinde görülen internet bağımlılığının önlenmesi konusunda sunulabilecek öneriler arasında yer almaktadır.

Anahtar kelimeler: İlkokul öğrencileri, İnternet bağımlılığı, Teknoloji,

Abstract

A Case Study Regarding the Primary School Students' Internet Addiction Process

Bilge TOPALOĞLU

Eskişehir Osmangazi University Institute of Educational Sciences

Department of Curriculum and Instruction

Advisor: Asst Professor Engin KARAHAN

2020

Purpose: In this study, it is aimed to conduct a case study on the internet addiction process in order to help control the internet addiction that starts in the primary school age and to deal with the internet addiction situation from different dimensions.

Method: In this research, qualitative method was used as the study method, case study was used as the research design, and purposeful sampling method was used as the method. Within the scope of the research, a total of 21 interviews were conducted, including 8 students, 8 parents and 5 teachers studying in a primary school in the central districts of Eskişehir in the 2019-2020 academic year. Within the scope of the research, semi-structured interviews conducted after expert opinion were, examined by content analysis method, and divided into themes and categories. In addition to the interviews, 3rd and 4th grade curriculum and school guidance framework program were also examined within the scope of this study.

Findings: According to the findings obtained in the research, it was seen that students mostly use their mobile phones to access the internet and the time they spend on the internet varies between 3-5 hours. It was observed that students entered the internet for reasons such as doing research, playing online games, watching videos, evaluating their free time, not finding safe playgrounds in parks and gardens, hesitating to communicate face to face, expressing themselves more easily in virtual environment.

It has been observed that internet use of students causes disruption of their responsibilities in school (doing homework, studying, etc.) but does not cause a serious deterioration in their academic achievements. It was observed that the internet usage of students did not cause serious problems in their relations with the social environment, but there were discussions with the family due to the time spent on the internet. It has been observed that families provide information, apply time restrictions and deprive children of technological devices in order to prevent internet addiction in children. It

has been observed that children get angry, feel bored, start to cry, harm themselves and their environment in the absence of internet. It was observed that the children received information from their teachers and parents about conscious internet use, while the parents received information in seminars given at the school.

Conclusion and Suggestions: It is among the suggestions that can be presented about the prevention of internet addiction among primary school students, such as raising awareness of parents correctly and giving more detailed use of the internet in education programs. Factors such as creating activities for children to spend their free time, arranging activity hours such as reading books and playing games in the family, raising awareness of children about conscious and correct use of internet, setting rules for children about internet use, having a clear and determined attitude, being a positive role model and raising awareness of parents, providing more detailed knowledge on conscious use of the internet in the curriculum are among the suggestions that can be presented about the prevention of internet addiction

Keywords: Primary school students, Internet addiction, Technology,

BİRİNCİ BÖLÜM

1. Giriş

Bu bölümde araştırmanın problem durumuna, amacına ve önemine, problem cümlesine, sayıtlarına, sınırlılıklarına yer verilmiştir.

1.1. Problem Durumu

21.yy' da internet, bireylerin hayatında, bilgiye kısa ve ucuz yoldan ulaşmasına yardımcı olan bir teknoloji olarak yer almaktadır. Sağladığı kolaylıklar sayesinde de, internet kullanımı günden güne daha da fazla yaygınlaşmakta, pek çok insanın yaşamının her alanına internet girmiş bulunmaktadır. Buna bağlı olarak da, internet kullanımı ülkemizde bireyler arasında artış göstermektedir. Türkiye İstatistik Kurumu'nun ortaya koyduğu araştırmalara göre, bugün ülkemizde internet kullanan ev sayısının %88,3 civarında olduğu tahmin edilmektedir.

İnternetin kullanım alanları ihtiyaca ve talebe göre değişiklik göstermektedir. Yapılan araştırma sonuçlarına göre, ilköğretim çağındaki öğrenciler, interneti bilgiye ulaşmaktan ziyade, gezinmek, müzik dinlemek ve e-mail göndermek için kullandıklarını ifade etmişlerdir. Genç insanların internette geçirdikleri zamanın içeriğini daha çok oyun oynamak, yeni kişilerle tanışmak doldururken, yetişkin bireyler için ise, bu iş hayatıyla ilgili daha fazla bilgi sahibi olmak olarak yer almaktadır (Madell ve Muncer, 2004, s. 247). Berson ve Berson'a (2003) göre bilinçli, doğru ve amacı doğrultusunda kullanılan internet bireylerin bilgiye ulaşma ve problem çözme becerilerinin gelişmesine katkı sağlayan bir teknolojidir. Ancak internetin aşırı ve bilinçsiz kullanımı ise, bireylerde stres ve kaygıya neden olmakta, psikolojik olarak olumsuz etkilenmelerine neden olmaktadır (Akt., Horzum ve Ayas, 2013, s. 47).

Young (2004) , amacı dışında internette çok fazla zaman geçirilmesini ve bunun sonucu olarak bireylerin günlük yaşamlarında aksama ve ihmal meydana gelmesi durumu internet bağımlılığı olarak tanımlamaktadır (Akt., Çetinkaya, 2013, s. 12). Caplan, Williams ve Yee (2009, s. 3) insanların depresif ruh hali, özgüven düşüklüğü, günlük hayatında yaşadığı yüksek kaygı düzeyi, mutlu olamama gibi sebeplerden dolayı internette daha fazla geçirmeye yöneldiklerini, sosyal ilişkilerinde kuramadıkları sağlıklı ilişkileri internet üzerinden sanal olarak daha kolay yapabildiklerini, bu durumun da internet bağımlılığının etkenleri arasında yer aldığını belirtmiştir. İnternetin aşırı kulla-

nilması, bireylerin iş hayatlarındaki verimlerinin azalmasına, günlük hayatlarını sekteye uğratmasına, fiziksel ve psikolojik rahatsızlıkların ortaya çıkmasına neden olmaktadır. Young, Pistner, Mara ve Buchanan'a (2000, s. 475) göre kişiler internete bağımlı olması durumunda, aşırı endişe, kaygı, gerçek yaşam fonksiyonlarında bozulma, internet kullanımını hakkında yalan söyleme gibi durumları sergilemektedir.

Yapılan çalışmalar çocukların sanal ortamda yetişkinlere göre daha kolay istismar edilebildiğini ortaya koymaktadır. Yaman, Dönmez, Yurdakul ve Odabaşı (2017, s. 425) teknolojideki hızlı gelişmeler ve dijital araçlara sürekli artan erişim göz önüne alındığında, çocuklar için çevrimiçi risklerin daha da arttığını, çocukların sanal ortamda siber zorbalık, aşağılama, taciz, tehdit, kimlik ve fotoğraf hırsızlığı, sahte hesaplarla karşılaşma gibi çok fazla uygunsuz durum ile karşı karşıya geldiklerini söylemişlerdir. Bir anlamda, çevrimiçi içeriklere de yine erişimin artması, bu risklerle karşılaşan çocukların da sayısının artmasına neden olmaktadır. Young (1996, s. 241) sağlıklı psikolojik gelişime sahip olan çocukların bile, herhangi bir denetim mekanizması olmaksızın internette sınırsızca zaman geçirmeleri sonucu hem porno gibi uygun olmayan pek çok içeriğe, bilgi ve görüntüye erişebildiklerini hem de sanal oyunları uzun süre oynamaları sonucu, gerçek hayatla bağlarının koptuğunu, bunun sonucu olarak da bu çocuklarda psikolojik problemlerin görülebileceğini belirtmiştir.

İnternetin aşırı kullanılması, her yaş ve kademedeki öğrenci ve gençler arasında hızla yaygınlaşan bir durum haline gelmektedir. Arısoy (2009, s. 66) günümüzde genç bireyler arasında internete erişimin rahat olmasının da etkisiyle, ülkemizde patolojik internet kullanımının yetişkin kişilerden ziyade çocuk ve gençler arasında hızla yaygınlaştığını belirtmiştir. İnternete okul, ev, kütüphane gibi pek çok mekandan kolaylıkla ulaşılabilir olması, ders ve ödevler için öğrencilere büyük kolaylık sağlaması gibi durumlar, internet kullanan öğrenci sayısının her geçen gün artmasına neden olmaktadır. Sosyal alanda kendini rahat ifade edemeyen ve iletişim becerileri zayıf olan öğrenciler internette kendilerini özgürce ve kısıtlama olmadan gösterebilmektedir. Bu durum ilerleyen safhada, arkadaşlık ve aile ilişkilerinde sorunların ortaya çıkmasına yol açmaktadır. İlkokul çağında başlayan aşırı internet kullanımı, kontrol altına alınmadığı ve altta yatan nedenler araştırılmadığı takdirde, çocukların sağlıklı gelişimlerini sekteye uğratabilecek sorunlara yol açabilmektedir. Yaman vd. (2017, s. 425) internet ortamında karşılaşılan uygunsuz içerik ve durumlardan çocukların zarar görmesini engelleyecek yollar geliştirilmesinin ve çalışmalar yapılmasının faydalı olacağını söylemişlerdir.

Binali (2015) ilkokul öğrencilerinin bilinçli olmayan internet kullanımı sonucu, günlük yaşamlarında olumsuz durumlar meydana gelebileceğini belirtmiştir (Akt., Medikoğlu, 2018 ,s. 2). Öğrenciler aşırı internet kullanımına bağlı olarak; aile içinde ebeveynleri ile tartışmalar yaşamakta, sorumluluklarını yerine getirme ve ödev yapma konusunda yaşadığı sorunlar nedeniyle okulda sınıf içi performansları düşmekte, başarısızlık yaşamaktadırlar. Yine uzun süre ekrana bakmaktan kaynaklı görme ile ilgili sorunlar yaşama, hareketli yaşamı terk etme sonucu şişmanlamaya başlama, sosyal çevre ile kurulan ilişkilerde bozulmalar ve kavgaların artması gibi belirtiler bilinçsiz internet kullanımı sonucu ortaya çıkabilmektedir. Horzum ve Ayas (2013, s. 53) ebeveynleri tarafından internette geçirdikleri süreleri denetlenmeyen, kontrol edilmeyen çocukların internette harcadıkları zamanın aşırı derecede artmasıyla birlikte, internete bağımlı olma risklerinin arttığını, bu durumun da çocuklarda psikolojik rahatsızlıkların yanı sıra, kronik sağlık sorunlarına yol açabileceğini ifade etmiştir. Yapılan bu araştırmalar doğrultusunda bilinçsiz internet kullanımının bireyde sadece psikolojik olarak zarar vermekle kalmadığını, fiziksel ve biyolojik rahatsızlıklara da yol açtığını, bireylerin sosyal yaşamlarına da zarar verdiği söylenebilir.

Araştırmalar dünyada ve ülkemizde internetin çok hızlı yaygınlaştığını, birçok çocuk ve ergenin internetin sunduğu güzel imkanlar kadar, beraberinde getirdiği olumsuz sonuçlarından da fazlasıyla etkilendiğini ortaya koymaktadır. Cengizhan (2005, s. 97) günümüzde hızla yaygınlaşan internet kullanımı sonucu çocuk parklarında, sokaklarda oynanan oyunların azalarak sanal oyunların arttığını, çocukların sanal ortamda çevrimiçi oyunlarla iletişim kurmaya çalıştıklarını, kütüphanelerde kitap okuyan çocukların sayısının azaldığını, gerçek yüz yüze diyalogların giderek zayıfladığını, bu durumun da çocuklarda iletişim becerilerinde zayıflamaya neden olduğunu ifade etmiştir. Bu nedenle öğretim hayatının ilk aşaması olan ilkokul düzeyinde, öğrencilerin internet bağımlılık nedenlerini araştırmak ve bu nedenler için çözüm yolu bulmaya çalışmak önemli olacaktır. Bu şekilde hangi nedenlerden dolayı, bu sorunun ortaya çıktığı ile ilgili durum çalışması yapılırsa, çocukların sağlıklı gelişimini engelleyen etkenlerin ortadan kaldırılması için geniş çaplı önlem alınmış olabilir.

1.2. Araştırmanın Amacı

İnternet bağımlılığı, çocuk ve ergenlerin gelişimine zarar veren ve günümüzde hızla büyüyen bir kavramdır. Ayrıca diğer bağımlılık türleri gibi hızla çocuk ve gençler arasında yaygınlaşmaktadır. Özellikle ilkokul çağında başlayan internet bağımlılığı

kontrol altına alınmadığı takdirde, hem çocuk hem ebeveynler için daha büyük sorunlara yol açabilmektedir. Bu doğrultuda bu çalışmada ilkokul öğrencilerinde görülen internet bağımlılığının nedenleri, sonuçları, sosyal çevre üzerindeki etkisi ve bu konuda yapılan önleyici çalışmaların nasıl olduğunun incelenmesi amaçlanmıştır.

1.3. Araştırmanın Önemi

İnternet bağımlılığı çocuk ve gençlerin akademik başarılarında azalma, sorumluluklarını ihmal etme gibi sorunların yanı sıra, bel, boyun ağrısı, göz rahatsızlığı gibi fiziksel sorunlar ve pek çok psikolojik ve sosyolojik sorunları da beraberinde getirmektedir. Mohammad' in (2016, s. 21) çalışmasında internet bağımlılığının kişilerde mental ve fiziksel problemlere neden olduğu, Sharma ve Sharma' nın (2017, s.21) araştırmasında internet bağımlılık durumu arttıkça, akademik performansta düşme meydana geldiği, Singh ve Nagar' ın (2019, s. 29) çalışmasında internet bağımlılığının öğrenciler üzerinde sosyal beceri eksikliğine neden olduğu, sosyal uyumsuzluk durumunu artırdığı görülmüştür. Yaman vd.,' nın (2017, s. 425) okul psikolojik danışmanların perspektifinden ilkokul öğrencilerinin internet ortamında karşılaştıkları sanal risk gruplarının belirlenmesi konulu çalışmada, ilkokul öğrencilerinin, fotoğraf çalma, gerçek olmayan sahte hesaplar tarafından taciz edilme, kişisel bilgilerinin alınmaya çalışılması, çevrimiçi ve çevrimdışı uygunsuz iletişimlere maruz kalma, siber zorbalık, aşağılama, tehdit edici mesajlar alma gibi problemlerle okul psikolojik danışmanlarına başvurdukları görülmüştür.

İnternet bağımlılığı ile ilgili yapılan bu çalışmalar incelendiğinde özellikle okul çağı döneminde yer alan ilkokul çocuklarında görülen internet bağımlılığının önlenmesi ve bu konuda nelerin yapılabileceği ile ilgili önerilerin sunulmasının önemli olduğu görülmektedir. Bu nedenle bu çalışmada, öğrenci, veli ve öğretmen görüşmelerine ek olarak ilkokul 3. ve 4. sınıf öğretim programının ve okul rehberlik ve psikolojik danışmanlık çerçeve planının doküman analizi yöntemi ile incelenmesi ile elde edilen verilerin, konu ile ilgili yapılacak diğer çalışmalara ışık tutacağı düşünülmektedir.

1.4. Problem Cümlesi

- 1) İlkokul öğrencilerinde internet kullanımı ve internet bağımlılığı nasıldır?
- 2) İlkokul öğrencilerinde internet bağımlılığının sonuçları nasıldır?
- 3) İlkokul öğrencilerinde internet bağımlılığının sebepleri nelerdir?

- 4) İlkokul öğrencilerinde internet bağımlılığının sosyal çevre üzerinde nasıl bir etkisi vardır?
- 5) İlkokul öğrencilerinde internet bağımlılığını önlemeye yönelik yapılan çalışmalar nelerdir?
 - a) Okul rehberlik çerçeve programı içerisinde internet bağımlılığı konusunda yapılan çalışmalar nasıldır?
 - b) Öğretim programları içerisinde internet bağımlılığı konusunda yapılan çalışmalar nasıldır?

1.5. Varsayımlar/Sayıtlar

Bu çalışmada araştırmacının hazırladığı görüşme sorularına, öğrencilerin ve öğretmenlerin gerçekçi ve içten cevaplar verdikleri ve cevapların onların gerçek düşüncelerini yansıttıkları varsayılmıştır.

1.6. Sınırlılıklar

Bu araştırma;

- 1) 2019-2020 öğretim yılı Eskişehir ili merkezinde bir ilkokulda öğrenim gören ve görüşmelere katılan 8 öğrenci,
- 2) 2019-2020 öğretim yılı Eskişehir ili merkezinde bir ilkokulda görev yapan ve görüşmelere katılan 4 sınıf öğretmeni ve 1 psikolojik danışman,
- 3) 2019-2020 öğretim yılı Eskişehir ili merkezinde bir ilkokulda öğrenim gören ve görüşmelere katılan 8 veli,
- 4) Araştırmacı tarafından amaca yönelik hazırlanan görüşme soruları ve katılımcıların görüşme sorularına verdikleri cevaplar ile sınırlıdır.

İKİNCİ BÖLÜM

2.Kuramsal Çerçeve

Bu bölümde internetin tarihçesi ve gelişimi, internetin yaygınlığı, dünyada ve Türkiye’de internet kullanımı, problemlerli internet kullanımı, internet bağımlılığı, internet bağımlılığına kuramsal yaklaşım, internet bağımlılığının altında yatan nedenler, internet bağımlılığının ilkökul çocukları üzerindeki olumsuz etkisi, internet bağımlılığı ve sosyal ilişkiler, internet bağımlılığı ve psikolojik faktörler, internet bağımlılığı ve bireysel risk faktörleri, internet bağımlılığı ile ilgili yurtiçi ve yurtdışında yapılan araştırmalar ve öğretim programlarında internet bağımlılığı başlıklarına yer verilmiştir.

2.1. İnternetin Tarihçesi ve Gelişimi

İnternet terimi, uluslararası ağ anlamına gelen International Network sözcüklerinden üretilmiştir. Ağların ağı olarak ifade edilen internet; telefon hatları, uydular ve kablosuz yayın yapan araçlarıyla tüm dünyaya yayılmaktadır (Günüç, 2009, s.7).

Günümüzde dünyanın pek çok yerinde yaygın şekilde kullanılan internetin temel yapı taşı ABD ve Sovyet Rusya arasındaki yarışa dayanmaktadır. Sovyet Rusya’nın 1957’de ilk uyduları olan Sputnik’i uzaya göndermeleri sonucu, ABD kendi ordusu içinde teknolojiyi en üst seviyede yaygınlaştırmak için çalışmalara başlamıştır.1969’de Amerika Birleşik Devletleri olası herhangi bir saldırıya karşı zarar görse de faaliyetini devam ettirebilecek ve tüm ülkeye ulaşabilecek bir askeri bilişim ağı dizayn etmiştir. ARPANET(Advanced Research Project Agency Network) adı verilen bu bilişim ağına sonraki yıllarda pek çok kuruluş da dahil olarak, büyümeye devam etmiştir (İçel, 1998, s. 34). İlk çıkış amacı ülkede çıkabilecek bir savaş esnasında, bilgisayarlarla iletişimin mümkün olmadığı durumda, haber alış verişini sağlamak için kurulan bu ağ, zamanla pek çok bilim insanı tarafından bilgi alışverişini sağlamak için kullanılmıştır. Sonraki yıllarda Norveç ve İngiltere’nin de bu ağın içinde dahil olması, global anlamda ilk yapılan bağlantılar olarak tarihte yerini almıştır (Yükselen, 2007, s. 203). Aynı yıllarda J.C.R. Licklider’ ın Galactic Network adında çıkardığı kitap ise, internetin temelini oluşturan güzel gelişmeler arasında yer almıştır. L. Kleinrock’un California’da ilk internet bağlantısını kendi laboratuvarında kurması ile internetin fiziksel ağ olarak oluşturulması sağlanmıştır. Sonraki yıllarda e-posta sistemi de ortaya çıkmış ve Amerika’nın tamamı bu bilişim ağı üzerinde birleşmiştir. 1980’ li yılların ardından pek çok farklı kesim bu

bilişim ağına yoğun ilgi göstermeye başlamış, buna paralel olarak da interneti kullanan birey sayısı hızlı bir artış göstermiştir (Leiner, Cerf, Clark, Kahn, Kleinrock, Lynch, Postel, Roberts ve Wolff, 1997, s. 4).

İlk zamanlar internetin kullanımı kolay bir eylem değildi; çoğunlukla bilim insanları ve bilgisayar mühendisleri tarafından kullanılmaktaydı. Bu süreçte evlerde ya da iş yerlerinde bilgisayar yoktu ve internet fazla karışık bilgiler içeriyordu. Tim Barnes tarafından 1991’li yıllarda (www)’nın keşfedilmesiyle birlikte, bilgi paylaşımı daha kolay bir hal almaya başlamış; kullanan birey sayısının hızla artmasıyla birlikte bilgisayar ağı, günümüzde internet olarak adlandırılmıştır (Arısoy, 2009, s. 56).

Türkiye’de ise internet 1990’lı yıllardan sonra gelişmeye başlamıştır. Ülkemize ilk olarak internet, Ege Üniversitesi’nin desteği ile Türkiye Üniversite ve Araştırma Kurumları Ağı ile girmiştir.1991’de ODTÜ ile TÜBİTAK işbirliğinde gerçekleştirilen TR-NET isimli bir çalışmayla 1993’de ODTÜ ile Washington arasında hazırlanan bir sistemle internet kullanıma açılmıştır.Takip eden yıllarda ‘‘tr’’ uzantılı hazırlanan web sitelerine ek olarak, ‘‘org’’ ve ‘‘com’’ uzantılı pek çok web site de kullanıma açılmıştır (Arısoy, 2009, s. 57). Ülkemizde internetin yaygınlaşması ilk olarak akademik çevrelerle başlamıştır. Günümüzde ise internet kullanan birey sayısı hızla artmakta, internet kullanımı, iş yeri, okul, ev gibi pek çok ortamda giderek yaygınlaşmaktadır.

2.2. İnternetin Yaygınlığı

Yalnız ülkemizde değil dünya çapında da hızlı bilgi paylaşımına olanak sağlayan internet, gün geçtikçe daha fazla insanın günlük hayatında en temel unsur olarak yerini almaktadır. İnternetin daha kolay ve çabuk bilgiye ulaşmayı sağlaması, insanlara daha fazla sosyal paylaşım ortamı sağlaması modern dünyada yerini daha da sağlamlaştırmasına yardımcı olmaktadır. Ayrıca insanlara yaşamlarını kolay hale getirmesi ve zenginleştirmesi için pek çok olanak sunması da internetin günümüz toplumunda temel ihtiyaçlar listesinde ilk sıralarda yer almasını sağlamıştır. TÜİK(Türkiye İstatistik Kurumu)’in 2019 yılında açıkladığı sonuçlara göre ülkemizde her 10 ailenin 8’inin evinde internet kullanılmaktadır. Yine TÜİK’ in 2019 verilerinde Türkiye’de yaşları 16 ile 74 arası değişen bireylerin interneti kullanma oranları %75,3 civarında olduğu görülmektedir. Bu sayıların ise gün geçtikçe yükseldiği, interneti kullanan birey sayısında hızlı bir artış olduğu görülmektedir.

Günümüz toplumunda insanlar, internete girmek için sadece bilgisayarları değil cep telefonlarını da çok sıklıkla kullanmaktadır. İş yerinde, okulda, sokakta her zaman

yanımızda taşıdığımız akıllı telefonların iletişim aracı olarak kullanımının yanında, internete erişim amacıyla da kullanılması, günlük hayatta internetin kullanım oranını fazlasıyla artırmaktadır. Arısoy (2009, s. 57) ortaya çıktığı ilk dönemler çok karmaşık bir yapıda olması nedeniyle yalnız bilim insanları tarafından kullanılabilen internetin, günümüz modern toplumunda daha pratik ve rahat kullanıldığını ifade etmiştir.

2.3. Dünyada ve Türkiye’de İnternet Kullanımı

Hızla yaygınlaşan internet kullanımının dünyada ve Türkiye dağılım verileri Tablo 2.1’ de verilmiştir. Tablo incelendiğinde 2000 yılında elde edilen verilere göre dünyada internet kullanıcı sayısının %917 artış gösterdiği görülmektedir. Dünyada 4,2 milyar kişi ile en çok internet kullanıcısı bulunan ülkesinin Asya olduğu görülürken, en az Avustralya olduğu görülmektedir. Nüfusa oranla internet kullanıcı sayısına bakıldığında ise Kuzey Amerika % 89,4 ile ilk sırada yer alırken , %39,6 ile Afrika son sırada yer almaktadır. 2019 yılı elde edilen veri sonuçlarına göre internet kullananların sayısı 7,7 milyar civarındadır.

Tablo 2.1 Ülkelerin Yıllara Göre İnternet Dağılım Yüzdeleri
(<http://www.internetworldstats.com/stats.htm>)

Bölgeler	Tahmin 2019 Nüfusu	İnternet Kullanıcıları (Haziran 2019)	İnternet Kullanıcıları (Aralık 2000)	Nüfusa oranları	2000-2019 Artış Hızı
Afrika	1.320.038.716	522.809.480	4.514.400	%39,6	%11,481
Asya	4.241.972.790	2.300.469.859	114.304.000	%54,2	%50,7
Avrupa	829.173.007	727.559.682	105.096.093	%87,7	%16,0
Karayıplar	658.345.826	453.702.292	18.068.919	%68,9	%10,0
K. Amerika	366.496.802	327.568.628	108.096.800	%89,4	%7,2
Avustralya	41.839.201	28.636.278	7.620.480	%68,4	%0,6

Mart 2019’ün istatistiklerine göre dünyada en çok internet kullanıcısı olan ülke 829 milyon ile Çin’dir. Çin’in ardından 560 milyon ile Hindistan 2.sırada ve 292 milyon ile ABD 3.sırada gelmektedir. Türkiye’de de İnternet kullanımında dünyadaki artışa paralel şekilde hızlı bir yükseliş görülmektedir. 2019 senesinde yapılan araştırmaya göre 69 milyon kullanıcıyla Türkiye, dünyada internet kullanımında 12. olmuştur (TUİK, 2019).

Türk insanın günlük yaşamında interneti ne sıklıkla kullandığı TÜİK verilerinde görülmektedir. Türkiye’de 16-74 yaş grubunda yer alan kişilerde internet kullanma oranları 2018 senesinde %72,9 iken 2019 senesinde bu oran %75,6 olmuştur. Yine Hanehalkı Bilişim Teknolojileri Kullanım Araştırmasına göre, internete erişim olanağı bulunan hane oranının 2019 yılında %83,8 iken, 2019 yılında bu oranın %88,3 olduğu görülmüştür. Türkiye’de yıllara ve cinsiyete göre internet kullanım istatistiklerine baktığımızda artış olduğu görülmektedir. 16-74 yaş arası bireylerin internet kullanım sıklığı 2018 yılı verilerine göre % 72,9 iken 2019 da bu oranın 75,3 ‘e yükseldiğini görmekteyiz. 16-74 yaş arası interneti kullanan bireylerin cinsiyet bazında dağılımına baktığımızda ise %81,8 ile erkek kullanıcıların oranının , % 68,9 ile kadın kullanıcı oranından fazla olduğu görülmektedir. Yine TÜİK verilerine göre, ülkemizde internetin en çok kullanılma amacı mesajlaşma ile internetten görüntülü ya da sesli konuşma iken internetin en az kullanıldığı alan ise herhangi bir konuda görüş belirtmek olarak ortaya çıkmaktadır (TÜİK, 2019).

2010 yılı EU Kids Online (Avrupa Çevrimiçi Çocuklar) çalışma grubunun Türkiye’nin de içinde bulunduğu 24 Avrupa ülkesinde, yaşları 9-16 arası değişen Avrupa ülkelerinden yaklaşık 23.000, Türkiye’den ise 1018 çocuk ile yapılan görüşmeler sonucu ortaya çıkan sonuçlar şu şekilde sıralanmıştır:

- Avrupa ülkelerinde 9-16 yaş arası çocukların internete başlama oranları %59 iken, Türkiye’de bu oran %45’dir.
- Türkiye’de 9-16 yaş arası çocukların %45’i interneti kullanmaya 7-10 yaş aralığında başladıklarını belirtmişlerdir.
- Avrupa ülkelerinde çocukların %59’u 7-10 yaş aralığında internet kullanımına başladıkları belirtmişlerdir.
- Türkiye’deki çocukların büyük çoğunluğu internet kullanımını konusunda yeterli bilgiye sahip olduklarını belirtmişlerdir. Ek olarak internet konusunda ailelerinden çok daha fazla şey bildiğini ifade eden çocukların oranı da fazladır. Ancak yine bu araştırma sonucuna göre, Türkiye’de çocukların %38,8’i internette her bulduğu bilgi için doğru olup olmadığını öğrenmek için farklı kaynaklardan da araştırma yaptığını, %31,6’sı sosyal medyayı kullanırken hesabının gizlilik bölümlerini düzenlemeyi bildiğini,%30,1’i sosyal medyadan gelen yabancı mesajları engelleyebildiğini, %43,8’i bilinçli ve güvenli internet kullanımını konusunda bilgi sahibi olduğu görülmüştür. Bu becerilere sahip olan çocukların Avrupa ülkelerindeki oranı ise %60 civarındadır. Bu bilgilerden yola çıkarak Türkiye’deki

çocukların bilişim teknolojisi alanında yeterli özgüvene sahip oldukları ancak bu özgüven ile bilinçli ve güvenli internet kullanımının paralel seviyede olmadığı görülmektedir.

2.4. Problemlı İnternet Kullanımı

İnternet kullanan birey sayısının hızla arttığı 21.yy' da, internetin sağladığı olanaklara paralel olarak, sağlıksız olmayan internet kullanımı ve olumsuz sonuçları da hızla yaygınlaşmaktadır. Bu olumsuz sonuçlar incelendiğinde en temel olarak bireylerin fiziksel sağlıklarının, aşırı internet kullanımı doğrultusunda bozulmaya başladığı görülmektedir. Aslan' nın (2011, s. 40) ortaya koyduğu araştırma sonuçlarına göre, teknolojik aletleri ve internetin uzun süre kullanımı ile uyku sorunu, halsizlik, boyun ve omuz bölgesinde görülen ağrılar gibi sağlık problemleri arasında paralel yönde ilişki bulunduğu görülmüştür. Üstelik araştırmaya giren katılımcıların büyük çoğunluğunda ciddi oranda, el bileklerinde uyuşma ve gözlerde yanma, sulanma ortaya çıkmıştır. İnandı ve Akyol (2014) uzun süreli internet kullanımının neden olduğu sağlık sorunlarını üç alt başlık altında ele almıştır. Bunlar fiziksel, çevresel ve ruhsal boyuttur. Bilgisayarın karşısında saatler boyu mola vermeden çalışmanın yol açtığı duruş bozukluğu fiziksel boyutta ele alınırken, teknolojik aletlerle geçirilen zaman dilimi içerisinde gürültülü ortam, etrafa yayılan ısı ve ışık, ortamın aydınlatılması gibi etkenleri çevresel boyut altında ele almıştır. Stres, sıkıntı, çalışılan ortamın olumsuz olmasının yarattığı ilişkiler ise ruhsal boyutta ele alınan risk faktörleri arasında yer almaktadır.

Karahisar'a (2014, s. 82-83) göre internet yetişkinler kadar pek çok çocuğun da rahatlıkla erişebileceği şiddet, erotizm, pornografik içerikli film ve sitelerle doludur. Çocuklar internette oyun oynarken, arkadaşları ile sohbet ederken ya da sosyal medyada dolaşırken, gelişimlerini olumsuz etkileyebilecek birçok olumsuz içerikle karşı karşıya gelebilmekte, çoğu zaman da aileleri bu durumdan haberdar olmamaktadır. Çocuklar, şiddet içerikli oyunlarda, fiziksel zarar vermek, vurmak, ölümcül davranışlara maruz kalmak gibi olayları normalleştirmekte, birçok olumsuz hareketi, durumu doğal bir olgu gibi kabul edip benimseyebilmektedir. Yine internet kullanımı konusunda bilinçli olmayan çocuklar, kendilerine ya da ailelerine ait özel bilgileri sanal ortamda , yabancı insanlarla paylaşabilmekte , bu durum da onları taciz ve istismara açık hale getirmektedir.

Davis (2001, s. 189) problemlı internet kullanımını açıklarken bilişsel davranışçı kuramdan yararlanmış, problemlı bilişsel süreçlerin kişilerin davranışlarına aktarılması sonucu, patolojik internet kullanımının ortaya çıktığını belirtmiştir. Kişilerin internet

üzerinde harcadığı zamanın fazla olması ve sanal dünyada karşılaştığı olumsuz olgulardan dolayı, günlük hayatlarını etkileyen hoş olmayan durumların oluşabileceğini ifade etmiştir.

Yukarıda yer alan çalışmalar ışığında problemlerli internet kullanımının olumsuz sonuçlarını şu şekilde sıralayabiliriz:

- İnternet kullanımının aşırı olması nedeniyle uyku düzeninde meydana gelen sorunlar
- Uyku düzeninin bozulmasına paralel olarak ortaya çıkan halsizlik, yorgunluk, göz ağrıları ve görme bozuklukları
- Sırt ve boyun bölgesinde oluşan ağrılar
- Uzun süre bilgisayar başında kalınması sonucu oluşan duruş bozuklukları
- El bileklerinde uyuşma, halsizlik ve ağrılar
- Günlük sorumlulukların yerine getirilmemesi
- Depresyon ve anksiyete
- Sosyal ilişkilerde problemlerin artması, sağlıklı insan ilişkilerinin bozulması
- Hem iş hayatında hem de akademik alanda başarısızlık

2.5. İnternet Bağımlılığı

Günümüz dijital dünyasında teknoloji kullanımı ile teknolojinin aşırı kullanımı arasında ince bir çizgi bulunmaktadır. İnternetin bilinçli kullanımının yanında, bu ince çizgiyi aşarak aşırı kullanılması durumu internet bağımlılığına neden olmaktadır.

İnternet bağımlılığı ile ilgili yapılan ilk çalışmalar Amerikan Psikoloji Derneği'nin 1996 yılında ortaya koyduğu bulgulara dayanmaktadır. İnternet bağımlılığı kavramını ilk olarak kullanan kişi ise Ivan Goldberg'dir. Goldberg 1995 yılında meslektaşlarına gönderdiği bir mailde internet bağımlılığı kavramını şaka yolu ele almış, dönemin pek çok uzman kişisi tarafından sonrasında internet bağımlılığının sorgulanmasını sağlamıştır (Perdew, 2014, s. 25). Bu olay, internet bağımlılığının bilimsel anlamda konuşulması, tartışılmasında büyük öneme sahiptir.

Young (2007, s. 4) 'a göre internet bağımlılığı kişilerin aşırı, yoğun internet kullanımı nedeniyle kendini kontrol edememesi, yalan söyleme davranışı sergilemesi, psikolojik olarak yoğun yoksunluk göstermesi gibi etkilerle beraber insanlarda patolojik belirtiler gösteren bir davranış şeklidir. Bu noktada, yalnız internete aşırı düşkün olmak, bağımlı olmak değil; aynı zamanda internet aracılığıyla kurulan eylemlerde, oyunlarda

da bağımlı olma durumu ortaya çıkmaktadır. İnternete bağımlı olma durumunun farkını anlamak, anlamlandırmak için belli başlı kriterlere gereksinim duyulmuştur. Young (1996, s. 238) internet bağımlılığını kumar bağımlılığına benzetmiş, bu şekilde internet bağımlılığına ilişkin belirli kriterler, ölçütler ortaya çıkarmıştır. Ögel (2012, s. 136) internet bağımlılığının oluşmasında etken olan bu kriterlerin medyana gelmesinde, kişilerin ruhsal, psikolojik faktörler kadar sosyal, toplumsal çevrenin de öneminin büyük olduğunu söylemiştir. Young' un ilk çalışmalarından bu yana internet bağımlılığı konusu pek çok yaklaşım tarafından dikkat çekici hale gelmiş; internet bağımlılığı kavramı, çevrimiçi bağımlılık, net bağımlılık, siber bağımlılık, internet bağımlılığı bozukluğu gibi farklı terimler adı altında hızla popüler olmaya devam etmiştir (Perdew, 2014,s. 26)

Literatür incelendiğinde internet bağımlılığı ile ilgili pek çok tanımın yapıldığı görülmektedir. Young (2004) amacı dışında internette çok fazla zaman geçirilmesini ve bunun sonucu olarak bireylerin günlük yaşamlarında aksama ve ihmal meydana gelmesi durumunu internet bağımlılığı olarak tanımlamaktadır. İnternetin aşırı kullanılması, bireylerin iş hayatlarındaki verimlerinin azalmasına, günlük hayatlarını sekteye uğratmasına, fiziksel ve psikolojik rahatsızlıkların ortaya çıkmasına neden olmaktadır (Akt. Derin ve Bilge, 2016, s. 37). Zorbaz (2013, s. 18) internetin sağlıksız internet kullanımı durumunu, kişinin kendini kontrol edemeyecek seviyede interneti aşırı kullanması, bu nedenle de günlük yaşamında yerine getirmesi gereken sorumluluklarını, eylemlerini aksatması, ailesi, arkadaşları, yakın çevresiyle sorunlar yaşaması olarak ifade etmiştir. Gönül (2002, s. 105) sağlıklı olmayan internet kullanımı kavramını ' Patolojik İnternet Kullanımı' olarak ifade etmeyi daha uygun bulmuşlardır. Bayraktar (2001, s. 52) internetin takıntı derecesinde çok fazla kullanılması ve kullanmadığı durumlarda ortaya rahatsızlıkların çıkmasını sağlıksız internet kullanımı olarak ifade etmiştir. Gangwar ve Suidha'a (2016, s. 172) göre internet bağımlılığı günümüz dünyasında çok ciddi bir problem teşkil etmektedir; internet bağımlılığı bireylerin yaşam tarzlarını, günlük hayatlarını, uyku düzenini, yemek yeme alışkanlıklarını, kişilerarası ilişkilerini ve iletişim becerilerini olumsuz yönde etkilemektedir.

Sağlıksız internet kullanımına ilişkin tüm yapılan bu tanımlara ek olarak, bilinçli internet kullanımı için de yapılan tanımlamalar bulunmaktadır. Davis(2001) internetin fiziksel, ruhsal, psikolojik problemlere neden olmadan, bireyin reel ve sanal yaşamı birbiri ile karıştırmadan interneti kendine uygun vakit aralığında kullanması durumu sağlıklı internet kullanımı olarak tanımlanmıştır (Akt., Günüc, 2009, s.19). Günüc(2009, s.25) internetin sağlıksız kullanımına doğru giden adımın, kişinin internette harcadığı

zamanın ailesi, arkadaşları, iş ortamı yani sosyal çevresiyle ilişkilerinde probleme yol açması ile başladığını belirtmiştir.

Doruk(2007, s. 13) internetin yetişkinlerde kolay bilgiye ulaşmayı sağlama, zamanı daha iyi kullanabilmeyi öğrenme gibi faydalarına ek olarak çocuklarda akademik ve bilişsel gelişimini desteklediğini ifade etmiştir. Ancak bu olumlu özelliklerinin yanı sıra bel ve boyun ağrıları, halsizlik, uyku sorunları, aşırı uykusuzluğa bağlı olarak okul eve işte verimin azalması, göz sağlığının bozulması, fiziksel rahatsızlıklar, obezite gibi pek çok olumsuz sonuç doğurabilmektedir (Ückardes, 2010, s. 24). Doruk (2007, s. 15) internetin yarattığı olumsuz durumların en temel faktörü olarak ise, internet ve teknolojik araçların kullanımını değil, bunların yanlış ve bilinçsiz kullanımını öne sürmüştür.

2.6. İnternet Bağımlılığına Kuramsal Yaklaşım

İnternet bağımlılığı ile ilgili alan yazın incelendiğinde, farklı çerçevelerde internet bağımlılığını ele alan yaklaşımlar olduğu görülmektedir. Bu çalışmada internet bağımlılığını ele alan aşağıda yer alan kuramsal yaklaşımlar açıklanacaktır.

- Goldberg' in İnternet Bağımlılığı Teorisi
- Young'ın İnternet Bağımlılığı Modeli
- Davis'in Bilişsel-Davranışçı Kuramı
- Mark D. Griffiths'in İnternet Bağımlılığı Modeli

2.6.1.Goldberg' in İnternet Bağımlılığı Teorisi

İnternet bağımlılığı kavramını tanımlayan Goldberg(1996), kişinin bir yıllık süre içerisinde aşağıda açıklanan durumların 3'ü ve üzerini sergilemesi durumunda, problemli internet kullanımını gösterdiğini ifade etmiştir (Gönül, 2002, s. 106):

- 1) Tolerans geliştirmesi:
 - Kişinin internette daha fazla keyif almak için, internette harcadığı zamanı gereğinden fazla arttırması
 - Her gün aynı sürede internete girmesine rağmen internette aldığı haz duygusunun azalmaya başlaması
- 2) Yoksunluk yaşaması:
 - Kişinin günlük hayatı içerisinde yaşamını idame ettirirken, aklının sürekli internette olması

- Günlük aktivite içerisinde aklında sürekli internete dair fanteziler geliştirmesi
 - Yoğun olarak internet ortamında neler olup bittiği merak etmesi
 - Bilinçli ya da bilinçsizce sürekli klavye tuşlarına dokunuyor gibi davranması
 - İnternette uzak kalmasının yarattığı ruhsal sıkıntının vücut hareketlerine yansımaları
 - Bunaltı yaşamak
- 3) İnterneti stresli ve sıkıntılı durumlarından kurtulmak için bir kaçış yolu olarak görmesi
 - 4) İnternette harcadığı zamanını planlayamaması ve gereğinden fazla internet başında zaman harcaması
 - 5) İnternet kullanımının dair yaptığı planlamalar ilişkin başarısızlık yaşamaması
 - 6) Günlük hayatta gerçekleştirdiği hobi, sorumluluk, iş hayatı ve akademik çalışmalarının yerine sürekli olarak internet kullanımını tercih etmesi
 - 7) Aşırı internet kullanımına bağlı olarak aile içi sorunlar, iş yaşamı ile ilgili sıkıntılar, uykusuzluk, halsizlik, bel ve boyun ağrıları yaşamaması

2.6.2. Young' un İnternet Bağımlılığı Modeli

Dr. Kimberly Young, problemlili internet kullanımı yaşayan kişilerin yaşadığı semptomları, kumar bağımlısı olan kişilerin yaşadığı dürtü kontrol bozukluklarına benzetmiş; internet bağımlılığının kimyasal madde alımı içermemesinden dolayı DSM-IV' deki patolojik kumar oynama ölçütlerine benzediği sonucunu öne sürmüştür. Bu sonuca göre de, internet bağımlılığını belirlemek için tanı kriterleri yayınlamıştır. Yayınladığı bu 8 tanı kriterlerinden en az 5 tanesinin yer alması durumunda bireyin internet bağımlısı olabileceğini öne sürmüştür (Arısoy, 2009, s. 58). Young (1996, s. 238) 'un öne sürdüğü internet bağımlılığı ölçütleri aşağıda yer almaktadır.

- Kişinin günlük hayatında interneti aşırı düşünmesi, internette geçirdiği zamanın hayallerini kurması, sürekli internet üzerinden yapılan etkinlikleri düşünmesi.
- Keyif hissini daha fazla almak için, internette çok daha fazla zaman geçirmek istemesi
- İnternette harcadığı zamanın kısıtlanması, azaltılması halinde aşırı kızgınlık hissetmesi huzursuz davranmaya başlaması
- İnternette geçirdiği süreyi düzenleme konusunda başarılı olamaması

- Planladığından daha fazla internette zaman geçirmesi
- Uzun süreli internet kullanımı yüzünden akademik anlamda ve iş yaşamında problemler yaşaması, sosyal çevresi ile ilişkilerinin bozulması
- İnternet kullanımının aşırı olmasından dolayı çevresinden uyarı aldığı anda, onlara konu ile ilgili yalan söylemeye başlaması
- Yaşadığı sıkıntılardan ve günlük hayatın stresinden kurtulmak için interneti bir kaçış yolu olarak kullanması

2.6.3.Davis'in Bilişsel-Davranışçı Kuramı

Davis (2001, s. 188) planlanan zaman içerisinde belirlenen herhangi bir amaç doğrultusunda, patolojik bozukluğa meydan vermeden kullanılan internetin, bilinçli ve doğru internet kullanımı olduğunu ifade etmiştir. İnterneti sağlıklı kullanan bireylerin, günlük hayat ile sanal dünyayı birbirine karışmadığını, sağlıksız internet kullanımı olan kişilerde bu karmaşanın yaşanabileceğini söylemiştir.

Davis' in Bilişsel-Davranışçı Süreç Modeline göre, bireylerin bağımlı olmasına yol açan uzak ve yakın nedenler bulunmaktadır. Davis (2001, s. 190) uzak nedenlerin, aslında kişinin daha öncesinde yaşamında yatkın olduğu bir durum nedeniyle oluştuğunu söylemiştir. Bu durumları ise, bireylerin madde kullanımı, sıkıntılı ve stresli yaşam alanı, anksiyete vb olarak örneklendirmiş ve bu durumların kişileri sağlıksız internet kullanımına neden olduğunu belirtmiştir. Kişilerin internet ortamında her geçen gün farklı ve yeni bir bilgi ile yeni olgularla karşılaşma olasılığı çok yüksektir. Birey chat, sanal oyunlar, cinsel içerikli unsurlar gibi pek çok öğeyi internet dünyasında rahatlıkla bulabilir. İnternet ortamında gezerken, ardı ardına gelen yeni görseller, yazılı unsurlar ya da benzer içerikler, kişilerin sanal dünyadan aldıkları ilk olumlu duyguyu daha da çok istemelerine, bu da internet ortamındaki eylemleri artırmalarına, dolayısıyla da patolojik internet kullanımı döngüsüne farkında olmadan girmelerine neden olmaktadır.

Davis (2001, s. 191) kişilerin bağımlı olmasına neden olan yakın nedenleri ise, bilişsel yapıdaki çarpıklık olarak belirtmiştir. Bireyin özgüven eksikliği, kendini yetersiz hissetmesi, başarılı olacağına dair sürekli bir şüphe hali kısaca kendi ile ilgili olumsuz düşünce tarzı bilişsel çarpıtmalara örnek olarak gösterilebilir. Kendini yetersiz ve eksik hisseden birey, bu eksikliğini sanal dünyadan aldığı pozitif geribildirimlerle tamamlamaya çalışır. Yine Davis (2001, s. 192) 'insanların beni sevdiği ve bana değer verdiği yer internet.' ya da 'benim tek dostum internet' gibi dış çevresi ile ilgili bilişsel

çarpıtmalara kapılabileceğini, bu çarpık düşüncelerin, kişilerin internete olan bağımlılığın artmasına neden olduğunu söylemiştir.

Davis (2001, s. 192) özel ve genel olarak iki tip internet kullanımından bahsetmiştir. Bireyin internetin sadece tek yönünü gereğinden fazla ve kötü kullanması özel tip internet kullanımına girmektedir. Bireyin aşırı ve sürekli pornografi izlemesi, sadece sanal oyunlar oynaması, internet üzerinden aşırı kumar oynaması, sürekli ve sadece sanal chat yapması özel tip internet kullanımının patolojik şekilde ilerlemesine neden olmaktadır. Genel tip problemlili internet kullanımı ise, kişilerin çevresinden yeterli sosyal desteğin alınmadığı durumlarda ortaya çıkmaktadır. Kişinin tamamen amaçsızca ve saatlerce internet ortamında zaman geçirmesi, sosyal çevresi ile geçirmesi gereken zamanın neredeyse tamamını sebepsizce sanal dünyaya ayırması buna örnek olarak gösterilmektedir.

2.6.4. Mark D. Griffiths' in İnternet Bağımlılığı Modeli

İnternet bağımlılığı ile ilgili tanı ölçüleri koyan diğer bir çalışmacı olan Mark D. Griffiths DSM 4 çerçevesinde 7 farklı kriter ortaya koymuş, ve bu kriterlerden en az 4'ünü sergilemesi durumunda kişilerin internet bağımlısı olabileceğini söylemiştir. Bu belirlenen kriterler ise şu şekilde sıralanabilir (Beard ve Wolf, 2001, Akt., Şenormancı ve Sungur 2014, s. 262):

- Kişilerin internette harcadıkları zamanın planlanan süreyi aşp aşmadığının belirlenmesi
- Kişilerin internet üzerinde geçirdikleri zaman diliminin ne kadarını çevrimiçi etkinliklerde geçirdikleri
- Kişilerin internet için ayırdıkları süre nedeniyle, iş hayatını ve sosyal ilişkilerini aksatma durumları
- Kişilerin aşırı internet kullanımına paralel olarak çeşitli sorunlar yaşamaya başlamasına rağmen, interneti kullanmayı sürdürmesi
- Kişilerin interneti sınırlandırması ya da kullanmaması durumunda yoksunluk hissetmesi
- Kişilerin internete karşı gösterdikleri bağlılığın değerlendirilmesi

İnternet bağımlılığı ile ilgili yukarıda açıklanan 4 kuramın ışığında internet bağımlılığının belirtileri şu maddeler halinde sıralanabilir:

- Bireyin interneti ve internette geçireceği zamanı gereğinden fazla düşünmeye başlaması, yokluk hissettiği durumlarda bununla ilgili hayaller kurmaya başlaması,
- İnternette harcadığı zamanı en aza indirmeye çalışmasına rağmen, bunun başarısızlıkla sonuçlanması,
- İnternette, ihtiyacından fazla vakit harcaması ve vaktini internet kullanımı nedeniyle planlayamaması,
- İnternet kullanımını bıraktığı zamanlarda, mutsuzluk, üzüntü, stres ve sinirli olma durumlarının gözlenmesi,
- Plansız ve gereğinden fazla internet kullanımı sebebiyle, sosyal çevresinde, günlük hayatında sorunlar yaşamaya başlaması, aile, arkadaşlar ve yakın çevreyle çatışma içine girmesi,
- Var olan problemlerinden kaçış yolu olarak interneti aracı olarak kullanması,
- İnternet kullanımı konusunda ailesine yalan söylemeye başlaması,
- Akademik başarısızlık, iş hayatında aksaklıklar yaşama, sorumluluklarını yerine getirmemeye başlaması gibi etkenler, internet bağımlılığının belirtileri arasında sıralanabilmektedir.

2.7. İnternet Bağımlılığının Altında Yatan Nedenler

Küreselleşen dünyada, büyüyen ve genişleyen her şey gibi teknoloji de hızlı bir dönüşüm ve gelişim sağlamıştır. Yakın zaman diliminde teknoloji ile birlikte yaşamımıza dahil olan internet de günlük hayatımızın pek çok yerinde kendine yer bulmuş ve zorunlu bir olgu olarak yerini almıştır. Bu sayede bireylerin internete erişimi son yıllarda inanılmaz bir hızla artmış ve daha kolay hale gelmiştir. Eğlence, akademik çalışmalar, sanal oyunlar, mesajlaşma, haberleşme, alışveriş gibi 7'den 70'e pek çok insanın farklı ihtiyaçlarını, beklentilerini karşılayan internet, insanların dünyasında vazgeçilmez bir parça olarak konumlanmaya da devam etmektedir. Kişilerin interneti kullanma nedenleri ve internetten aldıkları hazzın kaynağı pek çok araştırmanın da odak noktası olmuştur. İnternete olan bu ilginin hızla artması ve interneti kullanım süresinin hızla önüne geçilemeyen bir noktaya geliyor olması, internet bağımlılığının altında yatan etkenlerin sorgulanmasını da sağlamış ve pek çok araştırmada bu konu üzerinde durulmuştur. Karahisar'a (2014, s. 93) göre interneti kullanan çocuk ve gençlerin genel olarak bu durumdan hoşnut olmaları, ailelerin çocuklarının internete bağımlı olabilecekleri fikrini düşünmemelerine ve internete herhangi bir sınırlama ya da denetim getirmemele-

rine, ülkemizde de yine teknolojik aletlere karşı olan aşırı ilginin de, her kesimden bireyin özellikle de çocukların internet kullanımlarının denetimsiz ve kontrolsüz olmasına yol açmaktadır.

Katz , Haas ve Greyitch (1973, s. 172) yaptıkları çalışmada kişilerin internete girme amaçlarını 5 adımda ele almıştır. Bunlar;

1. Çevresindeki olgu ve olaylar hakkında daha detaylı bilgi sahibi olmak istemesi
2. Günlük hayatta alamadığı haz duygusunu, internette geçirdiği deneyimlerle sağlamak istemesi
3. Günlük hayatın karmaşasından kaçıp, sıkıntı ve stresten uzaklaşma ihtiyacı
4. İnternet ortamında sosyal çevresi ile olan bağlarını daha çok güçlendirme ihtiyacı
5. Bireyin sanal dünyada kendini daha güvenilir hissetmesi ve var olan statüsünü artırma ihtiyacı olarak ifade edilmiştir.

Young (1998) hayatımızın pek çok alanına dahil olan internetle erken gelişim dönemlerinde karşılaşılan çocuk ve gençlerin, denetimsiz ve bilinçsiz interneti kullanmaları sonucu farkında olmadan birçok negatif durumla karşı karşıya kalabileceklerini, internet bağımlılığının da bu durumların ilk sıralarında yer aldığını belirtmiştir (Akt., Çetinkaya, 2013, s. 5). İnternet bağımlılığının altında yatan etkenler araştırıldığında, kişileri internet kullanımına iten nedenlerin neler olduğunun belirlenmesi bağımlılık sürecinin daha iyi anlaşılmasına yardımcı olacaktır. Biçer (2014, s. 4) çocuk ve gençlerin içinde bulunduğu sosyal çevrenin ve ruhsal gelişimlerinin de internet kullanımları üzerinde etkili olduğunu söylemiştir. Çevresiyle sosyal ilişki kurmakta zorlanan, yaşadığı gruptan kendini soyutlayan öğrenciler, kendi varlıklarını sanal dünyada ortaya koymak isteyebilir; bu durum ise patolojik internet kullanımına neden olabilmektedir. Bilinçli olmayan sağlıksız internet kullanımı, öğrencilerin okulda da derslerini ihmal etmesine, akademik problemler yaşamasına, bununla birlikte ebeveynleri ve çevresiyle olan ilişkilerinde sorunların ortaya çıkması ve daha da yalnızlık duygusu yaşamasına, gelişim dönemlerini sağlıksız geçirmelerine neden olacaktır.

Grohol(1999) sosyalleşme ihtiyacının, bireyleri internet kullanımına iten büyük bir etken olduğunu söylemiştir. Grohol, internet bağımlılığı ile problemler kumar oynama belirtilerini Young'un yaptığı gibi birbirine benzetmemiş, ikisini de farklı açılardan ele almış; bireylerin sosyal ilişki halinde olma ihtiyacını karşılamak için internet bağımlılığı durumunun ortaya çıktığını söylemiştir. Grohol(1999) bireylerin internet bağımlı hale gelmelerini adım adım bir ilerleyiş olarak görmüş ve şu şekilde tanımlamıştır:

- 1) Büyülenme: Kişiler bu noktada, sanal dünyayı oldukça heyecan verici ve daha önce karşılaşmadıkları yeni olgu, olay ve durumlarla karşılaştıkları farklı bir pencere olarak görmektedir. Sürekli internet ortamında karşılaştığı farklı etkinliklerden aşırı etkilenmekte, bu durum da kişilerin internette ayrılamamasına neden olmaktadır.
- 2) Hayal kırıklığı: Bu nokta bireylerin, sanal ortamın ilk zamanlarda görmek istediği yeniliklerine artık alışmaya başladığı kısımdır. Bireylere ilk zamanlar oldukça farklı, heyecan verici, zevk veren uygulamalar etkinlikler artık sıradan ve basit görünmeye başlamıştır. Bu durum da kişilerin internette zamanla keyif almamalarına, sıkılmalarına neden olmakta dolayısıyla da internette geçirilen zaman da azalma meydana gelmektedir.
- 3) Denge: Bireylerin artık, kendilerini internete tutsak eden tutumlarını bırakmaya başladıkları, gerçek yaşam ile internet ortamındaki hayatının arasında denge kurmaya başladığı, internet ve teknolojiyi daha sağlıklı kullanmaya başladığı aşamadır.

Grohol(1999) interneti kullanan bireylerin, zor olsa da ya da uzun zaman olsa da nihayetinde denge aşamasına geleceklerini söylemiştir. Yani bireyler interneti sağlıksız ve aşırı kullansalar bile bu aşamalardan geçtikten sonra, interneti günlük yaşamlarını bozmayacak şekilde dengeye koyabilmeyi öğreneceklerdir.

İnternet bağımlılığı ile ilgili yapılan araştırmalarda, bireylerin sosyal ilişkilerinden aldıkları haz ve mutluluk ile internette geçirdikleri süre arasında ters orantı olduğu görülmüştür. Günlük yaşamlarında daha sık problem yaşadığını düşünen kişiler, çevresindeki bireylerle olan ilişkilerini daha güzel sürdürebilmek ya da sağlıklı ve doyuma ulaştığı sosyal bir hayatı var gibi yaşamak için, internetin onlara sunduğu dünyaya sığınmakta, sanal diyaloglarla gerçek hayatta alamadığı doyumunu burada almaya çalışmaktadır. Bu şekilde bu bireylerde internete bağımlı olma oranı yükselmektedir. Sosyal çevresinde, aile ve arkadaş ilişkilerinde kendini yeterince ortaya koyamadığını düşünen bireyler, internet ortamında sanal ilişkilerle, hayatına anlam katacak iletişimlerde olmaya çalışmaktadır. Kısaca günlük yaşamında alamadığı doyumunu, internet aracılığıyla girdiği sanal dünyada almaya çalışmaktadır (Young, 1996, s. 243). Mohammad'in (2016, s. 21) çalışmasında interneti yoğun kullanan bireylerin internet ortamındayken kendilerini daha mutlu ve sevinçli hissettikleri, interneti ise daha çok chat yapmak, yeni insanlarla tanışmak, güncel bilgi sahibi olmak ve yetişkinler için porno sitelere girmek için kullandıkları görülmüştür.

Kim ve Kim'e (2002, s. 15) göre bireylerin internete bağımlı olmaları ile kendisine ve çevresine yabancılaşması arasında anlamlı bir ilişki bulunmaktadır. Bireyin içinde bulunduğu dünyaya karşı hissettiği yalnızlık duygusu, internete bağımlı olma olgusunun hem sebebi hem de sonucu olarak karşımıza çıkmaktadır (Ögel, 2012, s. 52). Yani bireyin sosyal ilişki içinde olduğu bir arkadaş ortamının olmaması, internete bağımlı olmasına neden olurken, diğer bir yandan doyum sağlayamadığı arkadaş grubunun olmayışı da internet bağımlısı olmasının bir sonucu olabilir (Dinç, 2010, s. 43). Özellikle kendini bir gruba kabul ettirmeye çalışan, grup aidiyeti kazanmak isteyen çocuk ve gençler internet ortamında oynanan pek çok oyunun sohbet odalarında iletişim kurmaktadır.

Günüç'e (2009, s. 38) göre bireyler sağlıksız internet kullanımı konusunda bilgi sahibi olsa da, sosyal çevresi tarafından dışlanma ve yalnız kalma korkusu ile internet kullanımını düzenleme ve denetlemede zorluk çekebilmektedir. Bu şekilde de bireylerin pek çok yönden tatmin olduğu, zevk aldığı, kendilerini daha değerli algıladıkları bir sanal dünya önlerine çıkmış bulunmaktadır. Birey günlük yaşamda bulamadığı bu ortamın, internet dünyasında içine dahil oldukça, giderek daha fazla sanal dünyanın içine girmekte ve ne yazık ki bu şekilde de bağımlı olma yolunda ilerlemektedir.

Yapılan çalışmalarda, bireylerin aile içi iletişimlerinin güçlü ya da zayıf olması konusu, internet bağımlılığının altında yatan diğer bir etken olarak yer almaktadır. Horzum ve Ayas'a (2013, s. 55) göre, aile ile sağlıklı iletişim kuramayan ve bu konuda sorun yaşayan bireyler, kendilerini internet ortamında daha çok anlatmaya, ifade etmeye gereksinim duymaktadır. Bölükbaş (2003, s. 110) ebeveynlerin, gençlerin internet kullarımlarını takibe almaları gerektiğini ve belirli çerçevelerde denetlemeleri gerektiğini; bunun yapılmaması durumunda, gençlerin farkında olmadan internetten olumsuz etkileceklerini belirtmiştir. Çevikkaleli ve Çevik (2010, s. 236) çalışmalarında, anne-babaların çocuklarının internet kullanımına karşı sergiledikleri tavır ile internet bağımlılığı arasında güçlü bir ilişki olduğunu belirtmiş; anne baba tutumları ile de internet bağımlılığı arasında ilişki olduğu vurgulamıştır. Umursamaz ve ilgisiz anne-baba tutumuna sahip ebeveynlerin çocuklarında, demokratik ve kuralları koyan anne-baba tutumuna sahip ebeveynlerin çocuklarına nazaran internet bağımlılığı seviyesi ve riski daha yüksektir.

Pek çok araştırmada, internet bağımlılığının sebepleri arasında bireyin yalnızlıktan kurtulup sosyalleşme ihtiyacının yattığının altı çizilmektedir. Bireyin sosyal yaşamında evde, işte, okulda ya da sokakta insanlarla kuramadığı iletişimi, etkileşimi inter-

net aracılığıyla kolaylıkla kurabiliyor olması, hissettiği duygu ve düşüncelerini rahatlıkla internet ortamında paylaşabilmesi, kendini olduğundan daha farklı gösterebilme imkânının internet sayesinde mümkün olması ve istediği kişi ya da kişileri internet aracılığıyla takip edebilme olanağının olması, bireylerin internet bağımlılığı yönünde ilerlemelerinin altında yatan sebepler olarak sıralanabilir. Bölükbaş (2003, s. 111) internet sayesinde bireylerin her an her şeye ulaşabilir olması, yasak olan şeylere bile erişiminin mümkün olması ve bunların daha cazip hale getirmesi gibi etkenlerin internet bağımlılığını tetikleyen etkenler olarak sıralanabileceğini ifade etmiştir. Eroğlu ve Bayraktar (2017, s. 186) bireylerin özsaygılarının yeterli olmaması, yoğun yalnızlık, depresyon, sosyal kaygı yaşaması gibi durumların internet bağımlılığı ile birlikte daha çok ortaya çıkması, bu göstergelerin internet bağımlılığını tetikleyen unsurlar olarak da görüldüğünü söylemiştir.

İnternet bağımlılığına etki eden diğer nedenler arasında bireyin sahip olduğu kişilik özelliklerinin de yer aldığı ileri sürülmektedir. Kılıç ve Batıgün' ün (2011, s. 8) bu konuda yaptığı araştırmalarda iki farklı görüş ortaya çıkmıştır. İlk olarak sosyal hayatında daha dışadönük ve aktif olan bireylerin, içedönük bireylere göre internette geçirdikleri sürenin daha fazla olduğu söylenmektedir. Bu görüşün aksine ikinci olarak ise, bireylerin sanal dünyada gerçek kimliklerini saklayabilmeleri ve gelecek olumsuz eleştirilerin de azalacağı düşüncesiyle, içedönük insanların, dışadönük insanlara göre internette geçirdikleri zamanın arttığı söylenmektedir.

Ayhan ve Köselioğlu (2019, s. 5) sanal ortamda oynanan online oyunların, internet bağımlılığının oluşumunda etkili olduğunu söylemiş; iletişim kurma ihtiyacını aynı zamanda online oyun esnasında, internette oyun oynadığı kişilerle karşılamaya çalışan, bunun yanında psikolojik olarak kendini iyi hissetmeye ve oyunlardan ekonomik kazanç da sağlamaya çalışan bireylerin bu davranışlarının süreklilik göstermesi ile internete bağımlı hale geldiklerini belirtmişlerdir. Ögel'e (2012, s. 106) göre bireylerin internet ortamında oynadıkları çevrimiçi oyunlar, internet bağımlılığına neden olmaktadır. Bahçede, parkta, sokakta oynanan geleneksel oyunların aksine, günümüzde online oyunlar teknolojik aletler yardımıyla pek çok kişi tarafından yoğun olarak oynanmakta, oyunlarda yer alan hayali karakterle sanal ortamda savaşıyor bireyler gün geçtikçe daha da kendilerine bu dünyanın içine kaptırmaktadır. Bu nedenle çoğu zaman karşılıklı da oynanan bu online oyunların devamlılık göstermesi, bireyin bu davranışını kontrol etmekte zorlanması ve önüne geçememesi ve patolojik belirtiler göstermeye başlaması sonucunda da internet bağımlılığının oluşmasına neden olmaktadır.

2.8. İnternet Bağımlılığının İlkokul Öğrencileri Üzerindeki Olumsuz Etkileri

İnternet kullanımı, bireye sağladığı kolaylıklar ve olumlu etkilerinin yanı sıra, internette geçirilen sürenin bilinçsiz olması ve internetin yanlış kullanımı sonucu ortaya çıkan internet bağımlılığı süreci, çocuk ve ergenlerin sağlıklı gelişiminin sekteye uğramasına neden olmaktadır. İnternet bağımlılığı çocuk ve ergenlerin akademik başarısında düşüş, sosyal ve günlük aktivitelerini yerine getirememe, fiziksel ve psikolojik sorunlarının ortaya çıkması gibi pek çok problemi de beraberinde getirebilmektedir.

Karahisar'a (2014, s. 82) göre çevrimiçi oyunlar, sosyal medya ve çevrimiçi mesajlaşmalar, çocukların internette zamanlarını en sık geçirdiği alanlardır ve internetin güvenli ve doğru kullanılması konusunda bilgi sahibi olmayan çocukların sanal ortamda taciz, pedofili, şiddet ile karşılaşabilme riskleri daha yüksek olmaktadır. Çocuklar sanal ortamda oyun oynarken ya da web sitelerinde gezinirken bir anda cinsellik ya da şiddet içerikli görüntülerle karşılaşabilir, yabancı insanlarla kendisine ve ailesine ait özel bilgileri bilinçsizce paylaşabilir, bu şekilde de zarar görme riskleri artabilmektedir. Oynadıkları oyunların içeriklerinde öldürmek, yaralamak, kavga etmek, hırsızlık yapmak gibi eylemlerin bulunması, çocukların bu davranışları normalleştirip kabul etmesine, şiddete ve kavgaya daha fazla eğilimli olmalarına neden olmaktadır. Arnas (2005, s. 64) çocukların denetimsiz biçimde interneti kullanırken porno, uyuşturucu gibi uygunsuz içerikli sitelerle karşılaşabileceğini, bu sitelerin özellikle küçük yaş grubu çocuklarının sağlıklı gelişimlerini sekteye uğratabileceğini, yine sanal ortamda gerçekleştirilen sohbetlerin küçük yaş grubu çocukları için zararlı olabileceğini söylemiştir.

Esen (2010, s. 81) bireylerin internette geçirdikleri zamanının planlanandan fazla sürmesi sonucu, sosyal hayatlarında yaptıkları eylemlerin ikinci plana düştüğünü belirtmiştir. İnternete karşı oluşan tolerans ve yoksunluk belirtileri, diğer bağımlık türlerinde de görüldüğü gibi internet bağımlılığında da görülmektedir. Toleransın gelişmesi sonucu, ergenlerin internet kullanım süreleri artmakta, internete erişimin sınırlı ya da engellendiği durumlarda ise ergenlerde, öfke, sinir, gerginlik gibi durumlar ortaya çıkmaktadır.

İnternet bağımlılığı yaşayan çocuk ergenler, sınırlı internet kullanımı konusunda aile ve yakın arkadaşlarıyla çatışma içine girebilir ve yaşanan gergin ortam sonucu çocuk kendini dış dünyadan soyutlayabilir. Yine aşırı internet kullanımına bağlı olarak yaşanan fiziksel ve psikolojik sorunları hakkında ebeveynleri ile konuşmak istemeyen çocuk ve gençlerin, okul ve dersleri aksayabilir, akademik başarısında düşüş yaşayabilir; ergen, görev ve sorumluluklarını yerine getirmeyi aksatarak hem kendi ile hem de

yakın çevresi ile kavga içerisine girebilir. Yaman vd. (2017, s. 420) yaptıkları çalışmada ilkokul öğrencilerinin internet ortamında en sıklıkla karşılaştıkları durumun şiddet olduğunu, şiddet ile beraber internet bağımlılığı, uygunsuz içerikli iletişim, siber zorbalık, küçük düşürücü olaylara maruz kalma gibi risk grupları ile karşılaştıklarını söylemişlerdir. Aynı çalışmada yine şiddet içerikli çevrimiçi davranışların, ilkokul öğrencilerinin okul yaşamına yansıdığı bulgusuna ulaşılmıştır. Örneğin, ilkokul öğrencilerinin çevrimiçi ortamlarda karşılaştıkları tehdit edici açıklamalar, kavgalar, ateşli tartışmalar, çocukların okulda akademik performanslarını etkilediği, aidiyet duygularını bozduğu, çocukların duygusal olarak olumsuz etkilendiği görülmüştür. Bu çalışmada öğrencilerin sanal ortamda hem mağdur hem de siber zorbalığı uygulayan kişi olduğu da görülmüştür. Bu noktada internet ortamının sağlıksız ve bilinçsiz kullanımının çocukları akademik, duygusal, davranışsal boyutta olumsuz etkilediği söylenebilir.

Horzum (2011, s. 66) özellikle okul dönemi çocuklarının bilgisayar oyunlarında geçirdikleri zamanın, internet bağımlılığı risk grubuna girmelerini artıran önemli bir değişken olduğunu söylemiştir. Küçük yaş grubunda ebeveynleri tarafından kontrol edilmeden, sınırsızca bilgisayar oyunlarında, çevrimiçi oyunlarda zaman geçirilmesi; bu yaş grubu çocuklarının ödevlerini, derslerini ihmal etmesine, arkadaşlarıyla ya da ailesiyle geçireceği zamanı internette oyunlara ayırmaya başlamasına neden olmaktadır. Dolayısıyla bunun sonucunda da çocuklar internet, teknoloji bağımlılığı risk grubu içerisine girmekte, akademik başarısızlık yaşamakta ve sosyal çevresiyle olan ilişkilerinde bozulmalar meydana gelmektedir.

Shields ve Behrman (2000, s. 30) özellikle küçük yaş grubu çocukların bilgisayar başında çok uzun süre kalması sonucunda, başta göz rahatsızlıkları olmak üzere, bel, boyun ve sırt bölgesinde rahatsızlıklar meydana geldiğini, sinir sisteminde bozulmalar oluştuğunu söylemiştir. Aslan (2011, s. 25) yaptığı araştırmasında aşırı internet kullanımına bağlı olarak uyku problemleri, el bilek ağrısı, görme problemleri gibi sorunların ortaya çıktığını belirtmiştir.

2.9. İnternet Bağımlılığı ve Sosyal ilişkiler

İnsan sosyal bir varlıktır ve çevresi ile sağlıklı bir ilişki içinde olmak istemesi doğal bir ihtiyaçtan kaynaklanmaktadır. Ancak çevresi ile sağlıklı kişilerarası ilişki kurma ve sürdürme konusunda sıkıntı çeken bireylerin, bu ihtiyacını karşılamak için aşırı internet kullanımları, patolojik internet kullanımına yönelmelerine neden olmaktadır. Leung (2007, s. 211) yaptığı çalışmada aşırı internet kullanan bireylerin, yüz

yüze sağlıklı ilişki kurmakta zorlandıklarını söylemiştir. Çünkü bu bireylere ilk etapta, internet ortamında online iletişim kurmak daha kolay ve güvenilir gelmektedir. Sosyal çevresi ile zayıf iletişim becerilerine sahip düşük benlik algısına sahip bireyler, grup eşliğinde çalışmaktan ya da günlük yaşamın şekilde başkalarıyla rahatlıkla iletişim kurabilmektedirler. Reddedilmekten ya da başkalarıyla fiziksel temas halinde bulunmaktan kaçınan, utangaç olduğunu düşünen kişiler için internetin sağladığı sanal görüşmeler daha rahattır ve kaygı içermemektedir. Eroğlu ve Bayraktar'a (2017, s. 195) göre duygu ve düşüncelerini insanlara aktarmakta zorlanan, benlik saygısı yüksek olmayan bireyler internet ortamında, sosyal medyada kendini çok daha rahat ifade etmekte, kendilerini çok farklı ortaya koyabilecekleri bir ortamın imkânını yakalamaktadır.

Yapılan araştırmalar kişilerin yaşamlarında eksik olan sosyal ilişkiye alternatif olarak, sanal ilişkilere yöneldiğini göstermektedir. Birey kendini yalnız hissettiğinde veya konuşacak birine ihtiyaç duyduğunda bunu aile, arkadaş ya da iş ortamında sağlayamıyorsa, internete yönelmektedir. Özbay ve Çalışkan(2015, s. 453) yaptıkları çalışmasında interneti ve teknolojik araçları kullanma düzeyinin artışının, öğrencilerin sosyal yaşamdan daha da izole olmasına neden olduğu görülmüştür. Yine aynı çalışmada teknolojiye erişiminin kısıtlanması ya da engellenmesi durumunda, çocuklar ve ebeveynler arasında çatışmaların yoğunlaştığı görülmüştür.

Whitty'e (2005, s. 58) göre internet üzerinden kurulan çevrimiçi ilişkiler, internet bağımlılığı için belirgin bir sosyal risk faktörüdür. Özbay ve Çalışkan (2015, s. 453) sanal dünyada bireylerin, istediği kişi olabileceğini, reel yaşamda kuramadıkları ilişkileri internet dünyasında farklı ve arzuladığı bir kimliğe bürünerek gerçekleştirebileceklerini; dolayısıyla özgüven eksikliği yaşayan, kendini günlük hayatta çok iyi ifade edemeyen, çekapank çocuklar sosyal medyada, internet ortamında kendilerini daha özgür ve güvenli hissedebilmekte, arkasına gizlendikleri dijital kimlik kartları ile sınırsız eylemlerde bulunabilmektedir.

Karahisar'a (2015, s. 93) göre internet ortamında oynanan online oyunlar, çocuk ve gençlerin hem bir gruba girerek sosyalleşmelerine olanak sağlamakta, hem de şiddet, saldırganlık, argo gibi içerikleri barındırması ile de bu öğelerin çocuklar tarafından normalleştirilip daha şiddete eğilimli olmalarına neden olmaktadır. Oynanan çevrimiçi oyunlarda şiddet ve saldırganlık ile kazanmak ve seviye atlamak gerekmekte; bu nedenle çocuklar günlük yaşamlarında da kavga ve şiddet ile sorunlarını çözebileceği, kazanabileceği düşüncesine kapılmaktadır.

2.10. İnternet Bağımlılığı ve Psikolojik Faktörler

Young'a (2017, s.8) göre iki tür internet bağımlısı vardır. Bunların ilki, anksiyete, depresyon, obsesif-kompulsif bozukluk, ya da madde bağımlılığı gibi psikolojik problemlere halihazırda sahip olan ve internet bağımlılığı sergileyen bireylerdir. Diğeri ise 'Yeni İnternet Bağımlıları' olarak adlandırılan, daha önce herhangi bir psikiyatrik rahatsızlık ya da bağımlılık geçmişine sahip olmayan ama patolojik internet kullanımı gösteren bireylerdir. Birinci tür internet bağımlıları daha fazla yaygınlık göstermesinin yanında, psikiyatrik geçmişe sahip olmayan bireylere göre internete bağımlılık geliştirme anlamında da daha fazla yatkınlık sergilemektedir. Geçtan (1999, s.109) insanların kendilerini üzen, mutsuz eden, korkutan ya da endişelendiren bir his olan yalnızlık duygusu ile yüz yüze gelmemek için, bilinçsiz bir şekilde aşırı ve ihtiyaç dışı alışveriş yapma, günün çoğunluğu televizyon başında geçirme, çok fazla yemek yeme, bilgisayar, telefon gibi teknolojik aletlerle çok yoğun zaman geçirme gibi davranışlar sergilediklerini söylemiştir. Young'a (2017, s. 9) göre kişiler depresyon, anksiyete gibi kendilerine acı veren, üzgün hissettiren duygulardan kaçmak için interneti bu duygularla başa çıkma aracı olarak görebilmektedir. Kişi kendini iyi hissetmek, problemlerinden uzaklaşmak için daha fazla çevrimiçi etkinliklere girmeyi tercih edebiliyor olabilmektedir. Eroğlu ve Bayraktar'ın (2017, s. 190) çalışmasında bireylerin yaşadığı yalnızlık duygusu ile internet bağımlılığı arasında anlamlı ilişki görülmüştür; kişinin yaşadığı yalnızlık duygusu arttıkça internet bağımlılığının da paralel olarak artış gösterdiği sonucu ortaya çıkmıştır. Yani kişinin yalnızlık duygusundan kurtulmak için teknolojik aletlerin başında harcadığı zamanın, bir süre sonra internet bağımlılığına dönüştüğünü, kişilerin bu duruma karşı koyamadıklarını söyleyebiliriz.

Gangwar ve Suvidha (2016, s. 173) internetin aşırı kullanımının insanların yaşamları üzerinde olumsuz pek çok etkisinin olmasına ve insanların bunu bilmesine rağmen bu tutumlarını devam ettirdiklerini belirtmiş; interneti uzun süre kullanan kişilerde dikkat eksikliği ve hiperaktivite, depresyon, özgüven ve sosyal izolasyon problemlerinin görülmeye başladığını, internet bağımlılığı görülen kişilerin dürtülerini kontrol etmekte zorlandıkları ve çevrelerine karşı daha agresif, saldırgan davranışlar sergilemeye başladıklarını söylemiştir. Mohammad'in (2016, s. 21) çalışmasında internet bağımlılığının bireylerde mental ve fiziksel problemlere neden olduğu görülmüştür. Yine aynı çalışmada bireylerin farklı insanlarla tanışmak, arkadaşları ile iletişim kurmak amacıyla internette daha fazla zaman geçirme eğilimi gösterdiği görülmüştür.

Sosyal kaygı düzeyi yüksek olan bir birey için, sanal ortam arkadaşlık kurmak için güvenli bir yerdir; ya da çevrimiçi pornografi iletişim ile birey cinsel tatmini için interneti yeni bir kaynak olarak görebilir. Kişi yaptığı eylemin gerçek olmadığını fark etse bile, bu etkinliğini devam ettirme eğilimi gösterebilir, bu durum sonucunda ise olası iş kaybı, boşanma ya da daha fazla problem ile karşı karşıya gelebilir. Bireyin yaşadığı bu çevrimiçi deneyimler acı ve kaygıdan kurtulmasına yardımcı olurken internet bağımlılığı için de risk grubu içine girmesine neden olmaktadır (Young, 2017, s.9).

2.11. İnternet Bağımlılığı ve Yaş

Teknolojiye erişimin sınırlı olmadığı, her yerden kolayca ulaşılabildiği günümüzde çocuklar ebeveynlerinin kontrolü olmadan daha sık internete girmektedir. Çalışkan ve Özbay (2015, s. 442) bundan 10-15 yıl öncesine kıyasla, sanal dünyanın çılgın gibi büyüdüğü bir dönemi yaşıyor olmamızı göz önüne alarak çocuk ve ergenlerin bahçelerde, parklarda oyun oynamak yerine teknolojik aletlerle zamanlarının çoğunu geçirdiğini belirtmiştir. Çocukların ev içinde göz önünde bilgisayar oyunu oynaması, dışarıda kirli ve güvensiz ortamlarda zaman geçirmelerinden aileler tarafından daha çok tercih edilir hale gelmiştir. Bu nedenle çocuklar özellikle küçük yaşlardan itibaren internet ile daha erken tanışmakta ve kendilerini sanal dünyadan koparmakta zorlanmaktadır. Bu durumun da aileleri tarafından erken yaşlarda teknolojiye maruz bırakılan çocukların, hem bağımlı risk grubuna girmelerine hem de bilgisayar başında hareketsiz yaşam tarzına giderek alışmaya başlamalarına ayrıca obezite gibi fiziksel rahatsızlıklarla da erken dönemde tanışmalarına neden olduğu söylenebilir. Griffiths ve Kuss (2015, s. 17) çocukların dışarıda oyun oynamak, şarkı söylemek ya da yaratıcılıklarını geliştiren etkinlikler yapmak yerine teknoloji ile zaman geçirmeyi tercih ettiklerini, bu şekilde çok erken yaşlarda bu çocukların dijital dünya ile daha fazla mutlu olmaya, teknolojiyi gün geçtikçe daha fazla kullanmaya devam ettiklerini söylemişlerdir.

Karadeniz ve Sarı (2019, s. 297) her kesimden insan için ihtiyaç haline gelen teknoloji ve internetin, küçük yaş çocuklar için bile artık çok sık kullanılan bir olgu haline geldiğini söylemiş; okuldaki ödevleri için araştırma yapmak, farklı web sitelerinden bilgi taraması yapmak ya da sanal oyunlarla zaman geçirmek için, okul dönemi çocukların daha yoğun şekilde interneti kullandıklarını belirtmişlerdir. Sarı ve Kunt (2014, s. 274) yaptıkları çalışma sonucunda ilkokul öğrencilerinin interneti daha çok video izlemek, oyun oynamak, ödevleri için bilgi araştırmak amacıyla kullandıklarını, herhangi bir programı indirmek ya da gazete ya da dergi okumak için ise daha sınırlı kullandıkları-

rını söylemişlerdir. Bu durumun okul dönemi çocuklarının bilgisayar, telefon, tablet gibi teknolojik aletlerle aşırı zaman geçirmesi, bu çocukların erken dönemde sosyal gelişimlerinin gerilemesine, ebeveynleri ile de tartışma yaşamalarına neden olduğu söylenebilir.

2.12. İnternet Bağımlılığı ve Cinsiyet

İnternet bağımlılığı ve cinsiyet arasındaki ilişki pek çok araştırmacı tarafından çalışma konusu olmuştur. İnternet bağımlılığı sürecini yaşayan bireylerin cinsiyetlerine bakıldığında erkek bireylerin kadınlara göre bu sorunu daha sık yaşadığı görülmektedir (Griffiths ve Kuss, 2015, s. 21). Kız öğrencilerle kıyaslandığında, erkek öğrencilerin sosyal yeterliliklerinin ergenlik dönemine kadar daha yavaş geliştiğini, online oynanan pek çok oyunun içerik olarak dövüş, savaş, şiddet içermesi daha hassas ve kırılgan yapılarından dolayı kız öğrenciler tarafından daha az tercih edilmelerine sebep olduğunu belirtmiştir. Şahin'in (2015, s. 7) 316 üniversite öğrencisi üzerinde yaptığı çalışmasının sonucunda, erkek öğrencilerin kız öğrencilere göre internet bağımlılık düzeylerinin yüksek olduğu, kız öğrencilerin yaşam doyumlarının erkek öğrencilere göre fazla olduğu sonucu görülmüştür. Benzer şekilde Siyez ve Esen(2011, s. 131) ,Gür, Yurt, Bulduk ve Atagöz (2015, s. 337), Ustunel ve Ataoğlu (2013, s. 212),Gökçearsan ve Günbatar (2012, s. 19), Othman ve Lee(2017, s. 450), Bruno, Scimeca, Cava, Pandolgo, Zoccali ve Muscatello(2014, s. 7), Cömert ve Ögel (2009, s.12) yaptıkları çalışmalar sonucunda da erkek öğrencilerin, kız öğrencilere göre bağımlılık seviyelerinin yüksek olduğu görülmüştür. Ancak bu çalışmaların aksine Eroğlu ve Bayraktar'ın (2017, s. 190) ve Altunbaş, Ayhan ve Aktaş' ın (2013,s.248) yaptıkları çalışmada kadın ve erkek bireylerin internet bağımlılık seviyeleri arasında anlamlı bir fark bulunmadığı görülmüştür. Mohammad'in (2016, s. 21) 13-19 yaşları arası 303 öğrenci üzerinde yaptığı çalışma sonucunda internet bağımlılığının kız öğrencilerde, erkek öğrencilere göre daha yaygın olduğu görülmüştür.

Griffiths ve Kuss (2015, s. 22) çocukların yetişkin bireylere göre aşırı internet ve teknoloji kullanımından daha fazla etkilenmesinin nedeni olarak, sosyal ilişki kurmak ve sürdürmek konusunda çok yetkin olmamalarını gerekçe olarak göstermiştir. Çocuklar ve ergenler akran grupları ile sosyal ilişki kurmak, etkinlik yapmak istemekte; ancak bu sosyal iletişim bir zamanlar dışarıda bisiklete binmek, parkta oyun oynamak gibi aktiviteleri içerirken, günümüzde ise bunların yerini sosyal medyada yapılan çevrimiçi konuşmaların yapıldığı sanal topluluklar almaktadır. Günümüzde gruba dahil olmak iste-

yen özellikle erkek çocukların, bunun ön koşulu olarak online sitelerde uzun süre zaman geçirmek zorunda kalmaları, onların internet bağımlılığı riskini de doğal olarak artırmaktadır.

2.13. İnternet Bağımlılığı İle ilgili Yurtiçinde Yapılan Araştırmalar

21.yy' da teknolojik aletleri ve interneti kullanan çocuk ve gençlerin akademik konularda bilgiye erişimleri, karşılaştıkları sorunlarla mücadele etme yetisi, farklı bakış açılarını kazanmaları ve kendilerini geliştirmeleri daha kolay olmasının yanında, bilinçsiz ve yanlış internet kullanımını da bilişsel, fiziksel ve sosyal gelişimlerini olumsuz yönde etkileyebilmektedir.

Cengizhan'ın (2005, s. 93) gençlerin interneti fazla kullanıp kullanmadığının ve altında yatan etkenleri araştırdığı çalışmasında, araştırmaya katılan gençlerin %50'si, internet kullanımları nedeniyle yaşadıkları sıkıntıları anlatırken okulda yapması gereken ödev, bilgi araştırma gibi sorumluluk gerektiren görevlerini aksattıklarını, zamanı eskiye oranla daha fazla boşa harcadıklarını söylemiştir. Aynı çalışmada internet kullanımını artıran etkenin evde bulunan bilgisayardan ziyade, sürekli internet bağlantısı olduğu görülmüştür. Eroğlu ve Bayraktar'ın (2017, s. 195) çalışmasına göre yine kişilerin çoğunun araştırma yapmak, bilgi almak amacıyla interneti kullandıkları, internet bağımlısı bireylerin ise sanal ortamda sohbet etmek, oyun oynamak ya da alışveriş yapmak için internette yoğun zaman geçirdiği görülmüştür.

Bayram ve Gündoğmuş'un (2016, s. 314) 300 ilköğretim öğrencisi ile yaptığı araştırma sonuçlarına göre, erkek öğrencilerin kız öğrencilere göre internet bağımlısı olma konusunda daha yatkın oldukları görülmüştür. Yine internet ortamında günlük ortalama 3-4 saat geçiren öğrencilerin, günlük 1-2 saatini internete ayıran öğrencilere oranla ve sanal ortamı eğlenmek, keyif almak amacıyla kullanan bireylerin, araştırma yapmak, bilgi edinmek için interneti kullanan bireylere göre internet bağımlısı olması yolunda daha çok risk taşıdığı sonucuna ulaşılmıştır. Bu bilgilerden yola çıkarak, internet ortamından aşırı vakit harcama ve sanal ortamı eğlence için araç olarak kullanan bireyler, internet bağımlısı olma risk grubuna diğer bireylere oranla daha çok girmektedir.

Esen ve Siyez'in (2011, s.130) ergenlerde görülen internet bağımlılığını etkileyen değişkenleri inceledikleri araştırmalarında internet bağımlılığı ile gencin ailesinden gördüğü sosyal destek arasında ilişkinin az olduğu, yakın arkadaş çevresinden algıladığı sosyal destek ile ise internet bağımlılığı arasında kayda değer bir ilişkinin olmadığı so-

nucu ortaya çıkmıştır. Yine gencin hissettiği yalnızlık seviyesi ile internet bağımlılığı arasında küçük de olsa ilişki olduğu görülmüştür. Bu çalışmada erkek öğrencilerin kız öğrencilere göre internet bağımlılık düzeyinin daha yüksek olduğu ortaya çıkmıştır. Çalışmada gencin ailesinin ekonomik refah seviyesi ile internet bağımlılığı arasında anlamlı bir ilişki olmadığı ortaya çıkmıştır. Öğrencinin akademik başarısı ile internet bağımlılığı arasında ilişki olduğu, akademik olarak başarılı olmayan öğrencilerde internet bağımlılık düzeyi yüksek çıkmıştır.

Derin ve Bilge'nin (2016, s. 42) Türk Psikolojik Danışma ve Rehberlik Dergisi'nde ergenlerde internet bağımlılığı üzerine yaptıkları çalışmada, bireyin kişisel bilgisayar kullanımı ile internet bağımlılığı arasında anlamlı bir ilişki olmadığı ortaya çıkmıştır. İnternet bağımlılığı yaşayan gençlerin çoğunun, internete girmek için kafelerdeki bilgisayarları ve cep telefonlarını kullandıkları tespit edilmiştir. İnternet bağımlılığını etkileyen diğer bir değişkenin, kullanım amacı olduğu; interneti ödev, ders, iş gibi nedenlerle kullanan gençlerin, oyun oynamak, sosyal medya kullanımı, sanal sohbet etme gibi etkenlerle kullanan gençlere göre internet bağımlısı olma riskinin daha az olduğu ortaya çıkmıştır. Bu çalışmada da cinsiyet ile internet bağımlılığı arasında anlamlı ilişki ortaya çıkmıştır. Öğrencilerin okuduğu okul ve sınıf seviyesi ile internet bağımlılığı arasında da ilişki olmadığı bu çalışmada elde edilen diğer bir bulgu olarak yer almaktadır.

Doğan, Işıklar ve Eroğlu'nun (2008, s. 114) ergenlerin problemlili internet kullanımını üzerine yaptıkları çalışmada, Esen ve Siyez'in (2011, s. 130) çalışmalarının aksine internet bağımlılığının kız ve erkek öğrenciler arasında anlamlı olarak farklılaşmadığı sonucu ortaya çıkmıştır. Ancak internetin olumsuz etkilerine kız öğrencilerin erkek öğrencilere göre daha fazla maruz kaldıkları görülmüştür. Bunun yanı sıra, internetin kız öğrencilerin sosyalleşmesine yardımcı olduğu, sosyal iletişimlerinin gelişmesine katkı sağladığı söylenebilir. Yine ev bilgisayarlarından internete bağlanan gençlerin büyük çoğunluğunu kız öğrencilerin oluşturduğu görülmüştür. Bu durum da kültürel açıdan kız öğrencilerin internet kafeye gitmelerine pek izin verilmemesi olarak açıklanmaktadır. Evde internette harcanan zaman, internet kafeye göre ücretsiz ve zaman açısından sınırsız olduğu için, gencin internet kullanımında kontrol pek mümkün olmamaktadır. Bu da kız öğrencilerin internetin kullanımının olumsuz sonuçlarına maruz kalmasının nedenleri arasında gösterilebilmektedir.

Doğan'ın (2013, s. 102) çalışmasında; 12-18 yaş grubundaki gençlerin internet bağımlılık yüzdesinin %12 olduğu, kız öğrencilerin erkek öğrencilere göre internete bağımlı olma düzeyinin daha fazla olduğu, 8.sınıf öğrencilerinin diğer sınıf düzeyi öğ-

rencilerine göre internete bağımlı olma oranının daha yüksek olduğu, 16 yaş civarındaki ergenlerde internet bağımlılığının çok olduğu, annesi iş hayatında olan gençlerin internet bağımlılık seviyesinin annesi çalışmayanlara göre daha fazla olduğu sonucu ortaya çıkmıştır. Aynı çalışmada yine, ailesinde alkol ve sigara kullanımı yüksek olan, annesi evde internet kullanan, interneti sanal sohbet aracı olarak daha sık kullanan, internet kullanımı esnasına fast-food besinleri daha çok tüketen, hayatında duygusal anlamda yakın ilişki içinde olduğu bir sevgilisi bulunan ergenlerde internet bağımlılığı olma riskinin daha yüksek olduğu görülmüştür.

Yılmaz'ın (2016, s. 1038) çalışmalarında gençlerin internet bağımlılık düzeyleri ile problem çözme becerileri arasında güçlü bir ilişki bulunmuş; günlük hayatında problem çözme becerisi düşük olan ergenlerin internet bağımlısı olma ihtimali artmaktadır. Sosyal medyada, sanal ortamda iletişim kurmak yerine, gerçek hayatta kurulan canlı ve gerçek ilişkiler bireylerin karşılaştıkları problemlerle başa çıkabilme potansiyellerini de artırmaktadır. Yine aynı çalışmada sosyo-ekonomik durumu yüksek olan ailelerde büyüyen gençlerin, düşük sosyo-ekonomik düzeyde aileye sahip gençlere göre teknolojiye daha rahat ulaşılabildikleri, dolayısıyla da internet bağımlısı olma düzeylerinin daha yüksek olduğu sonucu ortaya çıkmıştır.

Derin'in (2013, s. 86) çalışmasında literatürde yer alan diğer değişkenlere nazaran gelecek kaygısı ile internet bağımlılığı arasındaki ilişkiyi ortaya koyan bulgulara yer verilmiştir. Bu çalışmada geleceğe yönelik kaygı yaşayan gençlerin, diğer gençlere göre internet bağımlısı olma ihtimallerinin daha düşük olduğu görülmüştür. Gelecek kaygısı yaşayan gençler, hayatlarıyla ilgili olumlu bakış açısına sahip, geleceğe daha pozitif bakabilen gençlerdir. Bu gençlerin internet bağımlılığına etki eden, hayattan zevk almama, günlük hayatındaki planlarını aksatma, özdenetim eksikliği gibi özelliklere daha az sahip oldukları için internete bağımlı olma yüzdelerinin de daha düşük olduğu söylenebilir.

Şahin'in (2016, s. 8) 316 üniversite öğrencisi ile yaptığı çalışmasında erkek öğrencilerin kız öğrencilere göre yüksek internet bağımlılığı gösterdikleri, yaşam doyumları ile öğrencilerin internet bağımlılık seviyelerinin arasında negatif yönde ilişki olduğu görülmüştür. Derin ve Bilge'nin (2016, s. 44) de ergen öğrenciler üzerine yaptıkları çalışma sonucunda kız öğrencilerin internet bağımlılığı oranlarının erkek öğrencilerden düşük olduğu sonucuna ulaşılmıştır.

Derin ve Bilge (2016, s. 44) yaptıkları çalışmada, internete girmek için cep telefonlarını ya da kafeleri kullanan gençlerin, hane içindeki bilgisayarı kullanan gençlere

oranla internet bağımlılık oranlarının fazla olduğu, ancak kişisel bilgisayara sahip olmanın ise internet bağımlılığı ile ilişkisi olmadığı sonucuna varılmıştır. Ek olarak interneti akademik ve ders konularında kullanan kişilerin, oyun oynamak, chat yapmak, sosyal platformları kullanmak, e-mail göndermek için kullanan kişilere nispeten internet bağımlılığı risklerinin düşük olduğu görülmüştür. Günlük yaşamında interneti daha çok kullanan, okuldaki derslerinde başarısızlık sorunu yaşayan öğrencilerin de yine patolojik internet kullanımına yatkın oldukları sonucu görülmüştür. Kendisi, ailesi ve çevresi hakkında pozitif duygular hisseden gençlerin, internete daha az bağımlı oldukları görülmüştür. Çalışmada öğrencilerin öğrenim gördükleri okul türü ve sınıf düzeyinin ise , internet bağımlılığı ile herhangi bir ilişkisi bulunamamıştır.

Usta (2017, s. 126) üniversite öğrencileri ile yaptığı çalışmada, öğrencilerin internet bağımlılık seviyeleri arttıkça, olumlu ruh halleri, sorun çözme yetenekleri, stresle mücadele etme becerileri, empati yetenekleri, sorumluluk alma ve sosyal ilişki kurma becerileri, duygusal zeka seviyeleri ve farkındalık düzeyleri azalmaktadır. Yine bu öğrencilerin kararlı davranış gösterme, kendini kabul ve kişisel gelişim isteklerinin de azaldığı görülmüştür. Sezen ve Murat'ın (2018, s. 173) araştırmasında internet bağımlılığı ile öğrencilerin duygusal, sözel ve siber zorbalığa uğrama ihtimalleri arasında paralel ilişki bulunduğunu, duygusal zeka ile ise ters yönde ilişki bulunduğunu söylemişlerdir.

Yaman, Dönmez, Yurdakul, Odabaşı'nın (2017, s. 425) okul psikolojik danışmanların perspektifinden ilköğretim öğrencilerinin internet ortamında karşılaştıkları sanal risk gruplarının belirlenmesi konulu çalışmada, ilköğretim öğrencilerinin, fotoğraf çalma, gerçek olmayan sahte hesaplar tarafından taciz edilme, kişisel bilgilerinin alınmaya çalışılması, çevrimiçi ve çevrimdışı uygunsuz iletişimlere maruz kalma, siber zorbalık, aşağılama, tehdit edici mesajlar alma gibi problemlerle okul psikolojik danışmanlarına başvurdukları görülmüştür. Yine öğrencilerin internet bağımlılığı, bilgisayar bağımlılığı ve video bağımlılığı durumlarında destek almak için de okul psikolojik danışmanlarına geldikleri görülmüştür.

Sarı ve Kunt'un (2014, s. 274) ilköğretim öğrencilerinin internet kullanımını üzerine yaptıkları çalışmada, internetin hayatlarını pozitif yönde etkilediğini söyleyen öğrencilerin çoğunlukta olduğu ve öğrenim gördükleri sınıf seviyesi arttıkça öğrencilerin internet kullanımının olumsuz yönlerine ilişkin düşüncelerinde azalma olduğu görülmüştür.

Gür, Yurt, Bulduk ve Atagöz'ün (2015, s. 337) 549 öğrenci üzerinde yaptıkları çalışma sonucunda, ailelerin eğitim seviyesi ile çocukların internet bağımlılık düzeyleri arasında ters orantı olduğu, ebeveynlerin eğitim seviyeleri yükseldikçe öğrencilerin internete bağımlılık geliştirme risklerinin azaldığı görülmüştür. Aynı çalışmada internette çok uzun zaman harcayan öğrencilerin, ebeveynleri ve arkadaşları ile çok sık tartışma yaşadığı, ilişkilerinin kötüleşmeye başladığı; internete bağlanamadıkları durumlarda kendilerini mutsuz, yalnız, huzursuz, öfkeli, canı sıkılmış ve yaşamda boşluğa düşmüş gibi hissettikleri görülmüştür. Yine aşırı internet kullanımına bağlı olarak bu öğrencilerde, uyku problemleri, öğün atlama ya da bilgisayar yemek yemenin önüne koyma, sırt ve boyun ağrıları, gözlerde tahriş ve sulanma sorunu yaşadıkları görülmüştür.

Ustunel ve Ataoğlu (2013, s. 212) çalışmasında, internet bağımlılığı ile uyku problemleri arasında anlamlı bir ilişki bulunmuştur. Chat odalarında uzun saatler geçirmek, internette çevrimiçi mesajlaşmak, online oyunlar oynamak gibi internet aktivitelerini uzun süre kullanan bireylerde, uyku sorunları sık görülmeye başlamıştır. Gökçearslan ve Günbatar'ın (2012, s. 19) çalışmasında internette harcanan zaman ile internet bağımlılığı arasında anlamlı ilişki bulunmuştur. Günlük olarak internette 3 saat ve üzeri zaman harcayan öğrencilerin internet bağımlılık düzeyleri daha yüksek çıkmıştır. Aynı çalışmada ebeveynlerin eğitim seviyesi ve öğrencilerin kişisel bilgisayara sahip olup olmama durumları ile internete bağımlılık arasında ise herhangi bir ilişki bulunamamıştır.

Zorbaz, Ulaş ve Kızıldağ'ın (2014, s. 494) çalışmasında erkek öğrencilerin bilgisayar oyunlarına kız öğrencilere göre daha bağımlı olduğu görülmüştür. Yine aile ilişkileri ile internette online oyun oynama arasında anlamlı yönde ilişki bulunmuştur. Aile içinde ebeveynleri ile daha az zaman geçiren daha az iletişim kuran öğrencilerin internette çevrimiçi oyunlarda daha fazla geçirdiği, bu durumda bilgisayar oyun bağımlılığı veya internet bağımlılığına neden olabileceği görülmüştür. Dikmen ve Tuncer' in (2018, s. 9) 312 lisans öğrencisi ile yaptıkları çalışma sonucunda, öğrencilerin interneti kullanma sürelerinin aile içi ilişkilerine az da olsa etkisi olduğu görülmüştür.

Cömert ve Ögel' in (2009, s.12) İstanbul'da yaşayan 2209 öğrenci üzerinde yaptığı çalışmada internet bağımlılığı ile öğrencilerin evden ya da okuldan kaçma davranışı göstermesi, sosyal çevresi ile kavga etmesi arasında anlamlı ilişki olduğu görülmüştür. Yine aynı çalışmada tv izleme, tiyatroya, konsere, müzeye gitmenin internet bağımlılığı üzerinde anlamlı etkisinin olmadığı görülmüştür. Dalbudak, Evren, Topcu, Aldemir, Coskun, Bozkurt, Bilge ve Canbal (2013, s. 4) öğrenciler üzerinde yaptıkları çalışmada,

internet bağımlılığının şiddeti ile, dürtülerine hakim olamama, duygu, davranış bozukluğu yaşama, ruhsal bunalım yaşama, uyumsuz davranışlar sergileme gibi psikopatolojik davranışlar arasında pozitif yönde ilişki bulunmuştur.

Karahisar (2015, s. 93) çalışmasında, öğrencilerin büyük çoğunluğunun internet ve bilgisayar kullanmayı birinin yardımı olmadan kendi kendilerine öğrendikleri ve 3.sınıftan beri aktif olarak internet ve bilgisayarı kullandıkları görülmüştür. Öğrencilerin internet kullanım amaçları arasında başka insanlarla sohbet etmek, dersleri için araştırma yapmak, sosyal medyada zaman harcamak bulunmaktadır. Çalışmaya katılan öğrencilerin %43,3 'ünün ebeveynleri tarafından internet kullanımlarının kısıtlanmadığı, %54,7'sinin ailesinin internette gezdikleri sitelere bazen baktıkları, %11,3 'lük kısmın yalnız ebeveynleri tarafından düzenli kontrol edildikleri görülmüştür. Öğrencilerin %46'sının internet ortamında gezinirken cinsel içerikli görüntülerle, %47'sinin şiddet içerikli yazı ve görüntülerle karşılaştıkları görülmüştür. Araştırmada kız öğrencilerin internette oynadıkları oyunların içeriğinin daha çok eğitsel olduğu, erkek öğrencilerin ise şiddet, savaş, saldırganlık içerikli oyunlar oynadıkları görülmüş; ayrıca kız öğrencilerin sosyal medyayı bilinçli olarak kullanma düzeyleri erkek öğrencilere oranla daha yüksek olduğu görülmüştür.

Arnas'ın (2005, s. 61) 3-18 yaş grubu arasındaki 933 çocuk ile yaptığı araştırma sonucuna göre, 11-13 yaş arası çocukların kendi odalarında internet ve bilgisayar bulunduğu, 11-13 ve 14-18 yaş aralığındaki çocukların bilgisayara ve bilgisayar oyunlarına günlük hayatındaki diğer etkinliklere oranla daha fazla zaman harcadıkları görülmüştür. Yine aynı çalışmada öğrencilerin bilgisayar ve internete ayırdıkları zaman hafta içine oranla hafta sonu daha fazla olmaktadır. Yine bilgisayar oyunlarına ayrılan zaman cinsiyete göre farklılık göstermektedir; erkek çocuklar kız çocuklara göre bilgisayar oyunlarına günlük hayatlarında daha fazla yer vermektedir.

Batıgün ve Hasta'nın (2014, s 217) 213 kişi üzerinde yaptıkları çalışmada, katılımcıların internette geçirdikleri sürenin haftalık 15 saat ve üzeri olduğu, internetin etki-leşim halinde olmak için kullanımı ve internette harcanan zaman ile internet bağımlılığı arasında anlamlı ve pozitif yönde ilişki bulunmuştur. Yine çalışmada internete bağımlı olma seviyesi fazla olan kişilerin kendilerini diğer bireylere göre daha yalnız hissettiği görülmüştür. Yılmazsoy ve Kahraman (2017, s. 21) uzaktan eğitim gören 139 üniversite öğrencisi ile yaptıkları çalışma sonucunda internet bağımlılık düzeylerinin, kişisel bilgisayar kullanan öğrencilerde, internete ulaşımı devamlı olan öğrencilerde ve erkek öğrencilerde daha yüksek olduğu görülmüştür. Yine bu çalışmada öğrencilerin günlük

olarak internette harcadıkları zamanları arttıkça, internete bağımlı olma seviyelerinde de artış olduğu görülmüştür.

Tokel, Başer ve İşler'in (2013, s.233) araştırmasında ebeveynlerin çocuklarının internet kullanımlarını denetlemek için, onların teknoloji ve internet kullanımlarında kısıtlama yaptıkları, bilgisayar ve internetin kullanılması konusunda çocuklara tavsiyelerde buldukları, sosyal paylaşım sitelerinde harcadıkları zamanı azalttıkları sonucu görülmüştür. Ancak alınan bu önlemlere rağmen ailelerin çocuklarının interneti nasıl bilinçli kullanmaları gerektiği konusunda yeterli bilince sahip olmadıkları sonucu görülmüştür. Hira ve Özkan'ın (2017, s. 267) çalışmasında ise ebeveynlerin çocuklarının teknoloji ve internet kullanımı konusunda bazen kesin bir engelleme ve sınırlama getirdikleri, bazen ise kendilerine zaman ayırmak ve dinlenmek için, çocuklarına karşı tutarlı davranamayarak onların internet ile vakit geçirmelerine izin verdikleri, sonucu görülmüştür.

2.14. İnternet Bağımlılığı ile ilgili Yurtdışında Yapılan Araştırmalar

İnternet bağımlılığı sadece ülkemizde değil, dünyanın pek çok bölgesinde de ciddi bir zihinsel sağlık problemi haline gelmektedir. Young, Brand ve Laier'in (2014, s. 2) internet bağımlılığının klinik etkilerini daha iyi anlamak, bu durumun gelişmesine ve korunmasına katkıda bulunan bilişsel mekanizmaları ortaya çıkarmak için çalışma yapmışlardır. Bu çalışmaya göre, 1019 kullanıcıdan elde edilen bulgular doğrultusunda, bireylerde bulunan depresyon, yüksek stres, özgüven eksikliği, düşük öz yeterlik gibi faktörlerin genel internet bağımlılığı riskini arttırdığını söylemişlerdir. Araştırma, başa çıkma becerileri güçlü ve yüksek olan bireyler ile internetin olumlu ya da olumsuz ruh halini düşürmek için kullanabileceği beklentisi olmayan bireylerin, diğer kişilik ya da psikolojik zayıflıklar olsa bile, problemlerini internet kullanımına katılma ihtimalinin daha düşük olduğunu göstermektedir.

Young (1998, s. 244) 396 internet bağımlısı ve 100 internet bağımlısı olmayan birey üzerinde yaptığı çalışmasında, patolojik internet bağımlılığı sendromu gösteren kullanıcıların, geç saatlere kadar internet kullanımı nedeniyle uykusuzluk, aşırı yorgunluk, işe ve okula geç kalma, mesleki işleyişte zayıflık, akademik başarısızlık yaşadıklarını; ek olarak uzun süreli hareketsiz kalmaları dolayısıyla sırt ve omuz ağrıları, göz yorgunluğu yaşadıklarını belirtmiştir. Dahası bu olumsuz sonuçlara rağmen internet bağımlısı bireylerin büyük çoğunluğunun internette geçirdikleri süreyi kısaltmak istemedikleri, sanal ortamda etkileşimin yüksek olduğu uygulamalara karşı kendilerini de-

netleme mekanizmalarının çok düşük olduğunu ifade etmiştir. İnternet bağımlılığı sendromu göstermeyen bireyler ise, internetten iş yaşamında ve akademik anlamda çok fayda sağladıklarını, internet kullanımlarının fiziksel semptomlarını göstermedikleri söylenmiştir.

Waldo'nun (2014,s. 2003) yaş ortalaması 16 olan 1059 öğrenci üzerinde internet bağımlılığı üzerine yaptığı çalışmasında, erkek öğrencilerin kız öğrencilere göre, özel okulda okuyan öğrencilerin de devlet okulunda öğrenim gören öğrencilere kıyasla internet bağımlılık oranlarının yüksek olduğunu söylemiştir. Aynı çalışmada internette geçirilen zamanın artması paralel olarak, internet bağımlısı olma riskinin de arttığı söylenmiştir.

Sally (2006, s. 22-23) Hong Kong'daki üniversite öğrencileri üzerinde yaptığı çalışma sonucu bireylerin internet deneyimleri ve haftalık internete ayırdıkları zaman ile internet bağımlılığı arasında anlamlı bir ilişki bulamamıştır. Ancak internet bağımlılığı arttıkça, akademik performansın azaldığı; yine internet ortamında daha geniş yelpazede aktivitelere, etkinliklere katılan bireylerin internet bağımlılığı risk grubuna daha yakın olduğu sonucuna ulaşılmıştır. Yüksek internet bağımlılığı gösteren kişilerin, algılanan davranışlarının kontrolünü yapma konusunda düşük seviyede oldukları görülmüştür. Bu çalışmada internet bağımlılık düzeylerinin cinsiyete göre farklılık gösterdiği, kız öğrencilerin erkek öğrencilere oranla daha yüksek bağımlılık sergiledikleri görülmüştür.

Whitty'nin (2005, s. 63-64) çevrimdışı aldatma, sanal ilişkiler üzerine 234 katılımcı üzerinde yaptığı çalışma bulgularına göre, katılımcıların büyük çoğunluğu cinsel sadakatsizliğe duygusal sadakatsizlik kadar önem vermişlerdir ve sanal dünyada kurulan ilişkileri de gerçek bir ihanet olarak algılamışlardır. Ancak kadın katılımcıların erkek katılımcılara göre sanal ortamda karşı cinsle kurulan ilişkilerde duygusal ihanete daha fazla odaklandıkları görülmüştür. Buradan da kadınların erkeklere göre, internet ortamında daha fazla siber zorbalarla ve tacizle karşılaştığı söylenebilir. Yine aynı çalışmada kişilerin sanal dünyada görüştüğü kişi ile yüz yüze gelmeyeceğini bildiği ya da bir şekilde kendisinden beklentisi olmadığı için cinsel fantezilerini sınırsızca ortaya koyabileceği sonucuna ulaşılmıştır.

Mohammed'in (2016, s. 21) Sudan'da yaşları 13 ile 19 arasında değişen 303 öğrenci üzerinde yaptığı çalışma sonucunda günlük olarak internette harcanan zamanın artmasına paralel olarak, internet bağımlılığının da arttığı görülmüştür. Aynı çalışmada kişisel bilgisayarları olan öğrencilerin ve ebeveynleri tarafından internette ve bilgisayarda-

ki aktiviteleri kontrol edilmeyen, takibi yapılmayan öğrencilerdeki bağımlılık oranının da yine daha yüksek olduğu görülmüştür.

Kuss, Griffiths ve Binder'in (2013, s. 12) bir İngiliz üniversitesinde 2.257 öğrenci üzerinde yaptıkları çalışmada, çevrimiçi alışveriş yapan sosyal çevrimiçi aktiviteleri sık kullanan, yüksek duygu ve kaygı bozukluğu yaşayan bireylerin internet bağımlılığı risk grubuna girme oranını artırdığı görülmüştür.

Sharma ve Sharma'nın (2017, s. 21) 200 ortaokul öğrencisi üzerinde yaptığı çalışmada internet bağımlılığı ile yalnızlık arasında pozitif yönde, akademik performans ile ise negatif yönde korelasyon olduğu görülmüştür. Yani hissettiği yalnızlık duygusu yoğun olan öğrencilerin daha fazla internet kullanımına yöneldiği, internette geçirilen zamanın artması sonucu da akademik performans da düşme olduğu başarısızlık yaşandığı sonucuna ulaşılmıştır. Singh ve Nagar'ın (2019, s. 29) Hindistan'da 237 ortaokul öğrencisi üzerinde internet bağımlılığı ile duygusal olgunluk arasındaki ilişkiyi incelediği çalışmada, internet bağımlılık seviyesi yüksek olan öğrencilerin bağımsız davranabilme yetisinin düşük olduğu, yine bu öğrencilerde duygusal dengesizlik, sosyal uyumsuzluk ve sosyal beceri eksikliği, kendilerine olan güvenlerinin düşük seviyede olduğu görülmüştür.

Singh ve Barmola (2015, s. 106) yaşları 14-16 arasında değişen 100 öğrenci üzerinde yaptıkları çalışmada öğrencilerin internet bağımlılığının öğrencilerin akademik performansları üzerinde negatif etkisi olduğu görülmüştür. Aynı çalışmada öğrencilerin duygularını ifade etmek için yüz yüze iletişim kurmaktan ziyade, daha kolay ve erişilebilir buldukları için interneti kullandıkları görülmüştür. Afrin, Islam, Rabbi ve Hosain'in (2017, s. 172) 14-17 yaş arası 279 öğrenci üzerinde yaptığı çalışmada, internet bağımlılığının öğrencilerin günlük rutinlerini gerçekleştirme, akademik performans, aile ve arkadaş ilişkileri üzerinde olumsuz yönde etkisi olduğu görülmüştür. Aynı çalışmada erkek öğrencilerin kız öğrencilere göre ve tek çocuk olan öğrencilerin kardeş sahibi öğrencilere göre internet bağımlılığı oranının yüksek olduğu görülmüştür.

Bruno, Scimeca, Cava, Pandolgo, Zoccali, Muscatello'nin (2014, s. 7) İtalya'da 13-22 yaş arası 1.035 öğrenci üzerinde yaptıkları çalışmada, internet bağımlılığının erkek öğrenciler arasında daha yaygın olduğu ve interneti yoğun kullanan bireylerin en çok çevrimiçi oyunlar ve çevrimiçi iletişim kurmak gibi aktiviteler için interneti kullandıkları görülmüştür. Othman ve Lee'nin (2017, s. 450) Malezya'daki üniversite öğrencileri arasında yapılan çalışmada internet bağımlılığı ile depresyon arasında anlamlı yönde ilişki bulunmuştur. Chang ve Lin (2013, s. 4) çalışmasında internet kullanım geçmişi

5 yıl ve daha fazla olan bireylerin zaman yönetim performansları, kişilerarası ilişkilerde yaşadıkları sorunlar ve sağlık problemleri yaşama durumları, internete daha az kullanan kişilere göre yüksek çıkmıştır. Carmody'nin (2012, s. 264) ABD'de 14-19 yaş arası gençler üzerinde yaptığı çalışmada sosyal ağlardaki aktiviteleri yüksek olan gençlerin, internet bağımlılığı tutumlarının yüksek seviyede olduğu görülmüştür. Crapora'nın (2011, s. 1055) 335 öğrenci üzerinde yaptığı çalışmada, internet bağımlılığının öğrencilerin duygularını tanımlama ve açıklama konusunda yetersizlik duygusuna yol açtığı, bu öğrencilerin yine kendi duyguları ile ilgili güvensizlik hissettikleri ve çevrelerine karşı güvenli bağlanma stili geliştiremedikleri görülmüştür.

2.15. Öğretim Programlarında İnternet Bağımlılığı

Günümüzde bireylerin bilgiye ulaşabilmesi, geçmişiyle olan bağıını sürdürerek kültürünü devam ettirebilmesi, sağlıklı toplumsal ilişkiler kurabilmesi ve kendini gerçekleştirerek kendisiyle ve çevresiyle barışık mutlu bir toplumda yaşaması için, eğitim en önemli ihtiyaçlardan biridir. Toplumların gelişmişlik seviyeleri onların eğitime verdikleri önemle doğru orantılıdır. Ekonomik, kültürel ya da bilimsel pek çok alanda kalkınmak isteyen ve refah seviyesine ulaşmak isteyen toplumlar, eğitime yatırım yaparak, her bireyin en iyi şartlarda eğitim alması için çaba gösterirler. Eğitime önem vermeyen toplumlar ise, çağın gerisinde kalan ve ilerleme sağlayamayan toplumlar olarak kalacaktır.

Eğitimde kalitenin artması, daha çok kitleye ulaşabilmesi ve olumlu yönde değişimler meydana getirmesinde eğitim-öğretim programlarının büyük önemi bulunmaktadır (Erden, 1993, s. 1). 21. yy' da değişen ihtiyaçlara göre, eğitim-öğretim etkinlikleri de son zamanlarda hızlı bir dönüşüm içine girmiştir. Artık öğrencilerden öğrendikleri bilgiyi, anlamlı bir şekilde yeniden düzenleyip, yeni şeyler üretmesi, düşünmesi, sorgulaması, hazır bilgiyi almak yerine eleştiri süzgecinden geçirip sonra kabul etmesi beklenmektedir. Bu doğrultuda eğitim sistemi içerisinde öğretim programları büyük önem taşımaktadır (MEB, Hayat Bilgisi Dersi Öğretim Programı s. 2). Öğretim programları içerisinde bilinçli, sağlıklı internet kullanımına yer verilmesi, sağlıksız internet kullanımına değinilmesi, yeni nesillerin bu konudaki farkındalık düzeylerinin artması ve teknolojiyi, interneti sağlıklı kullanmayı öğrenmesi için faydalı olabilir. İlkokul 3. ve 4.sınıf öğretim programı içerisinde internet bağımlılığı konusuna 4.sınıf Sosyal Bilgiler ve Türkçe dersi ile 3. sınıf Türkçe dersi öğretim programı içerisinde yer alan kazanımlar yardımıyla verilmektedir.

Shek, Ma ve Sun'nin (2011, s. 2215) araştırmasında Hong Kong 'da olumlu bir gençlik geliştirme programı kapsamında, sosyal hizmet, psikoloji ve eğitim gibi farklı disiplinlerdeki akademisyenlerden oluşan bir araştırma ekibi tarafından 60 öğretim ünitesinden oluşan yeni bir müfredat geliştirilmiştir. Bu müfredatın ergenlerin psikososyal yeterliklerini güçlendirmek ve bütünsel gelişimlerini desteklemek için madde bağımlılığı, cinsellik sorunları, internet bağımlılığı, zorbalık, para ve başarı sorunları gibi ergenler için temel 5 konu çerçevesinde geliştirildiği görülmüştür. Liu, Ho ve Song'un (2011, s.90) ilkökul öğrencileri arasındaki çevrimiçi ve gerçek dünyadaki saldırgan davranışlar arasındaki ilişkinin araştırıldığı çalışmada, bilgi okuryazarlığı dersi kapsamında öğrencilere verilen çevrimiçi rasyonel duygusal müfredatın, günlük yaşamlarında ve sanal dünyada düşmanca davranış eğilimi olan öğrencilerin bu saldırgan davranışlarının, azaltılmasına ve bu sorunun hafifletilmesine yardımcı olduğu görülmüştür. Literatürde yer alan bu çalışmalar ışığında, müfredat içerisinde internet bağımlılığı, bilinçli internet kullanımı konularına yer verilmesinin, öğrencilerin sağlıklı gelişimlerine katkı sağlayabileceği söylenebilir.

Eğitimin, bireylerin gelişmesine katkıda bulunmasına ek olarak, her alanda kendini geliştirmeleri, kendilerini tanıyarak uyumlu, mutlu ve sağlıklı bir birey olabilmelerine de yardımcı olması beklenmektedir. Bu süreçte bireylerin kendilerindeki olumlu, olumsuz özellikleri fark etmeleri, değişim için istekli olmaları ve kendilerinde sevip, sevmedikleri özelliklerin farkına vararak, ilgi ve yetenekleri doğrultusunda karşılarna çıkan fırsatları var olan potansiyelleri çerçevesinde kullanabilmeleri için, diğer programlarına ek olarak rehberlik programları devreye girmektedir.

Kapsamlı gelişimsel psikolojik danışma ve rehberlik programı kriz odaklı ve yönetsel faaliyetlerden ziyade, daha çok öğrencilerin kişisel-sosyal, mesleki, eğitsel alanlarda gelişiminin daha sağlıklı olması ve daha mutlu, başarılı bireyler olması için hazırlanmış planlı rehberlik faaliyetlerini içermektedir. Okul rehberlik ve psikolojik danışma programları bireylerin tüm gelişim alanlarında (kişisel-sosyal, mesleki, eğitsel) ilerlemesine dönük olarak hazırlandığı için kapsamlı olarak ifade edilmektedir (Doğan, 2016, s. 58). Bu kapsamda okul rehberlik çerçeve planında ilkökul öğrencilerinde internet bağımlılığını önlemeye yönelik çalışmalar yapılmaktadır. Bu doğrultuda Türkiye Bağımlılıkla Mücadele(TBM) platformunun hazırlanmış olduğu materyal ve sunumlar kullanılmaktadır.

İlkokul öğrencilerinin internet bağımlılığının önlenmesinde, okulda yapılan etkinliklerin nasıl olduğunun daha iyi anlaşılabilmesi için 3. ve 4 sınıf öğretim programı ile okul rehberlik ve psikolojik danışmanlık çerçeve programı incelenmiştir.



ÜÇÜNCÜ BÖLÜM

3. Yöntem

Bu bölümde araştırmanın yöntemi kapsamında araştırmanın modeli, deseni, katılımcı grubu, veri toplama araçları, verilerin toplanması ve veri analiz teknikleri tanımlanacaktır.

3.1. Araştırma Deseni

İlkokul öğrencilerinde görülen internet bağımlılığı üzerine yapılan bu çalışmada nitel araştırma yaklaşımlarından biri olan durum çalışması modeli, araştırma deseni olarak ise iç içe geçmiş tek durum deseni kullanılmıştır. Durum çalışmasında 'neden' ve 'niçin' soruları çerçevesinde, bir durum ya da olayın ayrıntılı olarak araştırılması, incelenmesi durumu söz konusudur (Yıldırım ve Şimşek, 2013, s. 83). Yin (2003, s. 1) durum çalışmasını, bir ya da birkaç özel durumun gerçekleştiği otantik bağlamda derinlemesine inceleme ve analizin yapılması olarak açıklamıştır. Durum çalışmasında, bir veya birkaç durumu kendi sınırları içinde(ortam, zaman) bütüncül olarak analiz etmek amaçlanmaktadır. Merriam'a (1988) göre durum çalışması detaylı ve planlı inşa edilen bir bina gibi, çalışılan konu hakkında bilgi toplamak, elde edilen bilgileri düzenlemek, yorumlamak ve çalışmanın sonuçlarına ulaşmak gibi adımları içine alan sistemli bir desen türüdür (Akt., Vural ve Cenksever, 2005, s. 127). Durum çalışmasında araştırma sonucu elde edilen bulgular, çalışılan durumun neden bu şekilde olduğu ve konu hakkında yapılacak diğer çalışmalar için daha ayrıntılı neye yoğunlaşması gerekliliğinin net şekilde anlaşılmasıdır (Davey, 2009, Akt., Aytaçlı, s. 3). Bu desende durum çalışmalarından açıklayıcı durum çalışması kullanılmıştır. Aytaçlı'ya (2012, s. 8) göre, açıklayıcı durum çalışmaları betimseldir; bir durumun hakkında bilgi vermek için bir ya da iki durum kullanırlar. Bu çalışmada ilkökul öğrencilerindeki internet bağımlılığı olgusu hakkında derinlemesine araştırma yapmak ve bu durum üzerinde detaylı açıklama yapmak amaçlanmıştır.

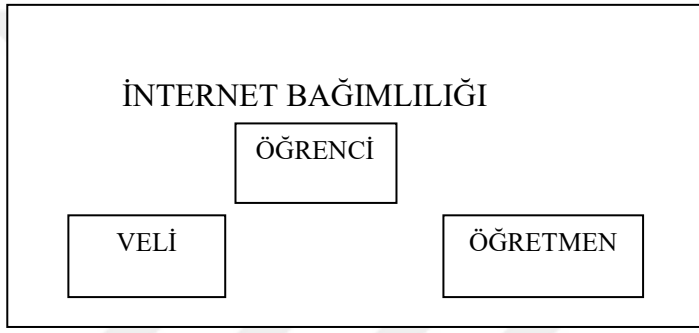
Yin(2003, s. 39) tipik özelliklerini dikkate alarak dört farklı durum çalışmasından bahsetmektedir:

1. İç içe geçmiş tek durum deseni
2. Bütüncül tek durum deseni
3. İç içe geçmiş çoklu durum deseni

4. Bütüncül çoklu durum deseni

İç içe geçmiş tek durum çalışmasında, tek bir durumun içerisinde yer alan birden çok alt kategori olabilir; dolayısıyla analiz edilecek birden çok birimin bulunması durumu olacaktır (Şimşek ve Yıldırım, 2013, s. 290-327). Bu çalışmada bir durum içinde birden fazla alt birime gidildiği için, dört durum çalışması içinden İç içe geçmiş tek durum deseni kullanılmıştır. Araştırmada tek bir durum çalışması ele alınmış, bu durum çalışması da ilkökul öğrencilerindeki internet bağımlılığı şeklinde ele alınmıştır. Ele alınan durum çalışmasının içerisinde veli, öğrenci, öğretmen görüşmeleri ve öğretim programı gibi farklı analiz birimleri bulunmaktadır.

Şekil 3.1. İç içe geçmiş tek durum deseni (Yin, 2003, s. 40)



3.2. Çalışma Grubu

Bu araştırmanın çalışma grubunu, 2019-2020 eğitim-öğretim yılı sonbahar dönemi Eskişehir ili merkez ilçesinde bulunan bir ilkökulda öğretimine devam eden 8 öğrenci, 8 veli, 4 sınıf öğretmeni ve bir okul psikolojik danışmanından oluşmaktadır. Bu çalışmada örnekleme yöntemi olarak amaçlı örnekleme yöntemi kullanılmıştır. Amaçlı örnekleme, araştırma yapan kişinin spesifik ve ulaşılması zor olan bir popülasyonun olası örnek olaylarının tümünü belirlemek için çeşitli yöntemleri kullandığı rastlantısal olmayan bir örnekleme türüdür (Neuman, 2016, s. 322). İlkokul 1. Ve 2. Sınıf öğrencilerinin okuma yazmayı yeni öğrenmeleri ve kendilerini ifade etme konusunda yetersiz kalmaları nedeniyle, bu çalışmada 3. Ve 4.sınıf öğrencileri kullanılmıştır. Bu öğrenciler ise okul rehberlik servisine internet bağımlılığı konusunda yardım almaya gelen öğrenciler arasından seçilen 8 öğrenciden oluşmaktadır. Bu öğrencilerin velileri, sınıf öğretmenleri ve okul psikolojik danışmanı da yine çalışma grubu içinde yer almaktadır. Sınıf öğretmenlerinden, psikolojik danışmandan, veli ve öğrencilerden yapılan görüşmeler için öncesinde izin belgeleri alınmıştır. Çalışma grubunda yer alan öğrenci, öğretmen ve velilerin profili şekil 3.1, 3.2 ve 3.3' de gösterilmiştir.

Tablo 3.1

Katılımcı Öğretmen Bilgileri

Öğretmen	Öğrenci	Sınıf	Branşı	Cinsiyet	Mesleki deneyim
Öğrt.4	Öğr.1	3	Sınıf öğrt.	Kadın	34
Öğrt 2	Öğr 3	4	Sınıf öğrt.	Erkek	36
Öğrt 2	Öğr 8	4	Sınıf öğrt.	Erkek	36
Öğrt 4	Öğr 4	3	Sınıf öğrt.	Kadın	34
Öğrt 5	Öğr 2	3	Sınıf öğrt.	Kadın	15
Öğrt 5	Öğr 6	3	Sınıf öğrt.	Kadın	15
Öğrt 3	Öğr 7	4	Sınıf öğrt.	Kadın	12
Öğrt 3	Öğr 5	4	Sınıf öğrt.	Kadın	12

Tablo 3.2

Katılımcı Veli Bilgileri

Veli	Öğrenci	Ebeveyn türü	Yaş	Cinsiyet
V2	Öğr.1	Anneanne	58	Kadın
V7	Öğr 2	Anneanne	43	Kadın
V8	Öğr 3	Anneanne	45	Kadın
V3	Öğr 4	Anneanne	55	Kadın
V5	Öğr 5	Anneanne	60	Kadın
V4	Öğr 6	Anneanne	42	Kadın
V6	Öğr 7	Anneanne	56	Kadın
V1	Öğr 8	Anneanne	45	Kadın

Tablo 3.3

Katılımcı Öğrenci Bilgileri

Öğrenci	Sınıf	Yaş	Cinsiyet	Öğrencilerin günlük ortalama internet kullanım süresi
Öğr.1	3	9	Erkek	4-5 saat
Öğr 2	3	9	Erkek	2 saat
Öğr 3	4	10	Kız	2-3 saat
Öğr 4	3	9	Erkek	5 saat
Öğr 5	4	10	Kız	2-3 saat
Öğr 6	3	9	Erkek	3-5 saat
Öğr 7	4	10	Erkek	3-4 saat
Öğr 8	4	10	Erkek	Tüm gün

3.3. Veri Toplama Araçları

Nitel araştırmada veriler görüşme, gözlem ve doküman incelemesi aracılığıyla toplanır ve çevreyle ilgili veri, süreçle ilgili veri, algılara ilişkin veri olmak üzere üç tür veri elde edilir (Yıldırım ve Şimşek, 2013, s. 45). Bu çalışmanın temel verilerinin toplanmasında yarı yapılandırılmış görüşme ve doküman analizi yöntemleri kullanılmıştır. Araştırmacılar tarafından geliştirilen görüşme sorularının hazırlanmasında; soruların kolaylıkla anlaşılması ve çok boyutlu olmaması, yanıltıcıyı yönlendirici olmaması gibi ilkelere dikkat edilmiştir (Yılmaz ve Altınkurt, 2011, s. 640). Araştırma kapsamında sınıf öğretmeni görüşme formu, veli görüşme formu, öğrenci görüşme formu ve psikolojik danışman görüşme formu olmak üzere dört farklı görüşme formu hazırlanmıştır. Hazırlanan görüşme formunda yer alan soruların uygulanabilirliğini ve amaca ne kadar uygun olduğunu teyit etmek amacıyla Eskişehir Osmangazi Üniversitesi Eğitim Bilimleri alanında uzman iki doktor öğretim üyesinin görüşüne başvurulmuştur. Uzman görüşüne başvurulduktan sonra tekrar düzenlenen görüşme soruları çerçevesinde, görüşme yapılan kişilerden veriler elde edilmiştir.

3.3.1. Yarı Yapılandırılmış Görüşme

İlkokul öğrencilerinde görülen internet bağımlılığının nedenleri ve nasıl olduğu üzerine daha detaylı bilgi sahibi olmak için, bu çalışmada görüşme tekniğinden yararlanmanın daha uygun olduğu görülmüştür. Görüşme tekniği yardımıyla, kişilerden tec-

rübeler, düşünceler, davranışlar ve tepkiler gibi gözlenemeyen süreçler hakkında da bilgi alabiliriz; görüşme esnasında görüşme yapılan kişinin kendisine sorulan sorulara objektif ve rahat yanıt vermesinin sağlanması da, görüşmecinin esas görevidir (Yıldırım ve Şimşek, 2013, s. 148).

Yarı yapılandırılmış görüşme tekniğinde, çalışmacı daha öncesinde sormayı amaçladığı soruları kapsayan görüşme planını hazırlar. Ancak hazırlanan görüşme planında yer alan sorular, o an yapılan görüşmenin şekline ve akışına göre esneklik gösterebilir; görüşmeci hazırladığı sorularda ufak değişiklikler yapabilir ya da sorduğu alt sorularla görüşmecinin daha detaylı ve açıklayıcı bilgiler vermesine yardımcı olabilir. Görüşme yapılırken, görüşmeci kendisine yöneltilen soruların cevaplarını farklı soruların içinde cevaplamış ise, görüşmeyi yapan kişi bu soruları tekrardan sormayabilir (Yıldırım ve Şimşek, 2013, s. 150).

Yapılan öğretmen, öğrenci ve veli görüşmeleri okul rehberlik servisinde, görüşülen kişilerden öncesinde alınan randevu ile sessiz bir ortamda, yine görüşülen kişilerden alınan yazılı izin belgeleri sonucu ses kayıt cihazı ile kayıt altına alınmıştır. Velilerle yapılan görüşmeler yaklaşık olarak 5-10 dk, öğrencilerle yapılan görüşmeler 5-11dk, öğretmenlerle yapılan görüşmeler 10-12 dk. sürmüştür. Öğrenci ve velilerle yapılan görüşmeler esnasında sorulan sorular süreç içerisinde bazen görüşülen kişilerin anlayacağı şekilde tekrarlanmış ve sorularda anlamı değişmeyecek şekilde ufak değişiklikler yapılarak daha iyi anlaşılması sağlanmıştır. Öğretmenlerle yapılan görüşmeler sürecinde veli ve öğrencilere göre daha sağlıklı ve net cevaplar alındığı gözlenmiş ve öğretmenlerin internet bağımlılığı konusunda görüşme yapmaya oldukça istekli oldukları görülmüştür.

3.4.Döküman Analizi

Yılmaz (2009, s. 145) doküman analizini, araştırılması amaçlanan olgu veya olgular hakkında bilgi içeren yazılı materyallerin analizi olarak ifade etmektedir. Nitel araştırma yöntemlerinde doküman analizi, gözlem ya da görüşmenin mümkün olmadığı durumlarda ya da çalışmanın geçerliğini artırmak amacıyla diğer veri toplama tekniklerine ek olarak başvurulan ek bilgi kaynağı olarak da görülmektedir (Yılmaz ve Şimşek, 2013, s. 217).

Bu çalışmada 3. ve 4. sınıf öğretim programları içerisinde internet bağımlılığı durumu incelenmiştir. Ek olarak okul rehberlik çerçeve planı içerisinde internet bağımlılığını önlemeye yönelik yapılan çalışmalar incelenmiş, bu kapsamda kullanılan Türki-

ye Bağımlılıkla Mücadele(TBM) platformunun hazırlamış olduğu materyal ve sunumlar incelenmiştir. Ele alınan programların incelenmesi sürecinde teknoloji, internet bağımlılığı, aşırı internet kullanımı, internetin sağladığı bilgi kaynakları, internet bağımlılığını önlemeye yönelik yapılan çalışmalar ve kazanımlar temalar başlığı altında alt kategorilere ayrılarak ele alınmıştır.

3.5.Araştırmacının Rolü

Nitel araştırmalarda araştırmacı, bizzat alanda zaman harcayan, araştırma kapsamındaki kişilerle doğrudan görüşen ve gerektiğinde bu kişilerin deneyimlerini yaşayan, alanda kazandığı bakış açısını ve deneyimlerini, toplanan verilerin analizinde kullanılan kişidir (Yıldırım ve Şimşek, 2005, s. 88). Bu çalışmada araştırmacı, süreç içerisinde tarafsız olmaya çalışmış, katılımcı olan öğretmen, veli ve öğrencilerle görüşmeci olarak görüşmüş, katılımcıların düşünme süreçlerini ortaya çıkarmayı amaçlayan sorular sormuştur.

3.6.Verilerin Toplanması

Eskişehir İl Milli Eğitim Müdürlüğü'nden uygulama için araştırmacı tarafından belirlenen okul ile ilgili yazılı izin belgesinin alınması sonrası, veri toplama süreci başlamıştır.

Araştırmanın verileri, katılımcılardan önceden alınan randevu doğrultusunda, kendilerini rahat ve iyi hissedebilecekleri bir ortamda, yine kendilerinden alınan izin doğrultusunda ses kaydı alınabilecek bir ortamda gerçekleştirilmiştir. Araştırmada 8 öğrenci, 8 veli ve 4 sınıf öğretmeni ve 1 psikolojik danışman ile 1'er görüşme yapılmıştır. Görüşmeye başlanmadan önce katılımcılara, süreç hakkında gerekli bilgilendirmeler yapılmış ve kendilerinden yazılı izin belgesi alınmıştır. 3.ve 4.sınıf öğretim programlarının ve okul rehberlik çerçeve programının doküman analizi yöntemi ile incelenmesi sonrası elde edilen veriler, görüşme yöntemi ile elde edilen verilerle karşılaştırılmış, bu şekilde çalışmanın geçerlik ve güvenilirliğine katkı sağlaması amaçlanmıştır.

3.7.Verilerin Çözülmesi

Araştırmada, öncelikle yapılan görüşmelerin dökümü çıkarılmıştır. Görüşmenin dökümü çıkarılırken, katılımcıların ve araştırmanın söylediği her şey, herhangi bir düzeltme yapılmadan olduğu gibi yazılmıştır. Araştırmada nitel analiz yöntemlerinden biri olan içerik analiz kullanılmıştır. Araştırma verilerinin analizi 4 safhada yapılmıştır.

Araştırma verilerinin kodlaması gerçekleştirilmiş, kodlanan verilerin temaları belirlenmiş, belirlenen kodlar ve temalarda düzenleme yapılmış ve son olarak ise kod ve temalardan çıkartılan verilerin tanılması ve yorumlanması yapılmıştır.

Gerçekleştirilen öğrenci, öğretmen ve veli görüşmelerinin deşifre edilmesi sonrasında, benzer ifadeler arasında sınıflandırmalar yapılmıştır. Görüşmenin yapıldığı her bir kişiye bir kod (V1,V2,V3,..) verilmiştir. Görüşme sonrası elde edilen cümlelerdeki yakın kavramlar sınıflandırılmış ve gruplarına uygun olacak şekilde temaları belirlenmiştir.

Doküman analizi yönteminde yine içerik analizi yöntemi kullanılmıştır. İncelenen programlar, kendi içinde tema ve kategorilere ayrılmış; düzenlenen kod ve temaların tanılması ve yorumlanması gerçekleştirilmiştir. Süreç içerisinde araştırmacı tarafından ve Eğitim Bilimleri alanında uzman bir doktor öğretim üyesi tarafından verilerin güvenilirliği kontrol edilmiştir.

Elde edilen bulguların kendi içinde anlamlı bir bütün haline gelip gelmediği, gruplandırılan temaların birbiri ile uygun olup olmadığı araştırmacı tarafından süreç içerisinde sık sık kontrol edilmiştir. Durumlarına göre, temaların yorumlanması ve açıklaması yapılmıştır. Yine elde edilen bulguların, daha önce yapılan çalışmalarla karşılaştırılması yapılmış ve tutarlılığına bakılmıştır.

DÖRDÜNCÜ BÖLÜM

4.Bulgular

İlkokul öğrencilerinde görülen internet bağımlılığı üzerine yapılan bu çalışmada, öğretmen, öğrenci, veli görüşmeleri ile okul rehberlik çerçeve programı ve öğretim programlarından elde edilen veriler doğrultusunda bulgular sunulmuştur.

4.1. Öğrenci Görüşme Analizi Sonucu Elde Edilen Bulgular

Çalışma kapsamında, öğrenci görüşme analizleri sonucu oluşan tema ve kategoriler Tablo 4.1’ de verilmiştir.

Tablo 4.1

Öğrenci Görüşme Analizleri Sonucu Oluşan Tema ve Kategoriler

Tema	Kategori 1	Kategori 2	Kategori 3	Kategori 4
İnternet kullanımı	İnternet kullanım araçları	Aşırı internet kullanımı	İnternetsiz oynanan telefon ve bilgisayar oyunları	
İnternet bağımlılığının sonuçları	İnternet kullanımının akademik etkileri	İnternet yok-sunluğunda yaşadığı duygular	İnternet yok-sunluğunda sosyal çevre ile ilgili problemler	İnternet kullanımına ebeveyn tepkisi
İnternete yönelimin sebepleri	İnterneti kullanım sebepleri (amaçları)	Boşanmış an-ne-baba (ba-bada internet kullanımı)	Erken yaşlarda teknoloji ile tanışma	Aile ile birlikte teknoloji kullanımı
İnternet bağımlılığını önlemeye yönelik yapılan çalışmalar	İnternete alternatif etkinlikler	Aile tarafından alınan önlemler	Bilinçli internet kullanımı bilgilendirmesi	

4.1.1. İnternet kullanımı temasına ilişkin bulgular

Bu bölümde araştırma kapsamında yapılan görüşmeler sonucunda elde edilen bulgulara göre;

İnternet Kullanımı teması altında yer alan, internet kullanım araçları, aşırı internet kullanımı, internetsiz oynanan telefon ve bilgisayar oyunları, kategorileri ele alınacaktır.

4.1.1.1. İnternet kullanım araçları: Yapılan görüşme sonuçlarından elde edilen bulgulara göre, katılımcı grupta yer alan öğrenciler internete girmek için, en çok cep telefonu, tablet, lap top ve televizyonu kullandıklarını söylemişlerdir. Bu konuyu Öğr.1 ‘*Daha çok telefon.*’, Öğr.3 ‘*Telefon, bir de lap top kullanıyordum.*’, Öğr.6 ‘*Telefon, tablet ve televizyon.*’ cümleleri ile belirtmişlerdir.

4.1.1.2. Aşırı internet kullanımı: Yapılan görüşme sonuçlarından elde edilen bulgulara göre, öğrenciler günlük olarak internette harcadıkları zamanı 3-5 saat arası, bazen tüm gün ve gece yarısı yatana kadar olarak ifade etmişler; hafta sonları ise bu sürenin daha da artış gösterdiğini ama genel olarak internette zaman geçirirken saate bakmadıklarını belirtmişlerdir. Öğrenciler verdikleri ifadelerde, internete girmelerini engelleyen herhangi bir durum olmadığı sürece, internetin başından kalkmadıklarını, geç saatlere kadar oynadıkları teknolojik aletlerde yer alan oyunlar yüzünden okula gitmekte zorlandıklarını söylemişlerdir. Ve yine öğrencilerin büyük çoğunluğu ailelerinin onların internete girmelerini aşırı bulduğunu düşünmesi, görüşme sonuçlarından elde edilen diğer bir bulgu olarak karşımıza çıkmaktadır. Bu konuyu Öğr.8 ‘*Günlük beni patlatan oha diyebileceğim bir olay yoksa tüm gün.*’ ve Öğr.3 ‘*Geçen okula gitmediğim günde, akşam gece ikiye kadar telefona bakmışım. Ondan sonra da uyuyakalmışım. Ondan sonra da sabah uykumu alamayınca okula gidemedim.*’ cümleleri ile belirtmişlerdir.

4.1.1.3. İnternetsiz oynanan telefon, bilgisayar oyunları: Yapılan görüşme sonuçlarından elde edilen bulgulara göre, öğrenciler internet olmadığı durumlarda, teknolojiden uzak kalmadıklarını, mutlaka bilgisayarlarında internete ihtiyaç duyulmayan oyunları hâlihazırda bulundurduklarını belirtmişlerdir. Bu konuyu Öğr.8 ‘*Bilim ve teknoloji gelişti, internetsiz oyun diye bir şey geliştirdi, o yüzden pek sıkıntı olmuyor. O*

yüzden mutlaka yanında birkaç tane internetsiz oyun bulunduruyorum.” cümlesi ile belirtmiştir.

4.1.2. İnternet bağımlılığının sonuçları temasına ilişkin bulgular

Bu bölümde araştırma kapsamında yapılan görüşmeler sonucunda elde edilen bulgulara göre;

İnternet bağımlılığının sonuçları teması altına yer alan, internet kullanımının akademik etkileri, internet yoksunluğunda yaşadığı duygular, internet yoksunluğunda sosyal çevre ile ilgili problemler, internet kullanımına ebeveyn tepkisi kategorileri ele alınacaktır.

4.1.2.1. İnternet kullanımının akademik etkileri: Yapılan görüşme sonuçlarından elde edilen bulgulara göre, öğrencilerin internet kullanımları sonucu akademik başarılarının olumsuz etkilenmediği, kendilerini başarılı olarak algıladıkları görülmüştür. Ancak öğrenciler derslerindeki genel ortalamalarının yüksek olmasına rağmen, zaman zaman internet kullanımlarının derslerini engellediğini, ödevlerini yapmayı unuttuklarını, internette harcadıkları zamanlarını okul ile ilgili faaliyetlere ayırsalar daha çok verim alabileceklerini söylemişlerdir. Bu konuyu Öğr.5 “*Mesela bazı dersleri öğrenemiyorum. Mesela matematikte böyle zorlanıyorum yani öğrenemediğim için, internette boşuna başka şeylere baktığım için öğrenemiyorum işte. Herhangi bir ders ya da internetten.*” cümlesi ile belirtmiştir.

Öğrencilerle yapılan görüşme sonucunda, öğrencilerin kendilerini genel olarak çalışkan ve başarılı bir öğrenci olarak algıladıkları, genel not ortalamalarının ise yüksek seviyede olduğu görülmüştür. Kendisinin akıllı bir öğrenci olduğunu ve sınavlara çalışmadan dahi oldukça yüksek not aldığını söyleyen Öğr.8 “*Hayır ben genel olarak akıllı bir çocuğum. Ve akıllı olduğum için de sınavlara hiç çalışmadan girip 100 almış bir insanım.*” ifadesini kullanmıştır. Yüksek sayılabilecek puan almasına rağmen, internette geçirdiği zamanın düşük puan almasına neden olduğunu söyleyen Öğr.5 “*... Mesela aldığım en fazla yani 85 falan oluyor.*” ifadesi bu durumu açıklamaktadır.

4.1.2.2. İnternet yoksunluğunda yaşadığı duygular: Yapılan görüşme sonuçlarından elde edilen bulgulara göre, öğrencilerin internete ya da teknolojik aletlere erişiminin kısıtlı olduğu durumlarda en çok yaşadıkları duygunun can sıkıntısı olduğu, daha sonra kendilerini kötü, sinirli hissettikleri öğrenilmiştir. İnternet kullanmadığı durum-

larda dışarı oyun oynamak için de çıkamadığında kendini kötü hissettiğini, ancak evin dışına çıkabildiğinde bu hissiyatın ortadan kalktığını kendini daha iyi hissettiğini söyleyen Öğr.8 “ *Eğer dışarı falan da çıkamıyorsam kendimi kötü hissediyorum. Ama interneti kullanamadığımda dışarı falan çıktıysam iyi hissediyorum.*” ifadesi bu durumu açıklamaktadır.

Ailesinin internete girişini kısıtlaması durumunda öfkelenmeye başladığını Öğr.1 “*Ailem falan bazen izin vermiyorlar internete girmeme, bazen sinirleniyorum.*” cümlesi ile açıklamıştır. Yine internetsiz kalmasının yarattığı can sıkıcı durumu açıklayan Öğr.2 “*Kendimi sıkılmış hissediyorum.*” cümlesi bu durumu özetlemektedir.

Yapılan görüşmelerden elde edilen bulgulara göre, ailesi tarafından internete girişinin teknolojik aletleri saklayarak engellenmeye çalışıldığını öğrenen bir öğrencinin sinirlendiği ve ağlamaya başladığı, ayrıca zaman zaman kendine ya da çevresine fiziksel zarar vermeye başladığı görülmüştür. Bu konu ile ilgili Öğr.3 “ *Dün eve geldiğimde babam telefonu götürdü sandıydım. Böyle kafamı nedense duvarlara çarpmışım, ağladığımda, kendimi tokatlamışım. Böyle sinirden Boncuk diye bizim kuşumuz vardı, onun kafesine vurmaya başladım.*” ifadesi bu durumu özetlemektedir.

4.1.2.3. İnternet yoksunluğunda sosyal çevre ile ilgili problemler: Yapılan görüşme sonuçlarından elde edilen bulgulara göre, öğrencilerin çoğunluğu internette harcadıkları zamanlarının aileleri ya da arkadaşları ile olan sosyal ilişkilerini etkilemediğini, belirtmişlerdir. Bu konu ile ilgili Öğr.7 “ *Hayır. Ailemle olan ilişkilerimi etkilemiyor. Dedem Aybars dediğinde ben efendim diyorum. Daha sonrasında su getir dediğinde tableti bırakıp su getiriyorum.*” ifadesini kullanmıştır.

Öğrencilerin geneline baktığımızda internet bağımlılığı nedeniyle sosyal ilişkilerinin bozulmadığı kanısı görülse de, bunun aksini söyleyen öğrenci görüşü de mevcuttur. Bu konuda internet nedeniyle özellikle aile içi ilişkilerinde sorunlar yaşadığını düşünen, ebeveynleri ile kavga eden, ailesine ev içinde normal şartlar altında yardım edebiliyorken, internete girdiği süre zarfında yardımcı olamadığını kabul eden Öğr.3 “ *Aslında evet. Örneğin birine yardım edemiyorum ailemde, mesela abim stajyer. Mesela ağır bir şey getirdi onu taşımaya yardım edemiyorum örneğin, ama normal zamanda böyle bir şey yok... Abimle bazen kavga ediyoruz bir de.*” ifadesi ile durumu özetlemiştir.

4.1.2.4. İnternet kullanımına ebeveyn tepkisi: Öğrencilerle yapılan görüşmeler sonucu elde edilen bulgular sonucu, öğrenciler ebeveynlerinin internette fazla zaman geçirdikleri için onları uyardıklarını, çoğunlukla da bu uyarıların ders çalışmaları gerektiği konusunda olduğunu söylemişlerdir. Konu ile ilgili Öğr.2 “*Öğretmenim, ben ders çalışıyordum daha doğrusu çalışmıyordum tablet oynuyordum. Babam da kızdı, dersine çalış dedi.*” ifadesini kullanmıştır.

Ebeveynlerinden internette harcanan sürenin olumsuz sonuçları hakkında kısa da olsa geri bildirim alarak, öncesinde sinirlenmiş olsa da sonrasında kızgınlık duygusu hissetmeden interneti bıraktığını söyleyen öğrenciler de bulunmaktadır. Bu konuda Öğr.1 “*Ailem falan bazen izin vermiyorlar internete girmeme falan bazen sinirleniyorum... Çok kızarsa bırakıyorum.*” ifadesini kullanmıştır.

Öğrenciler arasında uzun süreli internet kullanımını nedeniyle, aileleri tarafından önlem amaçlı teknolojik aletlerin ellerinden alındığını söyleyen öğrenciler de bulunmaktadır. Konu ile ilgili Öğr.5 “*Öğretmenim, internette geçirdiğim süre fazla olursa eğer bırakmak istemezsem interneti direkt köye gönderiyorlar.*” cümlesi ile durumu ifade etmiştir.

4.1.3. İnternete yönelimin sebepleri temasına ilişkin bulgular

Bu bölümde araştırma kapsamında yapılan görüşmeler sonucunda elde edilen bulgulara göre;

İnternete yönelimin sebepleri teması altına yer alan, interneti kullanım sebepleri, boşanmış anne-baba, erken yaşta teknoloji ile tanışma, aile ile birlikte teknoloji kullanımını kategorileri ele alınacaktır.

4.1.3.1. İnterneti kullanım sebepleri(amaçları): Yapılan görüşme sonuçlarından elde edilen bulgulara göre, öğrencilerin internete oyun oynamak(araba oyunu, pubg), merak ettikleri konularda araştırma yapmak, film izlemek, eğlenmek ya da ders amaçlı video izlemek, çizgi film ya da dizi izlemek, sosyal medya kullanmak(facebook, tik tok),youtube’a video yüklemek için girdikleri görülmüştür. Konu ile ilgili Öğr.3 “*Şey böyle çizgi filmler izliyorum ya da diziler izliyorum. Çizim eğitim videoları izliyorum. Böyle gecelayft diye bir uygulama var, onun filmlerini izliyorum. Tik tok kullanıyorum, facebook. Onları kullanıyorum.*” ifadesini kullanmıştır. Yine eğitim amacıyla interneti kullandığını söyleyen Öğr.6 “*...Mesela eba diye bir program var. Bir de okulistik var oradan ders çalışıyorum. Öğretici şeylere bakıyorum.*” ifadesini kullanmıştır.

Evin dışına çıkamadıkları durumlarda can sıkıntısını gidermek için ve de ödevlerinde anlaşılmayan sorulara cevaplar aramak için de interneti kullandığını söyleyen öğrenciler de bulunmaktadır. Konu ile ilgili Öğr.8 “ *Genellikle canım sıkıldığında veya dışarı çıkamadığım durumlarda. Çünkü kimse çıkmıyor genelde. Genellikle canım sıkıldığında can sıkıntımı gidermek için giriyorum... Şu aralar filme sardım, film izliyorum. Video izliyorum 1-2 dk.'lık videolar izlemek zoruma gitmiyor, onları izliyorum. Hatta bir gülme krizine bile girdim. Öle bir de ar sıra birkaç işlem yapmak için. Çünkü bazen kafam o sorulara falan yanıt veremiyor ve onlar için uzun cevaplar arıyorum. Çünkü ben genelde konuşmaları uzun tutan ve satırları çok fazla abartmaya çalışan birisiyim.*” ifadesini kullanmıştır.

Girebileceği sosyal ortamların kısıtlı olmasından dolayı, sosyal ortamlarda yüz yüze iletişim kurmaktan utanan, çekinen ve internet ortamında konuşurken kendini daha rahat ifade ettiğini söyleyen, kurduğu cümleleri daha dikkatli seçerek yazan bu nedenle interneti kullandığını söyleyen Öğr.8 bu durumu “... *Çünkü dışarıya kimse çıkmıyor çıksa da oynayamıyoruz, sosyalleşemiyoruz. Bizim apartmanda kimse dışarı çıkmıyor. Başka apartmanlarda da gidip, arkadaş bulamıyorum, neden bilmiyorum. Bende bir sıkıntı var. Şöyle söyleyeyim mesela benim adım İlhan diye çok iyi tanışırım. Ama toplu bir ortamda birileri ile tanışmaya çalışınca nedense çok utanıyorum... Çünkü internette direkt birbirimizin yüzüne bakmadığımız için ve iletişim kurduğumuz için benim daha rahat arkadaş olmamı sağlıyor. Çünkü genellikle ben ağzına geleni söyleyen birisiyim. Ben ağzımdan bir şeyler kaçacak diye korkuyorum. Ama yazarken söylediklerimi aklımdan ezberliyorum ve nasıl ezberlediysen sadece klavyeye bakarak yazabiliyorum.*” ifadesi ile belirtmiştir.

4.1.3.2. Boşanmış anne-baba(babada internet kullanımı): Yapılan görüşme sonuçlarından elde edilen bulgulara göre, anne-baba ayrı olan, annesiyle yaşayan haftanın belli günleri babada kalan çocuklar, babaları ile geçirdikleri süre zarfında internette geçirdikleri sürenin daha da fazla olduğunu ifade etmişlerdir. Konu ile ilgili Öğr.7 “*Hafta sonu babama gittiğimde saat 1'e kadar oynuyorum. Ama annemle geçirdiğimde saat 11 veya 12'ye kadar giriyorum.*” ifadesini kullanmıştır.

4.1.3.3. Erken yaşlarda teknoloji ile tanışma: Yapılan görüşme sonuçlarından elde edilen bulgulara göre, çocukların erken yaşlarda internet ve teknoloji ile tanıştıkları öğrenci görüşmelerinden elde edilen verilerde görülmektedir. Erken yaşlarda teknoloji

ile tanışan Öğr.3 “Telefonu annem bana 5-6 yaşlarındayken falan almıştı.5 yaşındayken benim şöyle bir tabletim vardı, artık o da yok. O da bozulmuştu o zaman.” cümleleri ile beş altı yaş civarında telefona ve tablete sahip olduğunu belirtmiştir.

4.1.3.4. Aile ile birlikte teknoloji kullanımı(aileden teknoloji kullanımını öğrenme): Yapılan görüşme sonuçlarından elde edilen bulgulara göre, çocukların aileleri ile birlikte teknolojik aletleri, internette yer alan uygulamaları kullandıkları görülmüştür. Bu konuda Öğr.3 “Ondan sonra böyle tik tok da annem bana iki tane video yapmıştı hesabımdan. Böyle gel dedi, internete o da bakıyor baya böyle beni oynatmıştı. Halay çektiydik nerdeyse.” ifadeleri ile internette yer alan uygulamaları ebeveynleri ile birlikte de kullandığını söylemiştir.

İnternet ve teknoloji kullanımını öğrenciler genelde ailelerinden öğrenmektedir. Babası ve dedesinin internet kullanımını model alarak öğrendiğini söyleyen Öğr.2 “İnternet bağlanınca mesela kullanmayı babam ve dedemden öğrendim göre göre.” ifadesini kullanmıştır. Yine teknoloji adına pek çok şeyi kuzeni yardımı ile öğrenen, oyun indirmek, kurmak gibi konularda kuzeninden yardım adlığını söyleyen Öğr.8 ise “ Mesela ben aslında oyun yüklemeyi bilmem, nasıl kısa yoldan yapacağımı bilemem. O yüzden kuzenim bana teknoloji ile ilgili her şeyi öğretti. Oyunları nasıl indirdiğini, nasıl kurduğunu anlattı. Ben de kendim keşfetmeye başladım.” ifadesi ile bu durumu açıklamıştır.

4.1.4. İnternet bağımlılığını önlemeye yönelik yapılan çalışmalar

Bu bölümde araştırma kapsamında yapılan görüşmeler sonucunda elde edilen bulgulara göre;

İnternet bağımlılığını önlemeye yönelik yapılan çalışmalar teması altına yer alan, internete alternatif etkiler, aile tarafından alınan önlemler, bilinçli internet kullanımını bilgilendirmesi kategorileri ele alınacaktır.

4.1.4.1. İnternete alternatif etkinlikler: Yapılan görüşme sonuçlarından elde edilen bulgulara göre, öğrencilerin internet ya da teknoloji dışında vakit geçirebilecekleri sosyal aktivitelerinin olmadığı görülmüştür. Çocuklar görüşme esnasında oyun oynayabileceği arkadaşlarının olmamasından dolayı duydukları eksikliği ifade etmişler ve diğer insanlarla sosyalleşemediklerini belirtmişlerdir. Öğr.8 bu durumu “Çünkü dışarı

kimse çıkmıyor, çıksa da oynayamıyoruz, sosyalleşemiyoruz. Bizim apartmanda kimse dışarı çıkmıyor.” cümlesi ile ifade etmiştir.

4.1.4.2. Aile tarafından alınan önlemler: Yapılan görüşme sonuçlarından elde edilen bulgulara göre, ailelerin çocuklarının internet kullanımlarına saat sınırlaması getirdikleri ve onların da bu uygulamaya uymaya çalıştıkları görülmüştür. Konu ile ilgili Öğr.5 *“Bu aralar annemin sayesinde günde sadece 30dk. İnternete bakmaya başladım. Dün denedik bunu. Sadece 30dk. Baktım.”* ifadesini kullanmıştır. Ebeveynlerinin internete süre sınırlaması getirdiğini söyleyen öğrencilere ek olarak, teknolojik aletlerin ebeveynleri tarafından kendilerinden saklandığını ve bu nedenle kızgınlık hissettiklerini söyleyen öğrenciler olduğu elde edilen bulgular arasında görülmüştür. Öğr.3 bu konuyu *“ Telefonu saklıyordu, dün örtünün altına saklamış, geçen poşetin altına saklamış bir tane...Biraz kızdım.”* cümlesi ile ifade etmiştir.

4.1.4.3. Bilinçli internet kullanımı bilgilendirmesi: Yapılan görüşme sonuçlarından elde edilen bulgulara göre, bilinçli internet kullanımı konusunda bilgi almadığını söyleyen öğrenciler olduğu kadar, sınırlı da olsa bilgi alan öğrencilerin de bulunduğu görülmüştür. Öğrenciler internetin bilinçli kullanımı konusunda bilgi aldıkları kişiler olarak daha çok öğretmenlerini ve aile bireylerini söylemişlerdir. Bu konuyu Öğr.8 *“ Öğretmenim anlatıyor, öyle gereken şeylere falan bakın diyor. Öyle oyunlara falan çok dalmayın diyor... İnterneti çok kullanmayın göz sağlığınız bozulur falan diyor.”* cümlesi ile ifade etmiştir. İnternette harcanan süre konusunda da öğretmeninden bilgi aldığını söyleyen Öğr.7 *“Öğretmenimden. En az 1 saat diyor.”* cümlesi ile bu durumu belirtmiştir. Güvenli internet kullanımı konusunda öğretmeninden aldığı bilgiye ek olarak aile üyelerinden de bilgi aldığını söyleyen öğrencilerin olduğu yapılan görüşmelerde görülmüştür. Bu konuda Öğr.6 *“ Öğretici olmayan videoları açmamayı, başka yerlere girmemeyi mesela kamera var ya, bilgisayarın başına o kamerayı bantladı abim. Görüntülü sohbet şeyisine girme diyor abim. Öyle şeyler diyor abim.”* ifadesini kullanmıştır.

4.2. Veli Görüşme Analizleri Sonucu Elde Edilen Bulgular

Çalışma kapsamında, veli görüşme analizleri sonucu oluşan tema ve kategoriler Tablo 4.2’ de verilmiştir.

Tablo 4.2

Veli Görüşme Analizleri Sonucu Oluşan Tema ve Kategoriler

Tema	Kategori 1	Kategori 2	Kategori 3	Kategori 4
İnternet kullanımı	İnternet kullanım araçları	İnternetsiz oynanan telefon ve bilgisayar oyunları	Boşanmış anne-baba(babada internet kullanımı)	
İnternet bağımlılığının sonuçları	İnternet kullanımının akademik etkileri	İnternet yok-sunluğunda öğrencilerin yaşadığı duygular	İnternet yok-sunluğunda sosyal çevre ile ilgili problemler	İnternet kullanımına ebeveyn tepkisi(ceza)
İnternet bağımlılığını önlemeye yönelik yapılan çalışmalar	İnternete alternatif etkinlikler	Aile tarafından alınan önlemler	Bilinçli internet kullanımı bilgilendirmesi	

4.2.1. İnternet kullanımı temasına ilişkin bulgular

Bu bölümde araştırma kapsamında yapılan görüşmeler sonucunda elde edilen bulgulara göre;

İnternet Kullanımı teması altında yer alan, internet kullanım araçları, internetsiz oynanan telefon ve bilgisayar oyunları, boşanmış anne-baba (babada internet kullanımı) kategorileri ele alınacaktır.

4.2.1.1. İnternet kullanım araçları: Yapılan görüşme sonuçlarından elde edilen bulgulara göre, katılımcı grupta yer alan öğrencilerin velileri, çocuklarının internete girmek için en çok cep telefonu, ardından bilgisayar ve tableti kullandıklarını söylemişlerdir. Az da olsa televizyonun da internete girmek için kullanıldığını söyleyen veliler de bulunmaktadır. Bu konuyu veli V2 ‘ ‘ Benim cep telefonumla daha sık girer. ’ ’ ,veli

VI ‘‘Ama benim sıkıntım Şu televizyondan çok giriyor internete.’’ cümleleri ile belirtmişlerdir.

4.2.1.2. İnternetsiz oynanan telefon, bilgisayar oyunları: Yapılan görüşme sonuçlarından elde edilen bulgulara göre, çocuklarının internet olmadığı durumlarda, internete ihtiyaç duyulmayan oyunları da oynayarak uzun saatler harcadıklarını söyleyen veliler bulunduğu görülmüştür. Bununla ilgili veli V3 ‘‘Şimdi mesela sadece internetle oynanmayan şeyler de var. Mesela bazı oyunlar var, internet kapalı olsa bile, o oyunları oynuyor.’’ ifadesi ile durumu belirtmiştir.

4.2.1.3. Boşanmış anne-baba(babada internet kullanımı): Yapılan görüşme sonuçlarından elde edilen bulgulara göre, anne-babası ayrı olan, annesiyle yaşayan ve haftanın belli günleri babada kalan çocukların velileri, çocukların babasında kaldığı günlerde internete girişinin denetlenmediğini ve daha fazla internete girdiğini ifade etmiştir. Bu konuyu veli V7 ‘‘ Mesela oraya gittiğinde babasına saatlerce kalkmıyormuş bilgisayarın başından... Babası da orda denetlemiyor sanırım.’’ cümlesi ile ifade etmiştir.

4.2.2. İnternet bağımlılığının sonuçları temasına ilişkin bulgular

Bu bölümde araştırma kapsamında yapılan görüşmeler sonucunda elde edilen bulgulara göre;

İnternet bağımlılığının sonuçları teması altında yer alan, internet kullanımının akademik etkileri, internet yoksunluğunda yaşadığı duygular, internet yoksunluğunda sosyal çevre ile ilgili problemler, internet kullanımına ebeveyn tepkisi(ceza) kategorileri ele alınacaktır.

4.2.2.1. İnternet kullanımının akademik etkileri: Yapılan görüşme sonuçlarından elde edilen bulgulara göre, velilerin genel olarak çocuklarına internet yüzünden derslerini yaptırmakta zorlandıkları, ödevler konusunda çocuklarla sıkça tartışma yaşadıkları, internette zaman geçirdikleri ve arkadaşları ile oynanan online oyunlar yüzünden çocukların ya ödevlerini yapmayı unuttuklarını ya da internette çok yoruldukları için derse enerjilerinin kalmadığını bu nedenle de zaman zaman da olsa sınavlardan düşük not aldıkları bilgileri alınmıştır. Veli V4 ‘‘Valla ödev yapmıyor işte... Şimdi ona orda bakıyor işte ondan sonra yoruluyor tabi. Ödevde pek zaman kalmıyor.’’ ifadesi ile

çocuğunun internette geçirdiği zaman dolayısıyla derslerini ihmal ettiğini, ödev yapmaya enerjisinin ve zamanının kalmadığını ifade etmiştir.

Velilerle yapılan görüşmelerde çocuğunun internet nedeniyle evde derslerini yapmamasından, hatta çoğu zaman okuldan eşyalarını, çantasını bile getirmediğinden rahatsız olan, çocuğun okulda derslerini yaptığını söyleyerek, ailesine ödev konusunda üstünkörü cevap veren öğrencilerin olduğu da elde edilen diğer bir bulgu olarak karşımıza çıkmaktadır. Bu konuda veli V7 ‘*...Zaten evde hiç ders yapmıyor. Oğlum dersin diyorum. Dersimi yaptım ben diyor okulda. Zaten çoğunlukla okuldan çantasını bile getirmiyor.*’ ifadesini kullanmıştır. Çocuklarının internette harcadıkları zamanı kitap okumaya ya da daha faydalı etkinlikler yapmaya ayırmasının daha sağlıklı olduğunu söyleyen veli V7 ‘*Evet.2 saat kitap okusa ya da başka şeyler yapsa daha iyi olur ben- ce, kayıp.*’ ifadesini kullanmıştır.

Çocuğunun internet yüzünden ödevlerine gereken önem ve özeni göstermemesinden duyduğu sitemi ifade eden veli V5 bu durumu ‘*Derslerini işte bazen yapmıyor, unutuyor. Mesela hikaye kitabı okunacakmış, o anlatılacakmış onun özeti çıkacak. Annesine yani telefon geliyor, öğretmeninden şu dersi yapmadı ceza aldı diye. Annesi de diyor kızım neden çalışmıyorsun, biz onu 2-3 aydır 15 tatilden sonra çalıştıramıyoruz.*’ cümlesi ile belirtmiştir.

Buna ek olarak ödevlerin internet nedeniyle ihmal edilse bile, çocuklarının zeki olduğunu ve ailesinin yardımı ile ders çalıştırılınca sınavlardan yüksek puan aldıklarını, akademik anlamda başarılı olduklarını söyleyen veliler de bulunmaktadır. Bu konuda veli V2 ifadesi aşağıda yer almaktadır:

...İnternete düşkün olduğu kadar, bir saat de günde ders çalışırsa. Mesela şimdi şey oldular hikaye kitabından sınav oldular. Hafta sonu biz bir de köye gidiyoruz. Dedesinden korkusuna onu sıkıştırınca dedesi okudu falan sınavdan 100 almış. Çok zeki başaramayacağı bir şey yok. Matematik olsun, mesela anlatım ezberleme her şeyi çok zeki.

4.2.2.2. İnternet yoksunluğunda öğrencilerin yaşadığı duygular: Yapılan görüşme sonuçlarından elde edilen bulgulara göre, veliler çocuklarının internete erişimleri sınırlı olduğunda can sıkıntısı, öfke, kızgınlık duygularını sergilediklerini, agresifleşip kardeşlerine ya da ebeveynlerine bağırdıklarını söylemişlerdir. Özellikle çocukların internette oyuna daldıklarında, birisinin seslenmesi üzerine aşırı tepki gösterdikleri; ailelerin de o an çocukları daha fazla bağırmasın, öfkelenmesin diye daha fazla ses çıkar-

madıkları, oyun oynadıkları telefon ya da tabletin şarjının bitmesini bekledikleri öğrenilmiştir. Çocuğunun oyun oynarken içinde bulunduğu olumsuz duygu durumunu ifade eden veli V7 *''Çok huysuzlaşıyor, çok aksileşiyor. Yani ondan bir bardak su isteyemezsin.''* ifadesini kullanmıştır.

Zaten öfkeli olan çocuğunun öfkesinin daha da artmaması için, ses çıkarmadığını ve onun sakinleşmesini beklediğini söyleyen veli V7 *''Biraz agresifleşiyor. Tamam 5dk. Anane 5dk. Anane diye diye şey yapıyor. Ben de daha fazla sinirlenmesin diye çıkıyorum, çünkü daha fazla bağırmağa başlıyor.''* cümlesi ile durumu açıklamaya çalışmıştır.

Çocuğunun öfkesinin geçmesi için tabletinin şarjı bitene kadar onunla konuşmadığını, çünkü tablette oyun oynarken çok sinirli olduğunu ve etrafındaki bireylere bağırıldığını söyleyen veli V6 bu durumu şu sözlerle ifade etmiştir:

Oğlum diyorum acık dur bir şey yiyecek misin diyorum. Hayır diyor bana bağırıyor. Kızıyor hele bir de oyuna daldıysa oğlum sana tost yapayım mı, onu yapayım mı, şunu yapayım mı, çorba mı istiyorsun, işte patates kızartayım sayıyorum. İşte sana sus diyorum ben senin yüzünden oyundan kalıyorum diye bana bağırıyor. İşte sonra da daha artık seslenmiyorum. Şeysi bitiyor şarjı tabletin.

4.2.2.3. İnternet yoksunluğunda sosyal çevre ile ilgili problemler: Velilerle yapılan görüşme sonuçlarından elde edilen bulgulara göre, genel olarak çocuklarının internet kullanımının aileleri ya da arkadaşları ile olan ilişkilerinde ciddi problemler yaratmadığı görülmüştür. Bu konuda veli V8 *''... Anne beni gezdir diyor. İlla bilgisayarla oynamıyor. Sinemaya, tiyatroya götürüyorum. Birlikte vakit geçirmeyi çok seviyorum''* ifadesi, çocuğu ile internet kullanımı konusunda problem yaşamadığını, onunla birlikte geçirdikleri zaman zarfında çok eğlendiklerini açıklamaktadır.

Başka bir veli ise, benzer konuda aynı durumda olmadığını ifade etmiştir. Çocuğunun, ailesi ve arkadaşları ile sosyal medya kullanımı nedeniyle tartışmalar yaşadığını, çocuğunun sosyal medya hesabının şifrelerini arkadaşları ile paylaştığını, arkadaşlarının da çocuğunun hesabından yaptığı paylaşımlar yüzünden aralarında sorunlar çıktığını, ailesinin interneti kaldırması nedeniyle çocuğun daha da agresifleştiğini söylemiştir. Bu konuyu veli V5 *''Evet, annesiyle tartışıyor. Arkadaşları ile de şöyle onlara şifresini veriyor. Arkadaşları da ona internette bir şeyler gönderiyor, ondan sonra babası diyor bunu yapmışsın o diyor hayır baba ben yapmadım diyor... Ailesi ile hırçınlaşıyor. İn-*

terneti götürdüler diye ben şunu yapamayacağım, bunu yapamayacağım diyor, tartışıyor.” cümlesi ile ifade etmiştir.

4.2.2.4. İnternet kullanımına ebeveyn tepkisi(cezası): Velilerle yapılan görüşme sonuçlarından elde edilen bulgulara göre, çocuklarının aşırı internet kullanımına genel olarak kızgınlık olarak tepki verdikleri görülmektedir. Ancak çocuklarına bu konuda kızmalarına rağmen, tutarlılık göstermeyen, kararlı duruş sergileyemeyen bu nedenle çocuğunun aşırı internet kullanımının önüne geçemeyen veliler de bulunmaktadır. Bu durumu veli V8 “ *Kızıyorum ben. Anne canım sıkılıyor napım diyor. Kardeşi de yok tek çocuk... Biz kızınca kalkmıyor devam ediyor, biz kıyamadığımızdan.*” cümlesi ile ifade etmiştir.

Veli V7 ise çocuğunu günlük işlerini yapması, hemen interneti kullanmaya başlamaması için uyarmasına rağmen başarılı olamadığını “ *Ben kızıyorum. Oğlum oturma şunun başına kalk elini yüzünü yıka diyorum. Karnın açsa yemek ye biraz otur dinlen diyorum ama maalesef, lavaboya giriyor. Lavabodan çıkıyor elini yüzünü yıkayıp direkt bilgisayarın başına geçiyor.*” cümlesi ile ifade etmiştir.

Bazı velilerin de çocuklarının aşırı internet kullanımına teknolojik alet kullanımına yasak getirerek, ceza yöntemi ile engellemeye çalıştığı görülmektedir. veli C5 bu konuyu “ *...O günde şeyi süreyi aşmış. Sonra babası bunu fark etmiş benim oğlan. Bana diyor, anne senin telefon internet sınırını aşmış diyor. Ondan sonra parasını yatırdı babası ona da ceza verdi. Bundan sonra ne telefonu almak yok eline ne internet ne lap top.*” cümlesi ile ifade etmiştir.

4.2.3. İnternet bağımlılığını önlemeye yönelik yapılan çalışmalar temasına ilişkin bulgular

Bu bölümde araştırma kapsamında yapılan görüşmeler sonucunda elde edilen bulgulara göre;

İnternet bağımlılığını önlemeye yönelik yapılan çalışmalar teması altında yer alan, internete alternatif etkinlikler, aile tarafından alınan önlemler, bilinçli internet kullanımını bilgilendirmesi kategorileri ele alınacaktır.

4.2.3.1. İnternete alternatif etkinlikler: Velilerle yapılan görüşme sonuçlarından elde edilen bulgulara göre, çocukların teknolojik araçlara indirdikleri oyunlar yardımıyla, internetin olmadığı durumlarda bile teknoloji ile zaman geçirdikleri görülmüştür. Bu

konu ile ilgili veli V2 “*Şimdi mesela sadece internetle oynanmayan şeyler de var. Mesela bazı oyunlar var internet kapalı olsa bile, o oyunları oynuyor.*” cümlesi bu durumu açıklamaktadır.

Velilerin, yapılan görüşmelerde çocuklarına internette ve teknolojik aletlerle vakit geçirmeleri yerine alternatif etkinlikler bulmaya çalıştıkları görülmüştür. Çocuğunun teknoloji olmadığı durumlarda canı sıkıldığı için, onun can sıkıntısını gidermek, zaman geçirmesini sağlamak için kitap okuma, legolarla oynama ya da sevdiği farklı etkinliklerle zaman geçirmesini sağlama gibi farklı seçenekler sunmaya çalıştığı görülen veli V1 “*...Oğlum oynama istemiyorum diyorum. Ama anane canım çok sıkılıyor diyor. Kitap oku, Legolarla oyna diyorum. Legolarla oynamayı seviyor mesela sevdiği şeyleri, onlarla yapmayı seviyor.*” ifadesi bu durumu açıklamaktadır.

Çocuğunun boşlukta olmayı sevmediği için bebek giydirmek, ders yapmak, kitap okumak gibi sürekli sevdiği farklı etkinliklerle meşgul olmasını sağlamaya çalıştığını, ödüllendirme yöntemi ile dikkatini başka etkinliklere çekmeye çalıştığını söyleyen veli V5 “*...Ondan sonra bebekleri var, onları giydiriyor. Biz ikimiz bir şeyler yapıyoruz ne isterse onu yapmaya çalışıyoruz. Dersi var yapıyoruz, okumamızı yapıyoruz onu ödüllendirmek için. Bir şeyler yapalım diyorum çünkü bu devamlı bir şey yapalım diyor.*” ifadesi bu durumu açıklamaktadır.

Çocuklar için güvenli oyun alanları olmadığı bu nedenle çocukların evin dışına çıkarılmadığı, arkadaşı olmadığı için de can sıkıntısından çocuğun mecburen teknoloji ile zaman geçirmek istediği yapılan veli görüşmelerinden elde edilen başka bir bulgu olarak karşımıza çıkmaktadır. Bu konuda veli V6’nın ifadesi şu şekildedir:

...Çünkü çocuğu dışarı çıkartmıyoruz, arabalar gelip geçiyor yoldan oyunu tek başına oynayacak çünkü arkadaşı yok.Vardır belki yanımızdaki apartmanda ama onlar da yeni taşındılar taa B....ortaokulunun karşısında oturuyoruz.Ee cadde , parka götürsem parkta Y... parkı olaylı. Öbür tarafı da bu sene yıktılar. Önceden geçen sene falan götürüyordum, oynatıyordum. Ama bu sene bir yere çıkaramıyorum. Ona da hak veriyorum canı sıkılıyor...

4.2.3.2. Aile tarafından alınan önlemler: Velilerle yapılan görüşmeler sonucu elde edilen bulgulara göre, çocuklarının aşırı internet kullanımlarını internete süre sınırlaması getirerek ve de teknolojik aletlere şifre koyarak kontrol etmeye çalıştıkları görülmüştür. Konu ile ilgili veli V1 “*Ya zaten bilgisayar şifreli. Annesi izin verince, anne-*

si, dedesi, dayısı şifresini giriyor, mesela öle giriyor. Belirli bir süre koyuyor annesi ya da dayısı. Benim çünkü internet bilgim zayıftır.” ifadesini kullanmıştır.

Çocuklarının internet kullanımlarını süre sınırlaması ile denetlemeye çalışan ancak başarılı olmadığını çünkü çocuğunun kendi sözlerini dinlemediğini düşünen veliler de bulunmaktadır. Bu konu ile alakalı veli V2 “Ben elbette ki sınır koyuyorum ama beni dinlemiyor.” ifadesini kullanmıştır. Yine çocuğuyla anlaşarak onun internete girişine günlük bir saat ile sınırı koyduğunu, ancak çocuğun bu sınıra uymadığını ve süreyi aştığını söyleyen veli V7 “Düzenleyemedim. Belirli bir saat izin verdim öyle anlaştık ama dinlemiyor.” cümlesi ile durumu anlatmıştır.

Çocuklarının internet kullanımının önüne geçemedikleri için, çözümü teknolojik aletleri saklamakta bulan veliler olduğu da görülmektedir. Ebeveynleri tarafından tabletin saklandığı ve vakit geçirmek için kendisine balon alındığı görülen öğrencilerin olduğu veli V6’nın “Annesi tableti sakladı, dedesi balon aldı balonla oynuyor. Annesi tableti saklayınca o da balonları şişiriyor artık evin içinde öyle vakit geçiriyor.” cümlesinde görülmektedir. Çocuğunun internete girişini denetlemekte zorlandığı için, telefonu sakladığı görülen görüşmelerden veli V4 “Valla telefonu saklıyorum.” cümlesi durumu açıklamaktadır.

Çalışan anne baba çocukları ile babaanne ya da ananelerin ilgilendiği, onların da çocukların internet kullanımlarını denetlemekte zorlandıkları noktada, anne-babaya bildirmekle tehdit ettiği elde edilen bulgular arasında görülmektedir. Annesi-babası tarafından çocuğun elinden teknolojik aletlerin alınması ile korkutulmuş, internet kullanımının kontrol altına alınmaya çalışıldığını söyleyen veli V5 “...Annesinin eski bir telefonu var, içinde sabit oyunlar var. Çok oynayamıyor. Ben de diyorum kızım telefonu bırak yoksa anneni babanı ararım diyorum. Anane arama tamam bırakıyorum diyor...” cümlesi bu durumu açıklamaktadır.

Çocuğa internette süre sınırı koyulduğu ama onların bu süreyi adım adım aştığı, genellikle internette oynanan oyunlar nedeniyle çocukların internetten ayrılmakta zorlandıklarını, babanın bilgisayarı götürmekle tehdit etmesi ile çocuğun biraz korkutulduğu yapılan görüşmeden elde edilen bulgular arasında yer almaktadır. Konu ile ilgili veli V5 şu ifade ile durumu açıklamıştır:

Günlük düzenleme şeyimiz yoktur. Söylüyoruz, annesi de söylüyor, babası da söylüyor. Tamam diyor ama yine devam ediyor. Yani o bizi dinlemiyor, yani kafası sürekli orda oluyor. Kızım dersimizi yapalım diyorum. Anane yapıcak diyor saati kuruyor 5dk. Diyor.Ama 5dk.’mız 10dk., 10dk.’mız 15dk. oluyor... Baba-

sından korkuyor. Ben onu götürürüm diyor bir daha göremezsin diyor. Ondan biraz korkuyor.

Çocukların interneti kullanırken velileri tarafından denetlendiği hangi sitelerde gezindiği ile ilgili takibinin yapıldığı görülmüştür. Veli V6 “*Evet ama asla başka şeylere girmiyor çünkü başında biz varız. Ben olmasam annesi var, babası var... Çünkü internette sürekli denetim altında tuttuğum için devamlı bakıyorum...*” ifadesi ile durumu açıklamıştır.

Çocukların internet kullanımlarının sınırlandırılması sonucu agresifleştikleri ama bu durumu onlarla sakince konuşarak gerekçeleri aile açıklayan ve kontrol altına almaya çalışan velilerin de olduğu, yapılan görüşmeden elde edilen bulgular arasında görülmektedir. Bu durum veli V5’in “*Ailesi ile hırçınlaşıyor. Ben şunu yapmayacağım, bunu yapmayacağım diyor tartışıyor. Sonradan düzeliyor. Güzelce annesi anlatıyor kızım böyle olursun şöyle olursun diyor senin ben okumanı istiyorum, baban çalışıyor ben çalışıyorum. Öyle şeyler hep güzel güzel anlatıyor.*” ifadesi ile görülmektedir.

4.2.3.3. Bilinçli internet kullanım bilgilendirmesi: Velilerle yapılan görüşmeler sonucu elde edilen bulgulara göre, velilerin genel olarak bilinçli internet kullanımı konusunda bilgi almadıkları görülmüştür. Konu hakkında yardım aldığı bir kaynak olmadığını belirten ve çocuğunun internet kullanımı konusunda rahatsızlık duyan veli V4 “*Valla hiç bir şey den yardım almadım. Ben sadece bakmasını istemiyorum. Dersini çalışsın istiyorum. Bizim yaşadığımız şeyleri yaşamamasın istiyorum. İşsizlik falan*” cümleleri ile bu durumu ifade etmiştir. Bilinçli internet kullanımını teknolojik aletlerin kullanımı olarak algılayan veli V6 “*Hiç interneti falan kullanmayı bilmiyorum ben tableti falan.*” ifadesi ile kendini anlatmıştır.

Veli V1 ise, konu ile alakalı daha önce okulda seminere katıldığını ama aklında şu an herhangi bir şey kalmadığını “*Geçen sene şey olmuştu, burada internet ile ilgili seminer olmuştu ona gelmiştik. Ama valla aklımda bir şey kalmadı.*” cümlesi ile ifade etmiştir.

4.3.Öğretmen Görüşme Analizleri Sonucu Elde Edilen Bulgular

Çalışma kapsamında, öğretmen görüşme analizleri sonucu elde edilen bulgular Tablo 4.3' de verilmiştir.

Tablo 4.3

Öğretmen Görüşme Analizleri Sonucu Elde Edilen Tema ve Kategoriler

Tema	Kategori 1	Kategori 2	Kategori 3	Kategori 4	Kategori 5	Kategori 6
İnternet Kullanımı ve Bağımlılık	Öğretmenlerin internet bağımlılığı tanımı	Aşırı internet kullanımı	Çocukların erken yaşta internet, teknoloji kullanımı	İnternet bağımlılığının belirtileri		
İnternete yönelimin sebepleri	Öğrencilerin internet kullanım amaçları(sebepleri)	İnternet bağımlılığının nedenleri	İnternet kullanımında ebeveyn denetim eksikliği	İnternet bağımlılığında sosyal çevrenin etkisi	Velilerin çocuklarının internet kullanım konusunda bilinçlilik seviyesi	İnternet kullanım konusunda ailenin rol-model olması
İnternet bağımlılığını önlemeye yönelik Yapılan Çalışmalar	İnternet bağımlılığının önlenmesi için öneriler	İnternet bağımlılığı konusunda öğrencilere yönelik yapılan çalışmalar	İnternet bağımlılığı konusunda velilere yönelik yapılan çalışmalar			

4.3.1. İnternet kullanımı ve bağımlılık temasına ait bulgular

Bu bölümde araştırma kapsamında yapılan görüşmeler sonucunda elde edilen bulgulara göre;

İnternet kullanımı ve bağımlılık teması altında yer alan, öğretmenlerin internet bağımlılığı tanımı, aşırı internet kullanımı, çocukların erken yaşta internet, teknoloji kullanımı, internet bağımlılığının belirtileri kategorileri ele alınacaktır.

4.3.1.1. Öğretmenlerin internet bağımlılığı tanımı: Öğretmenlerden internet bağımlılığının tanımını yapmaları istendiğinde, ortaya çıkan cevaplar şu şekildedir:

İnternetin, bilgi sahibi olmak, eğlenmek, farklı insanlar tanımak amacıyla, bireylerin hayatlarının vazgeçilmez bir parçası haline geldiği, insanları sosyal yaşamdan giderek uzaklaştırdığı ve bu durumun internet bağımlılığı olarak tanımlandığı elde edilen bulgular arasında yer almaktadır. Bu durumu Öğrt.5 *“İnsanlar son yıllarda internetsiz bir hayat düşünemez hale gelmelerinden kaynaklanıyor. Her türlü bilgiye ulaşmak, eğlenmek vakit geçirmek yeni arkadaş edinmek amacıyla kullanılan internet insanları sosyal hayattan kopardı, uzaklaştırdı ve internet bağımlısı hale getirmiştir.”* ifadesi ile açıklamıştır.

Psikolojik danışman Öğrt.1 kişilerin gereğinden fazla internette zaman geçirmesi ve bu konuda denetimini sağlayamaması ve bırakmakta zorlanması olarak ifade ettiği internet bağımlılığı durumunu *“İnternet bağımlılığı, bireyin interneti aşırı kullanması ve bundan vazgeçememesi, kendi kontrolünü sağlayamaması demek.”* cümlesi ile açıklamıştır.

Kişilerin oyun oynamak, sosyal medya kullanmak, bir konuda araştırma yapmak gibi amaçlarla gününün büyük çoğunluğunu internette geçirmesi durumunu internet bağımlılığı olarak ifade edilmiş; internete bağımlı olan kişilerin, internetin olmadığı hayatı boş, anlamsız ve eksik olarak gördükleri için, interneti kullanamadıkları durumlarda bu kişilerin sinirli, gergin, saldırgan olduklarını ve bunalıma girdikleri elde edilen bulgular arasındadır. Bu konuda sınıf öğretmeni Öğrt.2 ‘nin ifadeleri aşağıda yer almaktadır:

Bence internet bağımlılığı eğer bir kişi günün önemli bir bölümünü internette geçiriyorsa, oyun gibi sosyal medya, araştırma gibi birçok nedenden dolayı günlük yaşamının büyük bir kısmını buralarda geçiriyorsa bağımlıdır. Bunlar internetsiz yaşamı boş, anlamsız ve eksik görürler. Zorunlu olarak internet kullanmak zorunda kalanlar bu tanımın bence dışında kalır. Bağımlı olanlar ise

internet olmadığında bunalıma girerler, sinirli olurlar, saldırgan ve mutsuz olurlar. Bence internet bağımlılığı bu demek.

Amacı dışında, gereğinden fazla kullanılan internetin, bireyin yoksun kaldığı durumda günlük yaşantısını bozması durumu internet bağımlılığı olarak tanımlanmış ve bu durumu Öğrt.3 şu sözlerle ifade etmiştir: *''İnternet bağımlılığı amacı dışında internetin aşırı kullanılmasının engellenememesidir diye düşünüyorum. Yoksun kalındığında insanın hayatının, günlük yaşantısının bozulmasıdır diye tanımlayabiliriz.''*

Ebeveynlerin son dönemlerde en çok şikayetçi oldukları konu olan internet bağımlılığı, internetin bireyin kontrolünün dışına çıkması ve kişisel özelliklerine zarar vermesi durumu olarak tanımlanmıştır. Öğrt.4 bu konuyu *''Son zamanlarda özellikle anne babalardan sıkça duyduğumuz şikayetçi oldukları bir konu internet bağımlılığı. İnternetin kontrol dışı ve kişisel özelliklere zarar verecek boyutta kullanılması.''* şeklinde ifade etmiştir.

4.3.1.2. Aşırı internet kullanımı: Görüşme sonuçlarından elde edilen bulgulara göre, öğrencilerin günlük olarak internette harcadıkları zamanın yaklaşık 5 saat olduğu belirlenmiştir. Bu konu ile ilgili Öğr.4 *''Mesela bir öğrencim diyor, öğretmenim 5 saat oynadım. Diyorum 5 saat oyun oynanır mı yavrum, hiç mi kendine acımıyorsun...''* ifadesi ile öğrencilerinin aşırı internet kullanımından duyduğu rahatsızlığı ifade etmiştir.

4.3.1.3. Çocukların erken yaşta internet, teknoloji kullanımı: Görüşme sonuçlarından elde edilen bulgulara göre, çocukların erken yaşlarda internet ve teknoloji ile tanıştıkları görülmektedir.

Öğr.3, ailelerin çocuklarını erken sayılabilecek yaşlarda teknoloji ile tanıştırdıklarını, onların oyalanması ya da ağladıklarında susmalarını bu sayede ailelerini yormamaları için ellerine telefon, tablet gibi teknolojik aletlerin verildiğini, bu durumun sonucu olarak da çocukların internete, teknolojiye küçük yaşlarda bağımlılık geliştirdiklerini belirtmiştir.

Teknoloji çağında dünyaya gelen çocuklar erken yaşlarda internet ile tanışmış oluyorlar. Bu konuda ailenin etkisi çok fazla bence. Çoğunlukla ağlayan çocuklarımızı telefon ile susturmak, günlük yaşam yoğunluğumuzda işlerimizi yapabilmek için, çocukları telefon ile oyalamak onların küçük yaşta bu bağımlılığa adım atmalarını sağlıyor.

Psikolojik danışman Öğr.1, aile içinde sahip olunan teknolojik aletlerin sayısının günümüzde fazla olması nedeniyle çocukların da, teknolojiyi erken yaşlarda çok iyi kullanabildiklerini, teknoloji kullanım yaş seviyesinin düşmesi ile de internet bağımlılığının erken yaşlarda oluşabileceğini şu sözlerle ifade etmiştir:

Okul çağındaki çocuklarda bence bağımlılık küçük yaşta başlamakta... Günümüzde teknolojinin kullanımı küçük çocukların yaş seviyesine kadar indiği için, küçük çocuklarda bu teknolojiyi çok iyi kullanabiliyorlar. Doğal olarak her evde kişi başına bir tane teknolojik alet düşüyor tabii. Tablet, telefon veya bilgisayar gibi.

4.3.1.4. İnternet bağımlılığının belirtileri: Öğretmenlerle yapılan görüşmelerden elde edilen bulgulara göre, ilkokul öğrencilerinde görülen internet bağımlılığının belirtilerinin çok çeşitlilik gösterdiği görülmüştür. Öğrencilerde görülen korkular, fobiler, çocukların tek başına tuvalete gitmekten ya da gece geç yatmaktan korkmaya başlaması, internette yaygın hale gelen ve çocukları korkutan hayali oyun kahramanlarının çocuklar tarafından sürekli gerçekmiş gibi bahsediliyor olması durumunun internet bağımlılığının belirtileri olarak anlatan Öğrt.5'in ifadeleri aşağıda yer almaktadır:

Yani ordan korkular ediniyorlar, yani arkadaşlarımdan çocuklarımdan da yola çıkarak söyleyebilirim duyduğum şeylerden de, o hayali kahramanlardan bahsediyorlar sürekli, ordan çeşitli korkuları oluşuyor, tuvalete gidemediklerini gece sürekli ağlayarak, bağırarak uyandıklarını tek başına yalnız kalmaktan korktuklarını falan söylüyorlar. Sürekli o kahramanlardan bahsetmeleri, mesela şu an bir granni olayı var son günlerde çocukların kullandıkları. Bunu 3-4 yaşındaki bir çocuktan bile duyabiliyoruz. Granni varmış, granniden korkuyoruz.

Öğrt.2 öğrencilerin içekapanık tutum sergileyerek, sosyal etkinliklere katılmaktan çekinmesi, öfkeli ve agresif davranışlar sergilemesi, gün içinde bir an önce teknoloji ile zaman geçirmek için fırsat kollaması gibi durumları, internet bağımlılığının belirtileri olarak açıklamış ve bu durumu şu sözlerle ifade etmiştir: ‘İnternet bağımlısı olan bir öğrenci sosyal etkinliklere katılma ve kendisini topluma kabul ettirme çabasından uzaklaşmaktadır. İçe kapanık, sanal alemin etkisine girmiş davranışlar sergiler. Sinirli ve agresif davranır. Bir an önce eve gitme ve bilgisayarın başında oturma hevesindedir.’

Psikolojik danışman Öğrt.1 çocukların teknolojik aletlerle ya da internetle geçirdikleri sürenin boyutu, ebeveynleri ile internet kullanımı konusunda yaşadıkları çatışmalar, anne-babaların çocuklarının teknoloji ile geçirdikleri zamanı kısıtlamakta, denet-

lemekte zorlanmaları gibi etkenlerin internet bağımlılığının belirtileri arasında olabileceğini söylemiş ve bu durumu şu sözlerle ifade etmiştir:

Ne kadar sıklıkla desek çok aşırı değil ama görüyoruz yoğun olarak internet kullanma, video izleme ya da telefonda vakit geçirme sürelerinden anlıyorum ben genelde, ya da işte anne-babaya karşı olan tavırlarından anlıyorum. Veliler geliyorlar genelde bu konuda, diyorlar ki, çocukla çatışmalar yaşıyoruz, niye işte çok fazla bilgisayar kullanıyor, internette oyun oynuyor veya telefonu elinden alamıyorum gibi çatışmalar yaşıyorlar. Bu tarz tepkilerden yani anlıyoruz.

4.3.2. İnternete yönelimin sebepleri

Bu bölümde araştırma kapsamında yapılan görüşmeler sonucunda elde edilen bulgulara göre;

İnternete yönelimin sebepleri teması altında yer alan, öğrencilerin internet kullanım amaçları(sebepleri), internet bağımlılığının nedenleri, internet kullanımında ebeveyn denetim eksikliği, internet bağımlılığında sosyal çevrenin etkisi, velilerin çocuklarının internet kullanım konusunda bilinçlilik seviyesi, internet kullanım konusunda ailenin rol model olması kategorileri ele alınacaktır.

4.3.2.1. Öğrencilerin internet kullanım amaçları(sebepleri): Öğretmenlerle yapılan görüşme sonucunda elde edilen bulgulara göre, sanal oyunların ve oyunlardaki karakterlerin öğrencilerin oldukça ilgisini çektiği ve bu durumun öğrencilerin internete girme amaçları arasında yer aldığı görülmektedir. Öğrt.5'in "*Oyunlardaki hayali kahramanlar ya da olaylar daha çok ilgilerini çekiyor. Gerçek hayatta bulamadıklarını internet sayesinde sanal alemde bulmaya çalışıyorlar diye düşünüyorum.*" ifadesi bu durumu açıklamaktadır.

Öğrencilerin derslerini yaptıktan sonra canları sıkıldığı için internete girdiğini söyleyen Öğrt.4 "*...Her işi bitirip canları sıkılıyor vakit bulamıyorlar başka şeylere... Sonra oyun internet kendilerini can sıkıntısından internete veriyorlar.*" ifadesi ile durumu belirtmiştir. Özellikle çalışan anne-babaların çocuklarının evde anne-baba denetimi de olmadığı için, evde yalnız kaldıklarında internette daha fazla zaman geçirdikleri elde edilen diğer bir bulgu olarak karşımıza çıkmakta ve Öğrt.4 bu durumu şu sözlerle ifade etmektedir:"*...Anne babalar çalışıyorlar onlar da evde yalnız kalıyorlar. Evde yalnız kalınca da anne babaların onların üzerindeki kontrolü de çok olmuyor.*"

Öğrencilerin özellikle son dönemlerde popüler hale gelen internet fenomenlerini takip etmek için de internete girdiğini söyleyen psikolojik danışman Öğrt.1 bu durumu “*Oynadıkları oyunlarda, girdikleri sitelerde, youtube’dir. Mesela ben ilkokulda genelde onu görüyorum. Genelde internet fenomenleri var onu izliyor çocuklar, onları takip ediyorlar.*” cümlesi ile belirtmiştir.

İnternetin her türlü konuda öğrencilere sınırsız bilgi imkanı sunması ve öğrencilerin merak ettikleri her konuda bilgi sahibi olmak istedikleri için de internete girdikleri elde edilen diğer bir bulgu olarak karşımıza çıkmaktadır. Bu durumu Öğrt.2 “*Öğrenciler denetimsiz internette istedikleri bilgiye anında ulaşabilmektedir. Büyüklerinden edinemedikleri bazı bilgilere cinsellik, kendi bedenini tanıma, müstehcenlik gibi konuları merak ederek girdikleri internet sitelerinden edinmeye çalışmaktadır.*” cümlesi ile ifade etmektedir.

4.3.2.2. İnternet bağımlılığının nedenleri: Öğretmenlerle yapılan görüşme sonucunda elde edilen bulgulara göre, internet kullanımının çocuklar arasında bu kadar fazla yaygınlaşmasının nedenleri arasında her yaş ve kesimden insanların interneti kullanıyor olmasının da etkisi olduğu görülmektedir. Konu ile ilgili Öğrt.3 görüşmecinin “*Yani aileler çocuklarını susturmak için ellerine telefon veriyorlar.*” cümlesini onaylamak için ‘*Aynen, 7’den 70’e kadar herkeste sadece çocuklarda değil. Bu sorgulanabilir.*” ifadesini kullanmıştır. Öğrt.3 ebeveynlerin de bu konuda yeterli bilgiye sahip olmadıkları ve bu nedenle çocuklarda da internet bağımlılığının önüne geçilemediğini, temelde çocuklardan önce anne-babalarının sağlıklı internet kullanımı konusunda bilgilendirilmesi gerektiğini, bilinçlenen velilerin zaten çocuklarının teknolojinin gerisinde kalmasını istemeyeceklerini ama bunu da bilinçli kullanmak konusunda çocuklarına rehberlik edeceklerini şu sözlerle ifade etmiştir:

Öğrencilerin internet bağımlılığının altında yatan nedenlerin başında bence önceden de belirttiğim gibi 7’den 70’e herkese etkisini gösterebilme gücü olan, internet bağımlılığı ile ilgili yetişkinlerin velilerin bilgilendirilmesi gerekir. Çocuğun teknoloji çağında geri kalmaması ve aynı zamanda kontrollü kullanımının sağlanması için büyüklerin bilgilendirilmesi gerekir. Bu çok önemli.’

Öğrencilerin sokakta oyun oynamak yerine teknolojik aletlerle vakit geçirmek istemesi, aynı zamanda çocuklara internette vakit geçirmek yerine hangi etkinliklere yönelebilecekleri hakkında bilgi verilmemesi, ailelerin çocuklarına alternatif etkinlikler sunma konusunda başarısız olması da çocukların internet bağımlılığını tetikleyen diğer

bir faktör olarak karşımıza çıkmaktadır. Bu konuda psikolojik danışman Öğrt.1'in ifadesi aşağıda verilmiştir:

Çocuklara çok fazla seçenek sunulmaması, çocuklara vakit geçirebilecekleri, eğlenecekleri ya da kendilerini eğitecekleri çok farklı ortamlar yok. Hobi geliştirebilecekleri sportif faaliyetler yok, sosyal etkinlikler yok. Bunun dışında çocukların oyun sahası. Sokak oyunlarını çocuklar bilmiyorlar mesela. Bizim eskiden bildiğimiz sokak oyunlarını bilmiyorlar. Çocukların etkinlik olarak karşılaştıkları unsurlar genelde teknoloji, bilgisayar, internet videolar gibi şeyler olduğu için çocukların çok fazla alternatifi yok.Çocuklara aileler de bu konuda pek seçenek sunamıyorlar.Anne-baba tutumlarını anlatırken de okulda genelde bahsediyoruz aslında çocuklarınıza farklı seçenekler sunun, farklı ortamlar sunun diye ama işte çocuklara farklı ortamlar sunulmadığında çocuklar daha çok internette vakit geçirmeyi, internetteki oyunlarla videolarla vakit geçirmeyi seviyorlar.

Aile içi iletişimin eksik olması, çocukların merak duygularının geliştirilmesi konusunda ailenin temelde yönlendirici olamaması nedeniyle de çocukların internete bağımlı olduğunu ek olarak aile içi şiddetin de olması durumunda çocukların daha fazla internete yöneldiğini söyleyen öğretmen görüşleri de bulunmaktadır. Konu ile ilgili Öğrt.5 *“Yani ailenin ilgisizliği, iletişimsizlik, aile içi şiddet de tabii buna giriyor. Olay ailede bitiyor. Aslından çocuk merak da ediyor çevrede olup biteni ama eğer aile ilgisiz kalırsa bu olay ilerliyor. Bu nedenle ailenin ilgisi önemli kesinlikle.”* ifadesi bu görüşü destekler niteliktedir.

Öğretmenlerle yapılan görüşmelerde bilgisayar oyunlarının da çocukların internet bağımlılığında ciddi bir etken olduğu görülmüştür. Bu konuda Öğrt.5 *“Öğrenciler daha çok bilgisayar oyunları sayesinde internete bağımlı hale geliyor.”* cümlesi bu durumu açıklamaktadır. Bilgisayar oyunlarını oynayan çocukların, bu süre zarfında sınır koyamaması nedeniyle internete daha fazla bağımlılık geliştirdiklerini, çünkü online oynanan oyunların sınır konulmadığı takdirde bir sonunun olmadığını söyleyen Öğrt.2'nin ifadesi şu şekildedir: *“...En önemli bağımlılık nedeni bence oyunlar özellikle online oyunlar çocuklarda ve gençlerde bağımlılık yapmaktadır. Çok örneklerini görüyoruz. Sanal gerçeklik çocukları bağımlı hale getiriyor. Oyunlarda sınır yani bir son yok. Oynadıkça sınırsız ilerleyebilirsiniz. Bu da bence en önemli neden sayılabilir.”*

4.3.2.3. İnternet kullanımında ebeveyn denetim eksikliği: Öğretmenlerle yapılan görüşme sonucunda elde edilen bulgulara göre, anne-babaların çocuklarının internet kullanımlarını kontrol etmediklerini, nasıl ya da ne şekilde internete girdiğini umursamadıkları bu durumun da ciddi bir problem teşkil ettiği görülmektedir. Bu konuda Öğrt.2 “...Ebeveynler çocuklarının internete nerede ve nasıl ulaştığını çok merak etmiyorlar ya da denetleyemiyorlar, bu da bir ayrı sorun bence söyleyebileceğim bu.” ifadesi durumu özetlemektedir.

Ailelerin aslında çocuklarının interneti aşırı kullanmalarından rahatsız olmalarına rağmen, bu durumun onların da hayatlarını kolaylaştırdığı ve bu nedenle de çocuklarının teknolojiyle, internetle meşgul olmalarına ses çıkarmadıkları yapılan görüşmelerden elde edilen diğer bir bulgudur. Bu konuda Öğrt.4 “ Şimdi aslında görünüşte istemiyorlar, şikayetçiler ama yaptırım da uygulamıyorlar. Çünkü çocuğun saatlerce meşgul olması bazen onların da işine geliyor. Rahatça ev işlerini yapabiliyor ya da çarşısına pazarına gidebiliyor. Ya da dizisini izleyebiliyor. Çünkü böyle absürd dizileri izleyen velilerim de var. Onlar o ara veriyorlar çocuğun eline tablet, telefon. Onlar da o ara film izliyorlar.” ifadesi durumu özetler şeklindedir.

Öğrencilerin internet bağımlılığı sürecinde anne-baba denetiminin önemini vurgularken, kendi çocuklarına karşı uyguladığı tutumu örnek gösteren, çocuklarına yaptırım uygulamadığı takdirde onların da interneti aşırı kullanabileceklerini söyleyen, ilgisiz anne babaların çocuklarının denetimsiz kaldıkları için çok kolaylıkla internete bağımlı hale gelebileceklerini vurgulayan Öğrt.5’in ifadesi aşağıda yer almaktadır:

Yani ailenin ilgisi, ilgisiz aile olsa, çocuğu boş bıraksa tabi ki her çocuk çok rahatlıkla internet bağımlısı haline gelebilir. Kendi çocuğum da bunun için de tabi. Ben de kendi çocuğumdan yola çıkarak mesela söyleyebilirim. Eğer ben de çocuğuma zaman kısıtlaması koymasam elinden almasam çocuk saatlerce başından kalkmayabilir... Ondan yani aile de buna göz yumarsa çocuk internete bağımlı hale geliyor. Amma göz yummaz da onunla zaman geçirmeye çalışırsa o zaman bir sıkıntı olmuyor.

4.3.2.4. İnternet bağımlılığında sosyal çevrenin etkisi: Öğretmenlerle yapılan görüşme sonucunda elde edilen bulgulara göre, öğrencilerin arkadaş çevresinin, internet bağımlılığı üzerinden etkili olduğu görülmüştür. Zamanının çoğunu sosyal medyada, online oyunlarda geçiren arkadaş grubuna sahip olan öğrencilerin, internete daha kolay bağımlı olabilecekleri öğretmenlerin üzerinde durduğu önemli bir nokta olarak görül-

müştür. Bu konuda Öğrt.3'ün "...Bir diğer neden de çevre etkeni diyebiliriz. Çocuğun çevresinde chat oturumlarında vakit geçiren savaş ve şiddet oyunları oynayan, sosyal medyada tüm gününü harcayan arkadaşları var ise ve özellikle ergenlik döneminde dışa dönük olan bireyin yani arkadaşı ne yaparsa yapabilecek konumda olan bireyin internet bağımlılığı sürecine girişi daha kolay olacağını düşünüyorum." ifadesi bu durumu desteklemektedir.

Öğretmenlerle yapılan görüşmelerden elde edilen diğer bir bulguda göre ise, öğrencilerin arkadaşları arasında bir gruba dahil olmak, grup içerisinde var olmak adına çevrimiçi oyunları çok sık oynadıkları görülmüştür. Belli bir arkadaş grubunun oynadığı çevrimiçi oyunların içine dahil olmadığı için küçük görülen ve arkadaşları tarafından bu konuda akran baskısına maruz kalan öğrencilerin olduğu, bu durumun da internet bağımlılığına neden olduğu konu ile ilgili önemli bir nokta olarak karşımıza çıkmaktadır. Bu konuda Öğrt.4 ile yapılan görüşmede şu ifadesi ile durumu özetlemiştir: *Ben şöyle düşünüyorum. Sosyalleşme adına bir grup içerisinde yer alma gayretiyle düşüncesizce kendilerine zarar verme pahasına oynayan öğrencilerim var benim... Bir grupta yer alma adına. Mesela bir oyunu oynayan çocuklar kendi aralarında oyun oynamıyorlar. O oyunu oynayan grubun içine alıyorlar.O oyunu oynamayan o grubun içine almıyorlar... Sanal gerçek oyunlar değil. İnternette oynanana interaktif oyunlar. Tabi bu şey ama kendi yaşlarında olan oyunları oynamıyorlar. Onları oynayanlara bebe diyorlar. Mesela daha büyük yaş grupları ile oynuyorlar."*

4.3.2.5. Velilerin çocukların internet kullanım konusunda bilinçlilik seviyesi:

Öğretmenlerle yapılan görüşme sonucunda elde edilen bulgulara göre, velilerin çocuklarının internet kullanımları konusunda bilinçli olmasının önemli olduğu görülmüştür. Ebeveynlerin çocuklarını mutlaka kontrol etmeleri ve onlara karşı kararlı bir tutum sergilemeleri gerektiği Öğrt.4 "*Dediğim gibi kesinlikle ailenin kontrollü ve istikrarlı davranışları olmazsa sadece okulla halledilebilecek bir sorun olarak bakmıyorum."* ifadesi ile görülmektedir.

Ebeveynlerin çocuklarının internet kullanımlarının ne ölçüde sağlıklı ya da sağlıklısız olduğu ile ilgili bilgi sahibi olmadığı için, çocuklarını bu konuda doğru yönlendirmediklerini ve de denetleyemediklerini söyleyen öğretmenler de bulunmaktadır. Bu konuda Öğrt.2 aşağıda yer alan ifadesi durumu açıklamaktadır:

Ebeveynler de bu konuda eğitilmelidir. Çünkü çocuklar büyüklerden daha bilgili bu konuda. O yüzden büyükler çocukların neler yaptığını hangi siteye girdiğini denetleyememektedir. İnternette paylaşması ve paylaşmaması gereken bilgiler konusunda bilgi sahibi olduklarını düşünmüyorum. Ebeveynler çocuklarının internet bağımlısı olup olmadıkları konusunda bence fikir sahibi değiller. Ayrıca bilgisayar başında olması bazı anne-babalar tarafından normal karşılanmakta, hatta bir oyalama aracı olarak görülmektedir.

Çocukların internete daha fazla girme olanağının bulunduğu kendi ev ortamlarında ebeveynleri tarafından denetlenmeleri, internet kullanımlarına süre sınırlaması getirilmesi gerektiği, bu noktada ise anne babaların ne kadar bilinçli olduklarının önemli olduğunu vurgulayan Öğrt.2'nin ifadesi şu şekildedir: "...Okulda internet bağımlısı olması zor ve az. Ancak evde sınırsız ve denetimsiz internet kullanıcısı ise bağımlı olur. Bunun önüne geçmenin en etkili yöntemi velileri bilinçlendirmektir. Çocukların günlük yaşamlarını planlayarak kaç saatini bilgisayar, telefon, tablet kullanımına ayıracağını denetleyerek bu sorunun çözüleceğine inanıyorum."

4.3.2.6. İnternet kullanım konusunda ailenin rol model olması: Öğretmenlerle yapılan görüşmelerden elde edilen bulgular, ebeveynlerin özellikle ilkökul düzeyindeki çocuklarda olumlu rol model olmalarının, internet bağımlılığının küçük yaşlarda önüne geçilmesi konusunda çok önemli bir yere sahip olduğunu göstermektedir. Sürekli teknolojik aletlerle zaman geçiren ebeveynlerin çocuklarının da doğal olarak teknolojiyle ve internetle gereğinden fazla zaman geçirmek isteyeceklerini ifade eden Öğrt.3'ün ifadesi aşağıda yer almaktadır:

Ailelerde de bağımlılık var. Çocuk bakıyor evde anne-baba elinde telefon. Sadece telefon olarak da düşünmeyelim bilgisayar ya da tablet de olabilir, o şekilde ulaşabildikleri için. Çocuklar da o şekilde hani annem babam da sürekli giriyor diyor. O nedenle öncelikle ailenin bilgilendirilmesi gerekli, başka bir gerekçe olarak da yani. Diğer bir etken olarak çocuklarımıza rol model olmamız gerektiği için her an teknolojik aletler elimizde dolaşmamalıyız.

Yine aile bireylerinin sağlıklı internet ve teknoloji kullanımını konusunda bilgi sahibi olması ve buna bağlı olarak da olumlu rol model olmasının önemli olduğunu vurgulayan Öğrt.3 "...Bir evde aile bireylerinden örneğin 5 kişiden 4'ünün elinde bir teknolojik alet varsa ve çoğu zamanını ona bağımlı geçiriyorsa bilinçli kullanım yoktur diyebiliriz. Yani ailenin bilinçlendirilmesi gerekir." cümlesi bu durumu ifade etmektedir.

Ailelerin teknolojik aletlerle olan eylemlerini çocuklarının göremeyeceği zamanlarda hallederek, onlara teknoloji ile daha az zaman geçirdikleri alt mesajını vermelerinin, çocukların internet bağımlılığı sürecinin önüne geçilmesindeki önemi vurgulayan Öğrt.5 ifadesi aşağıda yer almaktadır:

Anne-babalar ellerinden telefonu düşürmezlerse sürekli onu oynayıp ona bakarak rol model olurlarsa çocuk da ister istemez buna kapılıp gidecektir. Ama biz önce kendimizi dizginlemeliyiz, yapacak işlerimizi bile telefonda yapacağımız işlerimizi bile onlar uyuduktan sonra ya da onlar yokken yaparsak, telefona karşı daha az bağımlı olduğumuzu onlara göstermemiz lazım. Bu da çok etkiliyor, çünkü çocuklardan bir şey olduğunda sen de oynuyorsun sen de telefonu elinden bırakmıyorsun şeklinde cevaplar alabiliyoruz. O yüzden önce biz örnek olmalıyız diye düşünüyorum.

4.3.3. İnternet bağımlılığını önlemeye yönelik yapılan çalışmalar

Bu bölümde araştırma kapsamında yapılan görüşmeler sonucunda elde edilen bulgulara göre;

İnternet bağımlılığını önlemeye yönelik yapılan çalışmalar teması altında yer alan, internet bağımlılığının önlenmesi için öneriler, internet bağımlılığı konusunda öğrencilere yönelik yapılan çalışmalar, internet bağımlılığı konusunda velilere yönelik yapılan çalışmalar kategorileri ele alınacaktır.

4.3.3.1. İnternet bağımlılığının önlenmesi için öneriler: Öğretmenlerle yapılan görüşme sonucunda elde edilen bulgulara göre, okulda öğretmenlerin çocuklara internet kullanımı konusunda söylediklerinin anne-baba tarafından desteklenmesinin önemli olduğu görülmüştür. Ebeveynlerin evde çocuklarına, öğretmenlerinin sözlerini destekleyici, onaylayıcı şekilde davranmalarının, yani okulda öğretmen ve evde ebeveynlerin çocukların internet kullanımları konusunda ortak tutum sergilemelerinin çocuklarda bu yönde oluşacak kalıcı davranış değişikliğinde büyük önem arz ettiği görülmüştür. Bu konuda Öğrt.4'ün ifadesi aşağıda yer almaktadır:

Öğretmen ne kadar söylerse söylesin anne-baba öğretmeni desteklerse evde çocuk, öğretmenin daha çok sözünü dinler. Ama öğretmen anne ile konuşur baba ile konuşur çocuk ile konuşur en son evde işte atıyorum evde yemek yerken ya bu öğretmen de çok konuşuyor, bizim işimize çok karışıyor deniyorsa çocu-

ğun yanında o çocuğa ben mümkün değil bir şey yaptırمام. Çünkü güven sar-sılır.’

Öğretmenlerle yapılan görüşme sonucunda alınan bilgilere göre, özellikle ilko-kul dönemi çocuklarında internet bağımlılığı konusunda okul rehber öğretmeni ile yapı-lan işbirliğinin de önem arz ettiği, internet bağımlılığı risk grubunda olan öğrencilerin okul rehber öğretmeni ile olan görüşmeleri sonucunda olumlu geri bildirimler alındığı görülmüştür. Bu konuda yine Öğrt.4’ün ifadesi aşağıda yer almaktadır:

...Okul rehber öğretmeni ile birlikte güzel bir işbirliği içinde olduğumu-zu ve bu konuya gerçekten beraber çok önem verdiğimizi düşünüyorum. Okul rehber öğretmenimizle beraber olumlu sonuçlar aldığımızı düşünüyorum. En azından benim bu sınıftaki beş altı öğrenci şu anda tabletlerinden, bilgisayar-larından o yaş sınırı olan oyunu sildiklerini söylediler.

İnternet bağımlılığının önlenmesi konusunda çocukların evde teknoloji ile vakit geçirmeleri yerine, kitap okuma saati gibi aile içinde birlikte zaman geçirecekleri zaman dilimlerinin oluşturulmasının önemli olduğu elde edilen diğer bir bulgu olarak karşımı-za çıkmaktadır. Bu konuda Öğrt.3’ün ‘‘...Gün içinde aile saatleri, birlikte vakit geçire-bilme, kitap okuma zamanları belirlenebilir. Hani onlarla daha fazla zaman geçirmek gerekiyor.’’ ifadesi bu durumu açıklamaktadır.

Çocukların farklı sosyal aktivitelere, sportif faaliyetlere yönelmelerinin, inter-nette geçirecekleri zaman dilimlerinin azaltılmasında önem teşkil ettiğini, ayrıca çocuk-lara girebilecekleri güvenli siteler hakkında detaylı bilgi vermek gerektiğini bu şekilde internette harcadıkları zamanlarını daha sağlıklı geçirebilecekleri elde edilen diğer bir bulgudur. Bu konuda Öğrt.3’ün ifadesi aşağıda verilmiştir:

...Sosyal yaşamının daha sağlıklı süreçlerle tamamlayabilmesi için spor-tif faaliyetlere ve sosyal etkinliklere yönlendirilmesinin de büyük ölçüde katkı sağlayacağına inanıyorum. Yani sınırlı zaman içinde teknolojiden de geri kal-mayacak ama sağlıklı kullanacak. Bunu da nasıl kullanması gerektiği temel ku-ralları bilecek hangi sitelerin güvenli hangi sitelerin güvenli olmadığını bilecek. Hangi sitelerden doğru bilgi edinip edinmeyeceğini bilecek. O süreci öğretmeli-yiz ve ayrıca da çok fazla vakit geçirmemesini sağlamalıyız ve asosyal olmaması için de çaba harcamalıyız.

Çocuklara internete girmemeleri dışında başka seçenekler sunulması, yapacakla-rı, dahil olacakları etkinliklere dahil edilmesinin de, internet bağımlılığının önlenmesin-de yine önemli olduğunu vurgulayan Öğrt.3’ün ‘‘...Farklı seçenekler sunulması, farklı

ortamlar sunulması, çocukların sosyal ve sportif etkinliklere dahil edilmesi, kendilerini keşfedebilecekleri farklı etkinlikler sunulması.” ifadeleri bu durumu özetlemektedir.

Yapılan görüşmelerde elde edilen diğer bir bulguya göre, yine çocukların iletişim kurabilecekleri sağlıklı bir arkadaş çevresine sahip olmaları ve onlara bu yönde yardımcı olunması, onların hem asosyalleşmelerinin önüne geçilmesinde hem de internet bağımlı olmalarının önüne geçilmesinde önemli olduğu görülmüştür. Bu konuyu Öğrt.3 “...*Hani bunu da asosyalleşmemesi ve hayatın sağlığını hem fiziksel hem psikolojik sağlığın bozulmaması için iletişim önemli. Arkadaş çevresi iyi ve sağlıklı bir arkadaş çevresi sağlanabilir yani bu şekilde önlem alınabilir diye düşünüyorum.*” cümlesinden anlayabiliriz.

Ailelerin çocuklarına internet ve teknoloji kullanımı konusunda sınır koymaması, anne-babaların tutarsız davranışları ve kararlı davranış sergileyememeleri de çocukların internet bağımlılığına neden olan diğer bir bulgu olarak karşımıza çıkmaktadır. Bu konuda psikolojik danışman Öğrt.1 “*Bazı ailelerde şu var, çocuğa seçenekler sunuyor ama sınır koymuyor, tamam bilgisayar oynayabilirsin diyor ama sınırı yok. Bir saat oynayabilirsin diyor ama bu sınırı koyamıyor, tutarlı şekilde davranamıyor. Ya da anne-babalar arasında bir tutarsızlık var ya da anne-babaların kural koyması, kararlı davranması önemli.*” cümlesi bu durumu desteklemektedir.

Çocuklara sağlıklı internet kullanımı hakkında detaylı bilgi verilmesi, aşırı internet kullanımının zararları hakkında bilinçlendirilmesinin önemli olduğu, çocukların teknolojik aletlerde yer alan oyunlar yerine sokakta oynayabilecekleri oyunlara yönlendirilmesi gerektiği, okulda çocukların internete ihtiyaç duymadığı ama ev ortamında durumun böyle olmadığı, çocukların bu nedenle bahçede, dışarıda oyun oynayabilecekleri yerlere götürülmelerinin sağlanması; internet bağımlılığının önlenmesi konusunda karşımıza çıkan diğer bulgular arasında yer almaktadır. Bu konuda Öğrt.5’in ifadesine aşağıda yer verilmiştir:

Okulda, bu konu hakkında yararları, zararları örneklerle birlikte anlatılmalı, evde ise çocuklar ilgisiz bırakılmadan oyun ihtiyaçlarını özellikle internet ortamında değil de eskisi gibi sokaklarda oynayarak giderebilmeli çocuklar. Yani sıkılmamalı yalnız kalmamalı. Arkadaş çevresi sokakta oynayabileceği ortamları olmalı. Öyle olduğu zaman zaten çocuk çok fazla ihtiyaç duymayacak. İşte evde uygulamalı okulda daha teorik bilgilerle bu iş ilerletilebilir. Çünkü okulda zaten çocuk arkadaşları ile tenefüste oynuyor okula tablet, bilgisayar getirmediği için. Hani öyle bir sıkıntı olmuyor, ama evde oluyor. Çünkü çocuk dışarıya çı-

kamıyor. Onlar için çok fazla oyun ve park alanı yok ama. Aile yine ilgilenerek sonuçta olan yerlere götürerek, dışarıda oynarken başında onları gözeterek sonuçta onların da oynamalarını sağlayabilmeli.

Çocukların yaş grubu olarak küçük yaş seviyesi oldukları için, internet kullanımını konusunda farkındalık ve bilinçlilik düzeylerinin yeterince gelişmemiş olabileceği, bu nedenle ebeveynlerin onlara bu noktada yol göstermesi gerektiği elde edilen diğer bir bulgu olarak karşımıza çıkmaktadır. Anne babaların baskıcı tutum yerine yönlendirici olmaları gerektiğini, çocuğa sınırlar koyarak bu sınırların uyulması konusunda istikrarlı olması, ayrıca çocuklarına farklı seçenekler sunmaları gerektiği belirtilmiştir. Çünkü çocuklara aşırı bilgisayar kullanımının olumsuz sonuçları hakkında detaylı bilgi vermedikleri takdirde ve onlara bu konuda olumlu rol model olmadıkları takdirde, çocukların neden aşırı internet ya da teknoloji kullanmamaları gerektiğini anlayamayacakları yapılan görüşmede altı çizilmiştir. Bu konuda okul psikolojik danışmanı Öğrt.1'in ifadesi aşağıda yer almaktadır:

Kararlı, tutarlı çocuğuna rehberlik yapabilecek bir ebeveyn modeli gerektiriyor. Çocuklar burada bilinçsiz davranabilir çünkü çocukların yaşları küçük , farkındalıkları çok gelişmemiş olabileceği için burada anne-babanın yönlendirici olması gerekir.Bak yönlendirici diyorum, baskıcı demiyorum.Anne babanın kural koyup sınır koyup bunları uygulaması gerekiyor ve çocuğa farklı bir seçenek sunması gerekiyor.Bizim anne-babalarımız napıyorlar bu bilgisayarlarla oynamayacaksın diyorlar çocuğa,ama devamında çocuğa farklı bir seçenek sunmuyorlar.Hani çocuğa farklı bir seçenek sunsalar birlikte yapabilecekleri bir etkinlik olabilir, tek başına yapabileceği bir etkinlik olabilir ya da çocuğu bu konuda bilinçlendirseler çocuk bu konuda neden bilgisayar oynamaması gerektiğini, neden bunu izlememesi gerektiğini bilmiyor ya da anne-baba bu konuda doğru rol model olmayabiliyor.Bunlara birazcık anne-babaların dikkat etmesi gerekiyor.'

4.3.1.2. İnternet bağımlılığı konusunda öğrencilere yönelik yapılan çalışmalar: Okul psikolojik danışmanı ile yapılan görüşmeler sonucu elde edilen bulgulara göre, anaokulu ve ilkokul seviyesinde her kademe bazında öğrencilere, seviyelerine uygun bir şekilde sağlıklı internet kullanımı, sosyal ağların kullanılması konusunda dikkat edilmesi gerekenler konusunda özellikle 3. ve 4.sınıf düzeyinde bilgilendirici çalışmalar, seminerle yaptıkları görülmüştür. Öğrencilerin sahip oldukları instagram ve fa-

cebook gibi sosyal medya hesaplarını, video paylaşımı yaptıkları youtube kanallarını nasıl bilinçli kullanacakları konusunda bilgilendirmeler yaptıkları görülmüştür. Bununla ilgili psikolojik danışman Öğrt.1 'in ifadeleri şu şekildedir:

Her sene sınıf bazında 1,2,3,4 ve hatta anasınıfında da bilgilendirmeler yapıyoruz, seviyelerine uygun bir şekilde. İnternet bağımlılığı, bilinçli internet kullanımı, internetteki sosyal ağlarda nasıl hareket etmeleri gerektiği, özellikle 3.ve 4.sınıftaki öğrencilere. Çünkü bazılarının instagram ve facebook hesapları var, bunları kullanıyorlar veya youtube kanalları var, buralarda video paylaşıyorlar. Bunlarla ilgili bilgilendirmeler yapıyoruz.'

Sınıf öğretmeni Öğrt.5, internet bağımlılığı başlığı altında kitaplarda özerk bir başlık olmamasına rağmen, Türkçe dersinde verdikleri örneklerde, Hayat Bilgisi dersinde güncel günlük olayların içerisinde internet bağımlılığı konusuna yer verdiklerini "Zaten kitaplarımızın arasında geçiyor da internet bağımlılığı diye. Özellikle bir konumuz vardı Türkçe dersinde falan. İşte örnekler vererek faydaları, zararları konuşarak işledik. Onun haricinde Hayat Bilgisi dersinde de güncel günlük olaylar konusunda yine bu konuya yer vermişti onda da işledik baya 1-2 hafta işledik zaten." ifadesi ile belirtmiştir.

Öğrt.2, öğrencilere yeri ve zamanı geldiğinde sürekli olarak, internetin olumlu ve olumsuz özelliklerini, kişisel verilerin nasıl korunması gerektiği, bağımlılık yapan zarar veren oyunlar konusunda derste bulduğu her fırsatta bilgi verdiğini, özellikle çocuklara internet üzerinden aileleri, kendileri hakkında hiçbir kişisel bilgilerini vermeme gerektiğini, bunların yabancı insanlar tarafından zarar verecek şekilde kullanılabileceğini söylediğini belirtmiştir. Konu hakkında Öğrt.2'nin ifadeleri aşağıda verilmiştir:

Yeri geldiğinde devamlı ve sürekli olarak internetin yararları yanında, zararlarının da olabileceği her fırsatta öğrencilere anlatılmaktadır. Kişisel verilerin korunması konusunda sık sık bilgi verilmektedir. Bağımlılık yaratan oyunlar, intihara sürükleyen oyunlar konusunda her fırsatta uyarı yapılmaktadır. Ben çocuklara çok açık olarak şunu da söylüyorum. Tanımadığınız kişilere internet üzerinden kişisel bilgilerinizi, fotoğraflarınızı, aileniz hakkındaki bilgileri paylaşmayın sonra bunlar sizin aleyhinize kötü niyetli kişiler tarafından kullanılabilir başınıza iş açabilir diye anlatıyorum.'

4. sınıfları okuttuğunu söyleyen Öğrt.3, Sosyal Bilgiler dersinde teknoloji konusunu işlerken bilinçli internet kullanımı konusuna değindiklerini, ayrıca rehberlik derslerinde de bu konunun üzerinde durduklarını söylemiştir. Çocukların bu konuyu daha

fazla içselleştirmesi için, çocuklardan bilimsel araştırma yapmalarını istediğini bunu yaparken de öğrencilere internetin amacına uygun kullanımı, internette karşılaştıkları her bilginin doğru olmayabileceği, güvenli internet kullanımı için araştırma yaparken nelere dikkat etmesi gerektiği konularında da bilgi verdiğini söylemiştir. Yine internette hangi sitelere girip giremeyeceği, hangi sitelerin güvenli olabileceği, internette karşısına çıkabilecek uygunsuz ya da zararlı reklamlar, içerikler olabileceği bunlar konusunda nasıl daha dikkatli olabilecekleri konusunda bilgi verdiğini söylemiştir. Sınıf öğretmeni Öğrt.3 bu durumu şu sözlerle ifade etmiştir:

Bu sene 4.sınıfı okuttum ben. Sosyal Bilgiler dersinde evet teknoloji konusu altında değindik buna. Ayrıca rehberlik derslerimizde de değindik. Ben bu şekilde yaparak yaşayarak öğrenmesi için çocuğun öğretim programlarında bir konu hakkında bilimsel araştırma yapmalarını isteyerek , internet kullanımının amacına uygun kullanılabilmesine, araştırılan her bilginin doğru olmadığına, hangi sitelerde konuların araştırılabileceğine, güvenli kullanım sağlanması için araştırma sürecinde nelere dikkat edileceğine dair bilgi ve destek vererek amacına uygun kullanım sürecine çocuğun katılımına yer veriyorum genelde.Hani bir konu ile ilgili araştırma yapacak ve bu araştırma sürecinde nelere dikkat etmesi gerekiyor mesela güvenli kullanım.Hani her siteye giremeyeceği hani her siteye güvenemeyeceği bilgi açısından.Bu şekilde daha fazla yer veriyoruz.Bunun yanında yine konu ile ilgili bilgilendirici çalışmalara rehberlik derslerinde yer veriyoruz.Çocuk denetimli olarak yaparak yaşayarak hani o süreçte internete girdiği andan internetin başından kalktığı ana kadar nasıl bir araştırma yapacak ya da hangi sitelere girecek ya da hangi sitelere güvenecek hani kenarda mesela reklamlar var onlara kanmaması gerektiği ya da kötü içerikli şeyler olabilir. Ahlaka uygun olmayan mesela. Bunlara girmemesi için mesela bilgi veriyorum.'

Teknolojiyi hayatımızdan çıkarmanın doğru olmadığını, aksine sağlıklı internet, teknoloji kullanımının yaşamımızın pek çok alanında bize oldukça fayda sağladığını ve yol gösterici olduğunu bu nedenle teknolojinin doğru kullanılması konusunu okulda öğrencilere aşılama çalıştığını söylemiştir. Öğrt.4 “‘Şimdi hayatımızdan bir kere teknolojiyi çıkaramayız, mümkün değil. Hatta teknolojiyi hayatımıza öyle bir yerleştirmeliyiz ki birçok alanda bize faydalı olsun, yol gösterici örnek olsun. Ama teknolojiyi bilinçli kullanmak doğru kullanmak kesinlikle bu. Bunda da ya okulda vermeye çalışıyorum ben.’” sözleriyle ifade etmiştir. Yine Hayat Bilgisi dersi içinde geçen teknolojiyi nasıl

kullanınız konusu geldiğinde de, internet ve teknoloji kullanımına yer verdiklerini ama genel anlamda sürekli bu konuyu gündemde tutarak her fırsatta öğrencilere vermeye çalıştığını söylemiştir. Öğrt.4 “*Hayat Bilgisi dersi içinde bir konu var teknolojiyi nasıl kullanınız diye ama o ünitenin konusu geldiğinde işlemiyoruz onu. Sürekli gündemde tutuyorum ben.*” sözleriyle ifade etmiştir.

4.3.1.3. İnternet bağımlılığı konusunda velilere yönelik yapılan çalışmalar:

Öğretmenlerle yapılan görüşmeler sonucu elde edilen bulgulara göre, öğretmenler velilerine çocuklarının internet kullanımları konusunda önerilerde bulduklarını, onlara çocuklarına gelişimlerine uygun olmayan oyunları oynatmamaları ya da oynadıkları oyunlara sınırlama getirmelerini söyledikleri, çocuklarına yasak koymamaları çünkü yasakların çocuklarda daha fazla merak duygusuna neden olduğunun altını çizdikleri, bu konuda istikrarlı ve tutarlı olmaları gerektiği konusunda uyarılarda buldukları görülmüştür. Bu durum Öğrt.4’ün şu ifadelerinde görülmektedir:

...O oyunları oynatmayın ya da süreli bir saatten fazla oynatmayın, hak vermeyin, yasaklamayın asla diyorum. Çünkü yasaklayınca bu sefer daha fazla merak etmeye başlıyor. O zaman da internet cafelere falan yönelmeler oluyor. Sadece diyorum süre koyun bu sürede de istikrarlı olun, kararlı olun. Bu sırf internette değil ya her durumda anne-babanın istikrarlı olması gerekiyor, yoksa çok da bir fazla sağlayabileceğimizi düşünmüyorum.

Ailelere çocuklarının teknolojiyi, interneti nasıl bilinçli kullanmaları gerektiği konusunda bilgilendirilmesi gerektiği, ailelerin de çocuklarını bu doğrultuda yönlendirmeleri ve internetin aşırıya kaçmadan sağlıklı düzeyde kullanılması için denetimli ve kontrollü olmaları gerektiğini söyleyen öğretmen görüşleri de bulunmaktadır. Velilerin teknoloji ile iç içe büyümemiş olmasına rağmen, günümüzde aynı şeyin çocuklar için geçerli olmadığını, bu nedenle çocukları teknoloji ve internetten uzaklaştırmanın mümkün olmadığını ancak sağlıklı kullanımının sağlanabileceğini belirten öğretmen görüşlerinden kesit aşağıda yer almaktadır:

Yetişkinlerin yani velilerin ve öğrencilerin teknolojik aletlerin doğru amaçlarla etik ve ahlaki değerlere zarar vermeden kısaca bilinçli ve düzeyli kullanımı adına bilgilendirilmesi gerektiğini söylemiştim bu çok önemli bence. Ailelerin küçük yaştan itibaren çocuklarının sınırlı zaman ile ve güvenli sitelere girişlerinin kontrolünü sağlamaları için önerilerde bulunulabilir. Biz teknoloji çağında çok fazla büyümemiş olabiliriz ama şu anki çocuklar teknoloji çağında

büyüdüğü için ne ondan uzak tutabiliyoruz ne de çok fazla sağlıksız bir şekilde kullanımlarını sağlayabilmemeliyiz...

Okul psikolojik danışmanı Öğrt.1 yapılan görüşme sonucu elde edilen bulgulara göre, velilerin çocuklarının teknoloji kullanımına engel olamadıkları ya da sınırlayamadıkları için şikâyetlerle geldiğini, bu doğrultuda okul çerçeve plan dâhilinde öğrenci ve velilere yönelik çalışmaların yapıldığı şu ifadelerde yer almaktadır:

İnternet bağımlılığı ile de bilgilendirmeler yapıyoruz, öğrencilere ve velilere yönelik çerçeve plan dâhilinde. Bu toplantılarda ya da bu eğitimlerde görüştüğümüzde çocukların daha çok mesela oyun oynamayı tercih ettiklerini ya da velilerin çocukları bilgisayar başından kaldıramadıklarından ya da telefonu ellerinden alamadıklarından şikâyetleri var. Mesela bu internet bağımlılığının arttığını gösteriyor aslında.'

Okul psikolojik danışmanı Öğrt.1 okul çerçeve planı kapsamında yine, velilerle yaptıkları bireysel görüşmelerde ve hazırladıkları bilgilendirici broşürlerde konu ile ilgili bilgilendirme çalışmalarını yaptıklarını şu sözlerle ifade etmiştir: *“İnternet bağımlılığı hakkında seminerleri ben her sene yapıyorum. Bilgilendiriyorum. Bana gelen velilere de broşürler ya da görüşmelerle bilgilendirmeye çalışıyorum. Ama tabii çok bilinçli olduklarını düşünmüyorum. Bu konuda velilerin bilgilendirilmesi, bilinçlendirilmesi faydalı olur.”*

Okul psikolojik danışman Öğrt.1 Türkiye Bağımlılıkla Mücadele platformunun hazırlamış olduğu teknoloji bağımlılığı çalışmasına yer verdiğini, gerekirse öğretmenlerle de bilgilendirici çalışmaların yapıldığını belirtmiş ve bu durumu şu sözlerle ifade etmiştir: *“İnternet bağımlılığı ile ilgili konulara Türkiye bağımlılıkla mücadele platformunun Yeşilay ile hazırlamış olduğu bir proje var, bu kapsamda teknoloji bağımlılığına yer veriyoruz. Öğretmen arkadaşlara bilgilendirmeler, görüşmeler yapıyoruz.”*

Okul psikolojik danışman Öğrt.1, çerçeve plan dahilinde yaptığı çalışmalarını anlatırken Yeşilay'ın gönderdiği broşürlerden de faydalandığını söylemiş, her yıl kendi çerçeve planına bu çalışmalarını alıp uyguladığını ifade etmiştir. İnternet bağımlısı olduğunu düşündüğü ya da sağlıksız internet kullanımı yönelimi olan öğrencilerle ve onların velisiyle bireysel görüşmeler yaptığını şu sözlerle ifade etmiştir:

Yine aynı şekilde broşür dağıtıyorum, Yeşilay'dan istiyorum. Bana gönderiyor, Yeşilay sağ olsun, kargoluyor, seminerler yapıyoruz her sene mutlaka çerçeve planda yer verip. Gerekliyse çocuk özellikle bağımlı olduğunu düşünüyorsa, bireysel görüşmeler yapıyoruz, aile ile gerekirse öğrenciyle. Bu şekilde

internet bağımlılığı ile ilgili çalışmalar yapıyoruz. Bunun haricinde yaptığımız başka herhangi bir çalışma yok.”

4.4.Okul Rehberlik Çerçeve Programı Ve Öğretim Programları İçerisinde Yapılan Çalışmalara İlişkin Bulgular

Çalışma kapsamında, okul rehberlik çerçeve programı ve öğretim programları içerisinde yapılan çalışmalara ilişkin bulgular Tablo 4.4’de verilmiştir.

Tablo 4.4

Öğretim Programı Ve Rehberlik Programı Analizi Sonucu Oluşan Kategoriler

Okul rehberlik çerçeve programı içerisinde yapılan çalışmalar	Öğretim programları içerisinde yer alan çalışmalar
TBM(Türkiye Bağımlılıkla Mücadele) sunumuna ait alt kategoriler	Sosyal Bilgiler ve Türkçe öğretim programında yer alan kazanımlara ait alt kategoriler
1. Teknoloji ve bağımlılık	1. Teknolojinin olumlu-olumsuz özellikleri
2. Teknoloji bağımlılığının belirtileri	2. İnternetin sağladığı bilgi kaynakları
3. Teknoloji bağımlılığını önlemeye yönelik yapılan çalışmalar	

4.4.1. Okul rehberlik çerçeve programı kapsamında yapılan çalışmalar

Bu bölümde araştırma kapsamında yapılan görüşmeler sonucunda elde edilen bulgulara göre;

Okul rehberlik çerçeve programı kapsamında yapılan çalışmalar teması altında TBM sunumuna ait alt kategoriler olan teknoloji ve bağımlılık, teknoloji bağımlılığının belirtileri, teknoloji bağımlılığını önlemeye yönelik yapılan çalışmalar kategorileri ele alınacaktır.

4.4.1.1. TBM(Türkiye Bağımlılıkla Mücadele) sunuma ait alt kategoriler

4.4.1.1.1 Teknoloji ve bağımlılık: TBM kapsamında ilkökul öğrencileri için hazırlanan sunum içeriğine bakıldığında, öğrencilere öncelikle bağımlılığının tanımının yapıldığı, ardından teknoloji bağımlılığı kavramının açıklandığı görülmektedir. Teknoloji kavramının içerisine sosyal medya, oyun konsolu, cep telefonu, tv ve internetin girdiği açıklanmaktadır.

4.4.1.1.2.Teknoloji bağımlılığının belirtileri: TBM kapsamında ilkökul öğrencileri için hazırlanan sunum içeriğine bakıldığında teknoloji bağımlılığının belirtileri öğrencilere şu maddeler halinde açıklanmaktadır:

- Devamlı bilgisayar oyunu oynamak istiyorsa,
- Oyun oynamadığı zamanlarda aklı hep oyunlarında kalıyorsa,
- Bilgisayar oyunları yüzünden uykusuz kalıyor, derslerine çalışmıyor ve başarısı düşüyorsa,
- Bilgisayar, tablet vb. başındayken zamanın nasıl geçtiğini fark etmiyorsa,
- Bilgisayar, tablet vb. yüzünden arkadaşlarından uzak kalıyor, ailesiyle arası bozuluyorsa,
- Yemeklerini bile bilgisayar, tablet vb. başında yemek istiyorsa,

Bireylerin teknolojiye nasıl bağımlı hale geldikleri durumunun ise ilk olarak merak ile başladığı, arkadaşları ile oynanan çevrimiçi ve bilgisayar oyunları ile geliştiği, sonrasında bu durumun boş zamanların doldurulması için sık yapılan bir aktivite olarak yerleşmesi olarak geliştiği ve internet ya da teknoloji olmadan yaşayamama durumuna dönüşmesi olarak açıklanmıştır.

Öğrencilere teknoloji ile ne kadar zaman geçirdikleri ve bu zamanın bağımlılık seviyesinde olup olmadığının öğrenmeleri ve bu konuda farkındalık kazanmaları için mini bir teknoloji testi sunumun içeriğinde yer alan diğer bir parça olarak karşımıza çıkmaktadır. Teknoloji testinin içerisinde yer alan her bir madde için, her zaman, bazen ve hiçbir zaman seçenekleri bulunmaktadır ve test sonucunda öğrencilere teknoloji kullanımını konusunda iyi durumda oldukları, önlem almaları gerektiği ya da ufak-tefek düzenlemeler yapmalarının sağlıklı olacağı gibi minik öneriler de bulunmaktadır. Teknoloji testinin maddeleri ise şu şekildedir:

1. Devamlı bilgisayarda oyun oynamak istiyorum.
2. Bilgisayar başında zamanın nasıl geçtiğini fark edemiyorum.

3. Yemeklerimi bilgisayarın başında yiyorum.
4. İnternette vakit geçirmek için arkadaşlarımla beraber olmaktan vazgeçiyorum.
5. İnternette geçirdiğim süreyi azaltmak istediğimde bunu bir türlü başaramıyorum.
6. Oyun yüzünden derslerimi ihmal ediyorum.
7. Annem babam çok fazla oyun oynadığımı söylediğinde sinirleniyorum.
8. Oyun oynamadığım zamanlarda aklım oyunlarda kalıyor.
9. Oyunun başından çok zor kalkıyorum.
10. Geç saatlere kadar bilgisayar başında oturmaktan uykusuz kalıyorum.

4.4.1.1.3. *Teknoloji bağımlılığını önlemeye yönelik yapılan çalışmalar:* TBM kapsamında ilkokul öğrencileri için hazırlanan sunum içeriğine bakıldığında öğrencilere internet bağımlılığının önüne geçilmesi için önerilerde bulunduğu görülmüştür. Bu öneriler aşağıda maddeler halinde sıralanmaktadır:

- Ekran başında geçirdiğiniz süreyi azaltın. Sizin yaşınızdaki bir çocuğun ekran başında en fazla kalabileceği süre 60 dakika yani 1 saat.
- Teknoloji kullanımınızı sınırlayın. Böylece kendinize sınır çizmiş olursunuz. Mesela akşam oyun oynamak yerine ailenizle birlikte vakit geçirebilirsiniz.
- Teknolojiden yararlanma ve kendinizle teknoloji kullanımınız arasına sınır koyma konusunda ailenizden yardım isteyin. Böylece büyüklerinizin tecrübe-lerinden yararlanmış olursunuz.
- Ailenizle ve öğretmenlerinizle bu konuda konuşarak size en uygun süreyi belirleyin. Zaten sınırlı zamanlarda yaptığınız teknolojiyle ilişkili işlerinizin ve çalışmalarınızın hemen ardına bir arkadaş buluşması veya zorunlu bir iş planlayın. Böylece ölçüyü kaçırmazsınız.
- Teknoloji kullanımıyla ilgili kendinize hedefler belirleyin. Böylece amaçsız ve boşu boşuna bir kullanıma kendinizi kaptırmamış olursunuz. Günde ne kadar teknoloji vs. kullanacağınızı aile ve öğretmenlerinize sorarak belirleyin. Belirlediğiniz süreye mutlaka uyun.
- Odanıza, evin çeşitli yerlerine, bilgisayar ekranının yanı başına teknoloji bağımlılığının size neler kaybettireceğini hatırlatan sözler ve görseller asın. Böylece zararlarını sürekli hatırlar ve dikkatli kullanırsınız.
- Arkadaşlarınızla oyun oynamaya ve spora vakit ayırın. Böylece bilgisayar başında olduğu gibi hareketsiz kalmazsınız.

- Sanal değil gerçek bir arkadaş çevresinde bulunarak aktiviteler oluşturun, yeni arkadaşlıklar edinin. Böylece gerçek hayatla bağlantınız daha güçlü olur.
- Yapmak istediklerinizi listeleyin, listenizdekilerinden birini yaptıktan sonra listenizin en sonuna yeni bir isteğinizi yazın. Böylece hayatınızda teknoloji dışında da önem verdiğiniz şeyler olduğunu sürekli hatırlarsınız.

Verilen bu öneriler sonrası öğrencilere ‘*Bir gün evinizdeki tüm televizyon, telefon, tablet ve bilgisayarlar bozulsaydı, sizce o gün nasıl geçirdi? Hayal edin ve yazın.*’ sorusu sorulmakta ve bunları yazması istenmektedir. Bu şekilde öğrencilerin teknoloji olmadan hayatlarının nasıl olabileceği, gün içerisinde nasıl zaman geçirebileceklerinin sorgulanması ve düşünmesi amaçlanmaktadır.

4.4.2. Öğretim programları içerisinde yer alan çalışmalar

Bu bölümde araştırma kapsamında yapılan görüşmeler sonucunda elde edilen bulgulara göre;

Öğretim programları içerisinde yer alan çalışmalar teması altında yer alan Sosyal Bilgiler ve Türkçe öğretim programında yer alan kazanımlara ait teknolojinin olumlu-olumsuz özellikleri, internetin sağladığı bilgi kaynakları kategorileri ele alınacaktır.

4.4.2.1. Sosyal Bilgiler ve Türkçe öğretim programında yer alan kazanımlara ait kategorileri

4.4.2.1.1. Teknolojinin olumlu-olumsuz özellikleri: 4. sınıf Sosyal Bilgiler dersi öğretim programı incelendiğinde ‘‘Bilim, Teknoloji ve Toplum’’ teması altında yer alan ‘*Teknolojinin hayatımızda ve çevremizde meydana getirdiği olumlu ve olumsuz etkilerine dikkat çekilir.*’ kazanımı içerisinde, teknolojinin olumlu ve olumsuz yönlerine değinildiği, ancak internet bağımlılığının önlenmesi yönünde aşırı internet kullanımı ile ilgili doğrudan kazanımların yer almadığı görülmektedir.

4.4.2.1.2. İnternetin sağladığı bilgi kaynakları: 4.sınıf Türkçe dersi öğretim programı incelendiğinde ‘‘Okuma’’ öğrenme alanı altında sosyal medya, web sitelerinde yer alan bilgiler, bilgiye ulaşmak için dijital içerikleri nasıl kullanması gerektiği konuları ile alakalı kazanımların yer aldığı, ancak internetin doğru kullanımı, güvenli web sitelerine erişim gibi konularda doğrudan bilgi veren kazanımların yer almadığı görülmüştür. Bu kazanımlar şu şekildedir:

- Kısa ve basit dijital metinlerdeki mesajı kavrar.
Elektronik posta ve sosyal medya içeriklerine(davet, teşekkür mesajları vb.) yer verilir.
- Medya metinlerini değerlendirir.
Farklı türdeki medya metinlerinin (reklam amaçlı el ilanları, web siteleri, seyahat broşürleri, el kitapları, bloglar vb.) amacı ve hedef kitlesi hakkında görüş bildirilmesi sağlanır.

Yine 3.sınıf Türkçe dersi öğretim programı içerisinde “Okuma” öğrenme alanı altında bilgisayar, tablet gibi teknolojik aletlerde yer alan içerikler ve anlamları, sosyal medya içerikleri gibi konularda verilen kazanımların şu şekilde olduğu görülmüştür:

- Kısa ve basit dijital metinlerdeki mesajı kavrar.
Elektronik posta ve sosyal medya içeriklerine(davet, teşekkür mesajları vb.) yer verilir.

BEŞİNCİ BÖLÜM

5.Sonuç

İlkokul öğrencilerinde görülen internet bağımlılığı üzerine yapılan bu çalışmanın beşinci bölümünde, tezin problem cümleleri kapsamında sonucu yer almaktadır.

5.1. İlkokul Öğrencilerinde İnternet Kullanımı Ve İnternet Bağımlılığı Nasıldır, Araştırma Sorusu Altında Yer Alan Sonuçlar

Bu bölümde öğrenci, öğretmen ve veli görüşmelerinden elde edilen bulgulara göre, İlkokul öğrencilerinde internet kullanımı ve internet bağımlılığı nasıldır, araştırma sorusu altında yer alan sonuçlar sunulacaktır.

Öğrencilerin internete girmek için en çok cep telefonu, tablet, bilgisayar, lap topu kullandıkları görülmüş, az da olsa öğrencilerin televizyonu da kullandıkları görülmüştür. Çocukların internetin olmadığı durumlarda da, internete ihtiyaç duyulmayan oyunları teknolojik aletlerinde bulduklarını ve bu oyunlarla zaman geçirdikleri görülmüştür.

Öğrencilerin internet kullanım süresinin günlük ortalama 3 ile 5 saat arası değiştiği, bu sürenin hafta sonu daha da artış gösterdiği görülmüştür. Öğrencilerin herhangi bir kontrol mekanizması olmadığı takdirde ise, tüm vakitlerini internetin başında geçirebildikleri, yine uzun saatler internette, teknolojik aletlerle zaman geçirmeleri sonucunda sabah okula girmekte zorlanma gibi problemler yaşadığı görülmüştür. Elde edilen diğer bir sonuca göre ise, öğrenciler ailelerinin onların internete girme sürelerini fazla bulduğunu düşünmektedir.

Çocukların 5-6 yaş civarında teknoloji ile tanıştıkları, ailelerin çocuklarının oyalanmaları ya da ağladıklarında susmaları, kendilerini rahatsız etmemeleri için teknolojik aletleri, çocuklara verdikleri görülmüştür. Yine günümüz şartlarında aile içerisinde bulunan teknolojik aletlerin sayısının fazla olduğu, çocukların erken yaşlarda teknoloji ile tanışarak onu iyi seviyede kullanabiliyor duruma geldikleri görülmüştür. Çocukların internet ve teknoloji kullanımını bebeklikten itibaren aile üyelerinden model alarak öğrendikleri ve internetteki uygulamaları ebeveynleri ile birlikte kullandıkları görülmüştür.

Öğrencilerin internet ya da teknoloji dışında vakit geçirebilecekleri sosyal aktivitelerinin olmadığı, internetin olmadığı durumlarda sosyal ilişki kurabilecekleri arkadaş-

larının sınırlı sayıda olduğu görülmüştür. Öğrencilerin internetin olmadığı durumlarda, internetsiz oynanan bilgisayar oyunları ile vakitlerini geçirdikleri görülmüştür. Velilerin çocuklarının teknoloji ve internet ile vakit geçirmelerinin önüne geçmek için kitap okumak, oyun oynamak gibi alternatif etkinlik arayışına girdikleri görülmüştür. Çocukların dışarıda oyun oynayabilecekleri güvenli oyun alanlarının oldukça sınırlı sayıda olduğu elde edilen sonuçlar arasında görülmüştür.

Korkular, fobiler, çocukların tek başına tuvalete gitmekten ya da gece geç yatmaktan korkmaya başlaması, internette yaygın hale gelen ve çocukları korkutan hayali oyun kahramanlarının çocuklar tarafından sürekli gerçekmiş gibi bahsediliyor olması, öğrencilerin içekapanık tutum sergileyerek, sosyal etkinliklere katılmaktan çekinmesi, öfkeli ve agresif davranışlar sergilemesi, gün içinde bir an önce teknoloji ile zaman geçirmek için fırsat kollaması, çocukların teknolojik aletlerle ya da internetle geçirdikleri sürenin boyutu, ebeveynleri ile internet kullanımı konusunda yaşadıkları çatışmalar, anne-babaların çocuklarının teknoloji ile geçirdikleri zamanı kısıtlamakta, denetlemekte zorlanmaları durumlarının internet bağımlılığının belirtileri arasında yer aldığı görülmüştür.

Bilgi sahibi olmak, eğlenmek, farklı insanlar tanımak amacıyla kullanılan internetin, bireylerin hayatlarının vazgeçilmez bir parçası haline geldiği, insanları sosyal yaşamdan giderek uzaklaştırdığı, kişilerin gereğinden fazla internette zaman geçirmesi ve bu konuda denetimini sağlayamaması ve bırakmakta zorlanması nedeniyle, bireylerin internetin olmadığı hayatı boş, anlamsız ve eksik olarak görmeye başlamaları, interneti kullanamadıkları durumlarda bu kişilerin sinirli, gergin, saldırgan olmaları ve bunalıma girmeleri, günlük yaşantılarında bozulmalar meydana gelmesi durumu internet bağımlılığı tanımı olarak açıklanmıştır.

5.2. İlkokul Öğrencilerinde İnternet Bağımlılığının Sonuçları Nasıldır, Araştırma Sorusu Altında Yer Alan Sonuçlar

Bu bölümde öğrenci, öğretmen ve veli görüşmelerinden elde edilen bulgulara göre, İlkokul öğrencilerinde internet bağımlılığının sonuçları nasıldır, araştırma sorusu altında yer alan sonuçlar sunulacaktır.

İnternet kullanımının öğrencilerin akademik başarılarında çok büyük olumsuzluklara neden olmadığı, ancak çocukların internet yüzünden derslerini yapmakta zorlandıkları, ödevler konusunda ebeveynleri ile sıkça tartışma yaşadıkları, internette zaman geçirdikleri ve arkadaşları ile oynanan online oyunlar yüzünden ödevlerini yapmayı

unuttukları ya da internette çok yoruldukları için derse enerjilerinin kalmadığı sonucu görülmüştür. Öğrencilerin kendilerini başarılı ve akıllı bir öğrenci olarak algıladıkları, velilerin de çocuklarını esasen zeki olarak gördükleri sonucu görülmüştür.

Öğrencilerin internete ya da teknolojik aletlere erişiminin kısıtlı olduğu durumlarda en çok yaşadıkları duygunun can sıkıntısı olduğu, daha sonra kendilerini kötü, sinirli hissettikleri, ağlamaya başladıkları, kendilerine ya da çevresine fiziksel zarar vermeye başladığı, ebeveynlerin ise bu durum karşısında çoğunlukla ses çıkarmadıkları, tepkisiz kaldıkları, teknolojik aletlerin şarjının bitmesini bekledikleri ya da çocuklarının öfkesinin geçmesini bekledikleri sonucu görülmüştür.

5.3. İlkokul Öğrencilerinde İnternet Bağımlılığının Sosyal Çevre Üzerinde Nasıl Bir Etkisi Vardır, Araştırma Sorusu Altında Yer Alan Sonuçlar

Bu bölümde öğrenci, öğretmen ve veli görüşmelerinden elde edilen bulgulara göre, İlkokul öğrencilerinde internet bağımlılığının sosyal çevre üzerinde nasıl bir etkisi vardır, araştırma sorusu altında yer alan sonuçlar sunulacaktır.

Öğrencilerin internette harcadıkları zamanlarının genel olarak aileleri ya da arkadaşları ile olan sosyal ilişkilerini etkilemediği sonucu görülmüştür. Aileleri ile internet kullanımı nedeniyle sorun yaşayan öğrencilerin ise genel olarak sosyal medya kullanımı ve ailenin interneti kaldırması gibi etkenler nedeniyle ebeveynleri ile tartışma yaşadıkları sonucu görülmüştür.

Öğrencilerin internete aşırı girmesi sonucu ailelerin onlara uyarıda buldukları, sağlıklı internet kullanımı hakkında bilgilendirme yaptıkları, teknolojik aletlerin çocukların elinden alındığı, çocuklara ceza verildiği sonucu görülmüştür. Bazı velilerin çocuklarına aşırı internet kullanımları nedeniyle kızdıkları ancak sonrasında tutarlı ve kararlı tutum sergilemedikleri için, çocuğunun internet kullanımının önüne geçemediği sonucu görülmüştür.

Öğrencilerin arkadaş çevresinin, internet bağımlılığı üzerinden etkili olduğu, zamanının çoğunu sosyal medyada, online oyunlarda geçiren arkadaş grubuna sahip olan öğrencilerin, internete daha kolay bağımlı olabildikleri çünkü öğrencilerin arkadaşları arasında bir gruba dahil olmak, grup içerisinde var olmak adına online oyunları çok sık oynadıkları bunu yapmadıkları takdirde akran baskısına maruz kaldıkları sonucu görülmüştür.

Ebeveynlerin sağlıklı internet ve teknoloji kullanımı konusunda bilgi sahibi olması, çocuklarına bu konuda olumlu rol model olmaları, teknolojik aletlerle olan eylem-

lerini çocuklarının göremeyeceği zamanlarda hallederek, onlara teknoloji ile daha az zaman geçirdikleri alt mesajını vermelerinin ilkökul öğrencilerinde internet bağımlılığının küçük yaşlarda önüne geçilmesi konusunda önemli olduğu sonucu görülmüştür.

Velilerin çocuklarının internet kullanımları konusunda bilinçli olması, çocuklarının internet kullanımlarını denetlemesi ve bu konuda süre sınırlaması getirmeleri, çocuklarına kararlı bir tutum sergilemeleri öğrencilerde oluşabilecek internet bağımlılığının önüne geçilmesi konusunda önemli olduğu sonucu görülmüştür.

5.4. İlkokul Öğrencilerinde İnternet Bağımlılığının Sebepleri Nelerdir, Araştırma Sorusu Altında Yer Alan Sonuçlar

Bu bölümde öğrenci, öğretmen ve veli görüşmelerinden elde edilen bulgulara göre, İlkokul öğrencilerinde internet bağımlılığının sebepleri nelerdir, araştırma sorusu altında yer alan sonuçlar sunulacaktır.

Öğrencilerin olarak oyun oynamak(araba oyunu, pubg), merak ettikleri konularda araştırma yapmak, film izlemek, eğlenmek ya da ders amaçlı video izlemek, çizgi film ya da dizi izlemek, sosyal medya kullanmak(facebook, tik tok),youtube'a video yüklemek, internet fenomenlerini takip etmek için interneti kullandıkları sonucu görülmüştür. Yine sosyal ortamların kısıtlı olmasından dolayı, sosyal ortamlarda yüz yüze iletişim kurmaktan utanan, çekinen ve internet ortamında konuşurken kendini daha rahat ifade eden öğrencilerin de bu amaçla interneti kullandığı görülmüştür. Özellikle çalışan anne-babaların çocuklarının evde yalnız kaldıkları ve bu nedenle can sıkıntılarını gidermek için internette zaman geçirmeyi tercih ettikleri, ayrıca dışarıda oyun oynayabilecekleri ortam olmadığı için boş zamanlarını değerlendirecek etkinlik bulamadıkları için interneti kullandığı görülmüştür.

Öğrencilerin ailelerinin bilinçli internet kullanımı konusunda yeterli bilgiye sahip olmaması, çocuklara internette vakit geçirmek yerine hangi etkinliklere yönelebilecekleri hakkında bilgi verilmemesi, ailelerin çocuklarına alternatif etkinlikler sunma konusunda başarısız olması, aile içi iletişimin eksik olması, çocukların merak duygularının geliştirilmesi konusunda ailenin temelde yönlendirici olamaması, aile içi şiddetin yaşanması, bilgisayar oyunlarını oynayan çocukların, bu süre zarfında sınır koyamaması gibi durumların internet bağımlılığının nedenleri arasında olduğu sonucu görülmüştür.

Anne-babaların çocuklarının internet kullanımlarını kontrol etmedikleri, nasıl ya da ne şekilde internete girdiğini umursamadıkları, ailelerin aslında çocuklarının interneti aşırı kullanmalarından rahatsız olmalarına rağmen, bu durumun onların da hayatlarını

kolaylaştırdığı ve bu nedenle de çocuklarının teknolojiyle, internetle meşgul olmalarına ses çıkarmadıkları sonucu görülmüştür.

Sosyo-ekonomik durumun öğrencilerde internet bağımlılığının oluşmasında etkili olduğu, düşük ekonomik seviyede veli, öğrenci profilinin bulunduğu okullarda internet bağımlılığının daha az görüldüğü, ancak sosyo-ekonomik seviyede olan okul profillerinde de internet bağımlılığı yaşayan öğrencilerin bulunduğu görülmüştür.

Anne-babası ayrı olan ve haftanın belirli günleri babasında kalan öğrencilerin babaları ile geçirdikleri süre zarfında internette geçirdikleri sürenin daha da fazla olduğu çünkü çocuğun babada iken denetiminin daha az olduğu sonucu görülmüştür.

5.5. İlkokul Öğrencilerinde İnternet Bağımlılığını Önlemeye Yönelik Yapılan Çalışmalar Nelerdir, Araştırma Sorusu Altında Yer Alan Sonuçlar

Bu bölümde öğrenci, öğretmen ve veli görüşmelerinden elde edilen bulgulara göre, İlkokul öğrencilerinde internet bağımlılığını önlemeye yönelik yapılan çalışmalar nelerdir, araştırma sorusu altında yer alan sonuçlar sunulacaktır.

Ailelerin çocuklarının internet ortamında hangi sitelere girdiklerini takip ettikleri, internet kullarımlarına saat sınırlaması getirdikleri, teknolojik aletleri çocuklarından saklamaya çalıştıkları, teknolojik aletlere şifre koydukları, çalışan anne baba çocukları ile babaanne ya da ananelerin ilgilendiği, onların da çocukların internet kullarımlarını denetlemekte zorlandıkları noktada, anne-babaya bildirmekle tehdit ettiği, bazı ailelerin de çocuğuyla sakince konuşarak aşırı internet kullanımının olumsuz sonuçları hakkında bilgi vermeye çalıştığı sonucu görülmüştür.

Bilinçli internet kullanımı konusunda sınırlı da olsa bilgi alan öğrenciler olduğu, bilgi aldıkları kişilerin ise öğretmenleri ve aile üyeleri olduğu görülmüştür. Öğrencilerin bilgi aldıkları konuların, internette geçirilen süre, güvenli internet kullanımı alanında olduğu görülmüştür. Velilerin bilinçli internet kullanımı konusunda okul içerisinde verilen seminerde bilgi aldıkları ancak yine de kendilerini bu konuda bilgi sahibi olarak görmedikleri görülmüştür.

Okulda öğretmenlerin çocuklara internet kullanımı konusunda söylediklerinin anne-baba tarafından desteklenmesi, okulda öğretmen ve evde ebeveynlerin çocukların internet kullarımları konusunda ortak tutum sergilemeleri, internet bağımlılığı konusunda okul rehber öğretmeni ile yapılan işbirliğine önem verilmesi, çocuklara internet ve teknoloji kullanımı konusunda sınır koyulması, anne babaların çocuklarının internet kullanımı konusunda tutarlı ve kararlı davranmaları, çocukların evde teknoloji ile vakit

geçirmeleri yerine, kitap okuma saati gibi aile içinde birlikte zaman geçirecekleri zaman dilimlerinin oluşturulması, çocukların farklı sosyal aktivitelere, sportif faaliyetlere yöneltilmeleri, çocuklara internete girmemeleri dışında başka seçenekler sunulması, çocuklara sağlıklı internet kullanımı hakkında detaylı bilgi verilmesi, aşırı internet kullanımının zararları hakkında bilinçlendirilme yapılması etkenlerinin çocuklarda görülen internet bağımlılığının önlenmesinde etkili olduğu görülmüştür.

Öğretmenlerin sağlıklı internet kullanımı konusunda velilerine bilinçlendirmeye çalıştığı, çocuklarına gelişimlerine uygun olmayan oyunları oynatmamaları ya da oynadıkları oyunlara sınırlama getirmelerini söyledikleri, çocuklarına yasak koymamaları çünkü yasakların çocuklarda daha fazla merak duygusuna neden olduğunun altını çizdikleri, bu konuda istikrarlı ve tutarlı olmaları gerektiği konusunda uyarılarda bulundukları sonucu görülmüştür.

a. Okul rehberlik çerçeve programı içerisinde internet bağımlılığı konusunda yapılan çalışmalar nasıldır, araştırma sorusu altında yer alan sonuçlar

Bu bölümde öğretmen görüşmeleri ve okul rehberlik çerçeve programının incelenmesi ile elde edilen bulgulara göre, okul rehberlik çerçeve programı içerisinde internet bağımlılığı konusunda yapılan çalışmalar nasıldır, araştırma sorusu altında yer alan sonuçlar sunulacaktır.

Okul rehberlik çerçeve planı kapsamında veli ve öğrencilerle okul psikolojik danışmanı tarafından görüşmeler yapıldığı, Türkiye Bağımlılıkla Mücadele (TBM) derneğinin Yeşilay ile hazırlamış olduğu proje kapsamında, teknoloji bağımlılığını önlemeye yönelik hazırlanan materyallerin kullanıldığı sonucu görülmüştür.

Okul psikolojik danışmanı tarafından anaokulu ve ilkököl seviyesinde her kademede öğrencilere, seviyelerine uygun bir şekilde sağlıklı internet kullanımı, sosyal ağların kullanılması konusunda dikkat edilmesi gerekenler konusunda özellikle 3. ve 4.sınıf düzeyinde bilgilendirici çalışmaların yapıldığı sonucu görülmüştür. Öğrencilere bağımlılık nedir, teknoloji bağımlılığı nedir, nasıl bağımlı olunur, teknolojiden yararlanmak ama bağımlı olmamak için neler yapılması gerekir gibi konular temel alınarak bilgilendirici sunum ve broşürlerle, internet bağımlılığını önleme çalışmalarının yapıldığı görülmüştür.

b. Öğretim programları içerisinde internet bağımlılığı konusunda yapılan çalışmalar nasıldır, araştırma sorusu altında yer alan sonuçlar

Bu bölümde öğretmen görüşmeleri ve 4. sınıf Sosyal Bilgiler ile 3. ve 4. sınıf Türkçe öğretim programının incelenmesi ile elde edilen bulgulara göre, öğretim programları içerisinde internet bağımlılığı konusunda yapılan çalışmalar nasıldır, araştırma sorusu altında yer alan sonuçlar sunulacaktır.

Öğretim programı içerisinde internet bağımlılığı konusunda ayrı bir başlık olmadığı, sınıf öğretmenleri tarafından güncel olayların içerisinde internet bağımlılığı konusuna yer verildiği, yeri ve zamanı geldiğinde sürekli olarak, internetin olumlu ve olumsuz özellikleri, kişisel verilerin nasıl korunması gerektiği, bağımlılık yapan zarar veren oyunlar konusunda bilgilendirme yapıldığı sonucu görülmüştür. 4. Sosyal Bilgiler dersi öğretim programı içerisinde Bilim, Teknoloji ve Toplum öğrenme alanı içerisinde yer alan kazanımlar yardımıyla teknolojinin olumlu ve olumsuz sonuçları, teknolojik ürünlerin başkalarına ve kendisine zarar vermeden kullanımı konusunda öğrencilere bilgi verildiği görülmüştür. Yine 3. ve 4. Sınıf Türkçe öğretim programı içerisinde yer alan kazanımlar yardımıyla sosyal medya, web sitelerinde yer alan bilgiler, bilgiye ulaşmak için dijital içerikleri nasıl kullanması gerektiği, bilgisayar, tablet gibi teknolojik aletlerde yer alan içerikler ve anlamları konusunda bilgilendirme yapıldığı sonucu görülmüştür.

Öğretim programlarında yer alan kazanımlar incelendiğinde, internet bağımlılığının belirtileri, aşırı internet kullanımının olumsuz yönleri, internet bağımlılığının önüne geçilmesi için öneriler gibi içeriklerin yer almadığı görülmektedir. İnternetin sağladığı bilgi kaynakları hakkında bilgi veren kazanımların da yeterli olmadığı, güvenli web siteleri, internetten doğru bilgi kaynaklarına erişimin nasıl olması gerektiği, bilinçli internet ve teknoloji kullanımı konularında yer alan kazanımların öğretim programları içerisinde sınırlı sayıda yer aldığı görülmüştür.

ALTINCI BÖLÜM

6.Tartışma

Araştırmadan elde edilen sonuçlara göre, öğrencilerin internete girmek için en çok kullandıkları teknolojik aletin cep telefonu olduğu, bunu sırasıyla tablet, bilgisayar ve diz üstü bilgisayarların izlediği görülmüştür. Günlü ve Ceyhan'da (2017, s. 108) yaptıkları çalışmada gençlerin internete girmek için en çok cep telefonu, masaüstü bilgisayar ve diz üstü bilgisayarı kullandıklarını belirtmişlerdir ve araştırma bulguları ile tutarlılık gösterdiği görülmektedir. Bu noktada günümüzde cep telefonlarının kullanımının 15 sene öncesine kadar daha yaygın olması ve küçük yaş çocukların bile kişisel cep telefonlarına sahip olması ek olarak ebeveynlerinin cep telefonlarını rahatlıkla kullanabiliyor olmasının etkili olduğu söylenebilir.

Öğrencilerin internet kullanım süresinin günlük ortalama 3 ile 5 saat arası değiştiği görülmüştür. Bayram ve Gündoğmuş'un (2016, s. 314) ilköğretim öğrencileri ile yaptıkları çalışmada, internet ortamında günlük ortalama 3-4 saat geçiren öğrencilerin, günlük 1-2 saatini internete ayıran öğrencilere göre ve Gökçearsan ve Günbatır'ın (2012, s. 19) çalışmasında günlük internette 3 saat ve üzeri zaman harcayan öğrencilerin internet bağımlılık düzeyleri daha yüksek çıkmış ve bu öğrencilerin risk grubuna girdikleri görülmüştür. Mohammed (2016, s. 21) ile Yılmazsoy ve Kahraman'nın (2017, s. 21) çalışmalarında günlük internette harcanan zamanın artmasına paralel olarak, internet bağımlılığının da arttığı sonucu görülmüştür. Ancak bu çalışmaların aksini iddia eden araştırmalar da bulunmaktadır. Sally'nin (2006, s. 22-23) üniversite öğrencileri üzerinde yaptığı çalışmada kişilerin haftalık internete ayırdıkları zaman ile internet bağımlılığı arasında anlamlı bir ilişki bulunmamıştır. Yapılan bu çalışmalar göz önüne alındığında, çocukların günlük ya da haftalık interneti kullanım sürelerini yetişkin bireyler kadar kontrol edemediği, bu nedenle de internette geçirdikleri sürenin artışına bağlı olarak yetişkinlere nazaran, çocukların internet bağımlısı risk grubuna girme ihtimallerinin daha yüksek olduğu söylenebilir.

Araştırmaya katılan öğrencilerin internette harcadıkları sürelerinin, hafta içine kıyasla hafta sonu daha da artış gösterdiği görülmüştür. Benzer şekilde Arnas'ın (2005, s. 61) çalışmasında öğrencilerin bilgisayar ve internete ayırdıkları zamanın, hafta içine oranla hafta sonu daha fazla olduğu görülmüştür. Horzum ve Ayas (2013, s. 53) ebeveynleri tarafından internette geçirdikleri süreleri denetlenmeyen çocukların internette

harcadıkları zamanın aşırı derecede artmasıyla birlikte, internete bağımlı olma risklerinin artabileceğini ifade etmişlerdir. Bu doğrultuda öğrencilerin günlük internete girme süreleri aileleri tarafından denetleniyor olsa bile, hafta sonu okul olmayışı ve tatil olması nedeniyle bu denetimin azaldığı ve öğrencilerin de bu dönemde daha yoğun interneti kullandığı söylenebilir.

Araştırma sonucunda çocukların 5-6 yaş civarında teknoloji ile tanışarak onu iyi seviyede kullanabiliyor duruma geldikleri görülmüştür. 2010 yılı EU Kids Online (Avrupa Çevrimiçi Çocuklar) çalışma grubunun araştırma sonuçlarına göre, Türkiye’de 9-16 yaş aralığındaki çocukların %45’i, Avrupa’da ise %59’u interneti kullanmaya 7-10 yaş aralığında başlamaktadır. Holloway, Green ve Livingstone (2013, s.25) tarafından 0-8 yaş arası çocukların internet kullanımları üzerine yapılan çalışmada, 9 yaşının altındaki çocukların interneti kullanım oranlarında ciddi bir artış olduğu sonucu görülmüştür. Yapılan bu araştırmalar ile çalışma kapsamında elde edilen bulgular karşılaştırıldığında, çocukların interneti kullanım yaşının giderek düştüğü, ilkokula başlayan çocukların zaten öncesinde internet ile fazla içli dışlı oldukları, okuma yazma öğrenme dönemlerinde daha, internet ve teknoloji ile çok erken yaşta tanıştıkları bu durumun da öğrencilerin internet bağımlısı risk grubuna girmelerine neden olduğu söylenebilir.

Araştırma sonucunda öğrencilerin internet ya da teknoloji dışında vakit geçirebilecekleri sosyal aktivitelerinin olmadığı, internetin olmadığı durumlarda sosyal ilişki kurabilecekleri arkadaşlarının az olduğu, dışarıda oyun oynayabilecekleri güvenli oyun alanlarının oldukça sınırlı sayıda olduğu görülmüştür. Grohol(1999) sosyalleşme ihtiyacının, bireyleri internet kullanımına iten büyük bir etken olduğunu söylemiştir. Çalışkan ve Özbay (2015, s. 442) bundan 10-15 yıl öncesine kıyasla, çocukların bahçelerde, oyun oynamak yerine zamanlarının çoğunu teknolojik aletlerle geçirdiklerini, ailelerin dışarıdaki ortamın güvensiz olmasından dolayı çocuklarının ev içinde bilgisayar oyunu oynamasını daha güvenli bulduklarını söylemiştir. Griffiths ve Kuss (2015, s. 22) çocukların yetişkin bireylere göre sosyal ilişki kurmak ve sürdürmek konusunda çok yetkin olmadıklarını bu nedenle internete daha fazla yöneldiklerini; ayrıca akranları ile iletişim kurmak sosyalleşmek istediklerini ancak bu iletişimin bir zamanlar dışarıda bisiklete binmek, parkta oyun oynamak gibi aktiviteleri içerirken, günümüzde ise bunların yerini sosyal medya ve sanal dünyanın aldığı söylemiştir. Araştırma sonuçlarından elde edilen bulgular, alan yazında yer alan çalışmalarla karşılaştırıldığında tutarlılık gösterdiği görülmüştür. Günümüzde çocukların sosyal hayatlarının büyük bölümünü 15 yıl öncesine nazaran oyun parkları, sokaklar, bahçeler yerine internet ortamı ve sanal

dünyanın oluşturduğu anlaşılmaktadır. Çocukların da yetişkinler gibi sosyalleşme, akran gruplarıyla bir araya gelme ihtiyacı bulunmaktadır. Ancak bu ihtiyaçlarını ailelerin de artık dışarıdaki ortama güvenlerinin azalması, çocuklarını ev içinde teknoloji ile daha fazla baş başa bırakması gibi etkenler nedeniyle, çocukların internete daha fazla yönelim sağladığı, dolayısıyla bu durumun da çocuklarda internet bağımlılığı riskini artırdığı söylenebilir.

Araştırmaya katılan öğrencilerin sergiledikleri içekapanık tutum, sosyal etkinliklere katılmaktan çekinme, öfkeli ve agresif davranışlar sergileme, gün içinde bir an önce teknoloji ile zaman geçirmek için fırsat kollama gibi durumlarının internet bağımlılığının belirtileri arasında yer aldığı görülmüştür. Young (2007, s. 4) internet bağımlılığının kişilerin kendilerini kontrol etmekte zorlanmalarına, psikolojik olarak internet olmadığında yoğun yoksunluk belirtileri göstermelerine neden olduğunu söylemiştir. Cömert ve Ögel'in (2009, s.12) çalışmasında internet bağımlılığı yaşayan öğrencilerin sosyal çevresi ile tartışmalar yaşadığı, Dalbudak, vd. 'ın (2013, s. 4) araştırmasında internet bağımlısı bireylerin dürtülerine hakim olmakta zorlandığı, davranış bozukluğu yaşadığı ve uyumsuz davranışlar sergiledikleri, Singh ve Nagar'ın (2019, s. 29) çalışmasında internet bağımlılığının öğrenciler üzerinde sosyal beceri eksikliğine neden olduğu, Özbay ve Çalışkan'ın (2015, s. 453) çalışmasında interneti ve teknolojik araçları kullanma düzeyindeki artışın, öğrencilerin sosyal yaşamdan daha da izole olmasına neden olduğu sonucu görülmüştür. Alan yazında yer alan çalışmalar ile araştırma sonuçları karşılaştırıldığında çocukların aşırı internet kullanımına bağlı olarak içekapanık tutum sergilemesi, sosyal alandan kendisini çekmesi ve bir an önce internete girmek istemesi, çocukların hem yalnızlaşarak sosyal kaygı yaşamalarına neden olduğu hem de zaten var olan sosyal kaygılarını ortaya çıkartarak daha da arttırdığı söylenebilir. Alan yazına bakıldığında Eroğlu ve Bayraktar (2017, s. 186) bireylerin özsayıgılarının yeterli olmaması, yoğun yalnızlık, depresyon, sosyal kaygı yaşaması gibi durumların internet bağımlılığı ile birlikte daha çok ortaya çıkması, bu göstergelerin internet bağımlılığını tetikleyen unsurlar olarak da görüldüğünü söylemiştir. Esen (2010, s. 81) bireylerin internette geçirdikleri zamanlarının planlanandan fazla sürmesi sonucu, sosyal hayatlarında yaptıkları eylemlerin ikinci plana düştüğünü, internete karşı yoğun yoksunluk belirtileri göstermeye başladıklarını, yoksunluğun gelişmesi sonucu, bireylerin internet kullanım sürelerinin arttığını, internete erişimin sınırlı ya da engellendiği durumlarda ise kişilerde öfke, sinir, gerginlik gibi durumların ortaya çıktığını söylemiştir. Araştırmaya katılan

öğrencilerin de, internet yoksunluğunda gösterdiği öfkeli ve agresif davranışların alan yazın ile tutarlılık gösterdiği görülmektedir.

Araştırma sonucunda öğrencilerin internetle geçirdikleri sürenin giderek artması, ailenin bu sürenin denetiminde zorlanması ve internete kısıtlama getirmesi nedeniyle ebeveynleri ile tartışma yaşadıkları sonucu görülmüştür. Davis (2001, s. 189) kişilerin internet üzerinde harcadığı zamanın fazla olması ve sanal dünyada karşılaştığı olumsuz olgulardan dolayı, günlük hayatlarını etkileyen hoş olmayan durumların oluşabileceğini ifade etmiştir. Binali (2015) aşırı internet kullanımı sonucu, çocukların günlük yaşamlarında olumsuz durumlar meydana gelebileceğini, aile içinde ebeveynleri ile internet kullanımı konusunda tartışmalar yaşanabileceğini söylemiştir (Akt., Medikoğlu, 2018 ,s. 2). Günücü (2009, s. 25) internetin sağlıksız kullanımına doğru giden adımın, kişinin internette harcadığı zamanın ailesi, arkadaşları, iş ortamı yani sosyal çevresiyle ilişkilerinde probleme yol açması ile başladığını belirtmiştir. Gangwar ve Suvidha'nın (2016, s. 172) araştırmasında internet bağımlılığının bireylerin kişilerarası ilişkilerini ve iletişim becerilerini olumsuz yönde etkilediği, çocukların internet ve teknolojiyi kullanma sürelerinde giderek meydana gelen artışın ve ailenin bu konuda kontrolü sağlayamaması durumunun çocukla bu konuda sık yaşanan tartışmalara neden sonucu görülmüştür. Araştırma sonuçları ile alan yazında yer alan çalışmalar göz önüne alındığında internette harcanan aşırı zamanın, aile içinde çocuk ve ebeveyn arasında tartışmalara neden olabileceği, bu nedenle ebeveynlerin çocukların internet kullanım sürelerini denetlemeleri, çocukların internet kullanımından zarar görmelerini engellemek etkili olacağı söylenebilir. Bu konuda Bölükbaşı (2003, s. 110) ebeveynlerin, gençlerin internet kullandıklarını takibe almaları gerektiğini ve belirli çerçevelerde denetlemeleri gerektiğini; bunun yapılmaması durumunda, gençlerin farkında olmadan internetten olumsuz etkileneceklerini belirtmiştir.

Araştırma sonucunda öğrencilerin arkadaş çevresinin, internet bağımlılığı üzerinden etkili olduğu, zamanının çoğunu sosyal medyada, çevrimiçi oyunlarda geçiren arkadaş grubuna sahip olan öğrencilerin, internete daha kolay bağımlı olabildikleri çünkü öğrencilerin arkadaşları arasında bir gruba dahil olmak, grup içerisinde var olmak adına çevrimiçi oyunları çok sık oynadıkları bunu yapmadıkları takdirde akran baskısına maruz kaldıkları sonucu görülmüştür. Karahisar (2015, s. 93) internet ortamında oynanan çevrimiçi oyunların, çocuk ve gençlerin bir gruba girerek sosyalleşmelerine olanak sağladıklarını söylemiştir. Ayhan ve Köselioğlu (2019, s. 5) sanal ortamda oynanan online oyunların, internet bağımlılığının oluşumunda etkili olduğunu belirtmiş; iletişim

kurma ihtiyacını aynı zamanda online oyun esnasında, internette oyun oynadığı kişilerle karşılamaya çalışan bireylerin bu davranışlarının süreklilik göstermesi ile internete bağımlı hale geldiklerini belirtmişlerdir. Günüç'e (2009, s. 38) göre bireyler sağlıklı internet kullanımı konusunda bilgi sahibi olsa da, sosyal çevresi tarafından dışlanma ve yalnız kalma korkusu ile internet kullanımını düzenleme ve denetlemede zorluk çekmektedir. Ögel 'e (2012, s. 106) göre bireylerin internet ortamında oynadıkları çevrimiçi oyunlar, internet bağımlılığına neden olmakta, çoğu zaman karşılıklı da oynanan online oyunların devamlılık göstermesi, bireyin bu davranışını kontrol etmekte zorlanması ve önüne geçememesi ve patolojik belirtiler göstermeye başlaması sonucunda da internet bağımlılığının oluşmasına neden olmaktadır. Dinç' e (2010, s. 43) göre bireyin doyum sağlayamadığı arkadaş grubunun olmayışı internet bağımlısı olmasının bir sonucu olabilir; yani kendini bir gruba kabul ettirmeye çalışan, grup aidiyeti kazanmak isteyen çocuk internet ortamında oynanan pek çok oyunun sohbet odalarında iletişim kurmaktadır. Alan yazın ile araştırma sonuçları birlikte göz önüne alındığında günümüzde hızla yaygınlaşan teknoloji ve hemen hemen her evde bulunan internet vasıtasıyla yetişkin bireyler kadar çocuklar da internette vakit geçirmekte ve sosyal ilişkilerini internet ortamında gerçekleştirmektedir. Yüz yüze oynanan oyunların yerini online oyunların alması dolayısıyla, çocuklar sokak oyunları yerine sanal oyunlarda arkadaşları ile bir araya gelmekte, bu oyunlara dahil olmadıkları takdirde uğradıkları akran zorbalığı nedeniyle kendilerini sanal oyunlarda yani internette daha fazla bulunmak zorunda hissetmektedirler. Bu durumun da farkında olmadan çocuk ve gençlerin internet bağımlısı olmalarına neden olduğu söylenebilir.

Araştırma sonucu elde edilen bulgular kapsamında internet bağımlılığının tanımı yapılırken bireylerin yaşamlarında vazgeçilmez bir parça haline geldiği, insanları sosyal yaşamdan uzaklaştırdığı, internet kullanımı konusunda kişilerin kontrollerini sağlayamamaları noktalarına değinilmiştir. Young (2004) amacı dışında internette çok fazla zaman geçirilmesini ve bunun sonucu olarak bireylerin günlük yaşamlarında aksama ve ihmal meydana gelmesi durumunu internet bağımlılığı olarak tanımlamaktadır (Akt. Derin ve Bilge, 2016, s. 37). Alan yazında Zorbaz (2013, s. 18) sağlıklı internet kullanımını, kişinin kendini kontrol edemeyecek seviyede interneti aşırı kullanması, bu nedenle de günlük yaşamında yerine getirmesi gereken sorumluluklarını, ihmal etmesi, sosyal çevresiyle sorunlar yaşaması, Gönül (2002, s. 105) ' Patolojik İnternet Kullanımı', Bayraktar (2001, s. 52) ise internetin takıntı derecesinde çok fazla kullanılması ve kullanılmadığı durumlarda ortaya rahatsızlıkların çıkması olarak ifade etmiş ve bu ta-

nımların araştırmadan elde edilen tanımlar çerçevesinde benzerlik gösterdiği görölmektedir. Bu doğrultuda sağlıksız internet kullanımını, kişilerin gereğinden fazla kullandıkları internet nedeniyle sosyal, psikolojik, ruhsal anlamda problemler yaşaması ve bu konuda denetimlerini sağlamakta zorlanmaları sonucu gñnlük yaşamlarında olumsuz durumlar ortaya çıkması olarak da ifade edebiliriz.

Araştırma sonucunda elde edilen bulgulara gñre, internet kullanımının öğrencilerin akademik başarılarında çok bñyñk olumsuzluklara neden olmadığı, ancak öğrencilerin ödevlerini ve derslerini yapmakta zaman zaman zorlandıkları görölmüştür. Biçer (2014, s. 4) bilinçli olmayan sağlıksız internet kullanımının, öğrencilerin okulda derslerini ihmal etmesine, akademik problemler yaşamasına neden olabileceğini söylemiştir. Alan yazına bakıldığında, Sharma ve Sharma' nın (2017, s.21) araştırmasında internet bağımlılık durumu arttıca, akademik performansta dñřme meydana geldiği, Yaman vd. ' nın (2017, s. 420) araştırmasında ilkokul öğrencilerinin evrimii ortamlar yñzünden okulda akademik performanslarının olumsuz etkilendiği, Esen ve Siyez'in (2011, s.130) alışmasında akademik olarak başarılı olmayan öğrencilerin internet bağımlılık düzeylerinin yñksek olduğu sonucu görölmüştür. Cengizhan'ın (2005, s. 93) alışmasında, gençlerin %50'si, internet kullanımları nedeniyle okulda yapması gereken ödev, bilgi araştırma gibi sorumluluk gerektiren görevlerini aksattıklarını, zamanı eskiye oranla daha fazla boşa harcadıklarını söylemişlerdir. Horzum (2011, s. 66) özellikle okul dñnemi çocuklarının, sınırsızca bilgisayar oyunlarında, evrimii oyunlarda zaman geçirmelerinin bu yaş grubu çocuklarının ödevlerini, derslerini ihmal etmesine neden olabileceğini söylemiştir. Literatürde yer alan bu bilgilerin araştırmadan elde edilen sonuçlarla benzerlik gösterdiği, internet kullanımının öğrenciler okulda alışkan öğrenci ko-numunda olsalar bile, ödev yapma, ders çalışma, gibi sorumluluklarını ihmal etmelerine neden olabileceği söylenebilir. Araştırmadan elde edilen diğer bir bulguda, öğrencilerin kendilerini başarılı ve zeki olarak algıladıkları, ailelilerin de genel olarak çocukları ile bu konuda aynı fikirde oldukları görölmüştür. Bu noktada ise okulda başarılı olan öğrencilerin kendilerini de hali hazırda alışkan olarak algılamaları sonucu, derslerini ya da ödevlerini ihmal etseler de bu durumun akademik başarılarını etkilemeyeceği şeklinde bir dñřünce yapısından kaynaklandığı söylenebilir. Aileler de bu noktada çocuklarının zaten zeki ve alışkan olduklarını bildikleri için, internette harcanan sürenin onların ödev yapmalarını aksatmalarına neden olsa bile akademik olarak çok fazla etkilemeyeceği şeklinde dñřünmelerine neden olduğu söylenebilir.

Araştırma sonucunda elde edilen bulgulara göre, öğrencilerin internete ya da teknolojik aletlere erişimleri kısıtlı olduğunda en çok can sıkıntısı yaşadıkları, kendilerini kötü, sinirli hissettikleri, ağlamaya başladıkları, kendilerine ya da çevresine fiziksel zarar vermeye başladıkları görülmüştür. Esen (2010, s. 81) bireylerin internette geçirdikleri zamanının planlanandan fazla sürmesi sonucu internete karşı tolerans geliştirmeye başladıklarını, toleransın gelişmesi sonucu, internet kullanım sürelerinin arttığını, internete erişimlerinin sınırlı ya da engellendiği durumlarda ise ergenlerde, öfke, sinir, gerginlik gibi durumların ortaya çıktığını söylemiştir. Young, Pistner, Mara ve Buchanan'a (2000, s. 475) göre kişilerin internete bağımlı olması durumunda, aşırı endişe, kaygı, gerçek yaşam fonksiyonlarında bozulma, internet kullanımı hakkında yalan söyleme gibi durumları sergilemektedir. Alan yazın ile araştırma sonucunda elde edilen bulgular karşılaştırıldığında internete erişimin engellenmesi durumunda çocukların, var olan konfor alanlarının bozulması nedeniyle huzursuzluk yaratarak öfkelenedikleri söylenebilir. Araştırmaya katılan velilerin ise, çocuklarından aldıkları olumsuz tepki sonrası, onların sakinleşmelerini bekledikleri görülmüştür. Çevikkaleli ve Çevik (2010, s. 236) çalışmalarında, anne baba tutumları ile internet bağımlılığı arasındaki ilişkiye vurgu yapmış; umursamaz ve ilgisiz anne-baba tutumuna sahip ebeveynlerin çocuklarında, demokratik ve kuralları koyan anne-baba tutumuna sahip ebeveynlerin çocuklarına nazaran internet bağımlılığı seviyesi ve riskinin daha yüksek olduğunu söylemiştir. Bu noktada ailelerin çocuklarına karşı kuralları net ortaya koyan anne-baba modeli sergilemedikleri, kararlı ve tutarlı davranmadıkları bu nedenle de çocukların özellikle internet kullanımı konusunda kendi isteklerini bir şekilde ailelerine yaptırdıkları, bu durumun da bu çocuklarda internet bağımlılığı riskini artırdığı söylenebilir.

Araştırma sonucu elde edilen bulgulara göre, öğrencilerin oyun oynamak(araba oyunu, PUBG), merak ettikleri konularda araştırma yapmak, film izlemek, eğlenmek ya da ders amaçlı video izlemek, çizgi film ya da dizi izlemek, sosyal medya kullanmak(Facebook, Tik Tok),Youtube'a video yüklemek, internet fenomenlerini takip etmek için interneti kullandıkları sonucu görülmüştür. Arısoy (2009, s. 66) günümüzde internete okul, ev, kütüphane gibi pek çok mekandan kolaylıkla ulaşılabilir olması, ders ve ödevler için öğrencilere büyük kolaylık sağlaması gibi durumların, internet kullanan öğrenci sayısının her geçen gün artmasına neden olduğunu söylemiştir. Madell ve Munce (2004, s. 247) genç insanların internette geçirdikleri zamanın içeriğinin daha çok oyun oynamak, yeni kişilerle tanışmak amaçlı olduğunu söylemiştir. Mohammad'in (2016, s. 21) çalışmasında interneti yoğun kullanan bireylerin interneti daha çok chat

yapmak, yeni insanlarla tanışmak, güncel bilgi sahibi olmak, Sarı ve Kunt'un (2014, s. 274) araştırmasında ilkökul öğrencilerinin interneti daha çok video izlemek, oyun oynamak, ödevleri için bilgi araştırmak amacıyla kullandıkları sonucu görölmüştür. Alan yazın ile araştırma sonuçlarının benzerlik gösterdiği, öğrencilerin oyun, eğlence, araştırma, ders, ödevler amacıyla interneti yoğun kullandıkları görölmüştür. Araştırma sonucunda yine sosyal ortamların kısıtlı olmasından dolayı, sosyal ortamlarda yüz yüze iletişim kurmaktan utanan, çekinen ve internet ortamında konuşurken kendini daha rahat ifade eden öğrencilerin de bu amaçla interneti kullandığı görölmüştür. Caplan, Williams ve Yee (2009, s. 3) insanların özgüven düşüklüğü, günlük hayatında yaşadığı yüksek kaygı düzeyi, gibi sebeplerden dolayı internette daha fazla geçirmeye yöneldiklerini, sosyal ilişkilerinde kuramadıkları sağlıklı ilişkileri internet üzerinden sanal olarak daha kolay yapabildiklerini, bu durumun da internet bağımlılığının etkenleri arasında yer aldığını belirtmiştir. Leung (2007, s. 211) çalışmasında yüz yüze sağlıklı ilişki kurmakta zorlanan, sosyal çevresi ile zayıf iletişim becerilerine sahip düşük benlik algısına sahip, başkalarıyla fiziksel temas halinde bulunmaktan kaçınan, utangaç olduğunu düşünen kişiler için internetin sağladığı sanal görüşmelerin daha rahat ve kaygı içermediğini söylemiştir. Eroğlu ve Bayraktar'a (2017, s. 195) göre duygu ve düşüncelerini insanlara aktarmakta zorlanan, benlik saygısı yüksek olmayan bireyler internet ortamında, sosyal medyada kendini çok daha rahat ifade etmekte, kendilerini çok farklı ortaya koyabilecekleri bir ortamın imkanını yakalamaktadır. Biçer (2014, s. 4) çevresiyle sosyal ilişki kurmakta zorlanan, yaşadığı gruptan kendini soyutlayan öğrencilerin, kendi varlıklarını sanal dünyada ortaya koymak istediklerini, bu durumun ise patolojik internet kullanımına neden olabileceğini söylemiştir. Alan yazında yer alan çalışmalar ile araştırma sonuçlarının paralellik gösterdiği sosyal kaygı yaşayan, sosyal ortamlarda kendini ifade etmekten, yüz yüze iletişim kurmaktan utanan çocukların, bu ihtiyaçlarını karşılamak için internete daha fazla yöneldikleri söylenebilir. Yaşadıkları sosyal kaygı nedeniyle yoğun internet kullanan öğrencilerin ilerleyen safhada, arkadaşlık ve aile ilişkilerinde sorunların ortaya çıkabileceği söylenebilir. Araştırma sonucunda elde edilen diğer bir bulguda özellikle çalışan anne-babaların çocuklarının evde yalnız kaldıkları ve bu nedenle can sıkıntılarını gidermek için internette zaman geçirmeyi tercih ettikleri, ayrıca dışarıda oyun oynayabilecekleri ortam olmadığı için boş zamanlarını değerlendirecek etkinlik bulamadıkları için interneti kullandığı görölmüştür. Yine araştırmaya katılan öğrencilerin ailelerinin bilinçli internet kullanımı konusunda yeterli bilgiye sahip olmasın, çocuklarına internet kullanımına alternatif etkinlikler sunma konusunda başarısız

olması ve çocukların internet kullanımına bu süre zarfında sınır koyamaması gibi durumların internet bağımlılığının nedenleri arasında olduğu sonucu görülmüştür. Cengizhan (2005, s. 97) günümüzde hızla yaygınlaşan internet kullanımını sonucu çocuk parklarında, sokaklarda oynanan oyunların azalarak sanal oyunların arttığını, çocukların sanal ortamda çevrimiçi oyunlarla iletişim kurmaya çalıştıklarını, gerçek yüz yüze diyalogların giderek zayıfladığını, bu durumun da çocuklarda iletişim becerilerinde zayıflamaya neden olduğunu ifade etmiştir. Bu doğrultuda günümüz şartlarında çalışan anne-baba sayısındaki artışa bağlı olarak çocukların daha fazla yalnız kaldıkları, sokak ve parkların güvensiz olarak algılanması ve ailelerin çocuklarına boş zamanlarını nasıl değerlendirecekleri konusunda yardımcı olmaması gibi etkenlerin çocukların internete bağımlı olma riskini artırdığı söylenebilir.

Araştırma sonucunda elde edilen bulgulara göre, ailelerin çocuklarının internet ortamında hangi sitelere girdiklerini takip ettikleri, internet kullanımlarına saat sınırlaması getirdikleri, teknolojik aletleri çocuklarından saklamaya çalıştıkları, teknolojik aletlere şifre koydukları, çalışan anne baba çocukları ile babaanne ya da ananelerin ilgilediği, onların da çocukların internet kullanımlarını denetlemekte zorlandıkları noktada, anne-babaya bildirmekle tehdit ettiği, bazı ailelerin de çocuğuyla sakince konuşarak aşırı internet kullanımının olumsuz sonuçları hakkında bilgi vermeye çalıştığı sonucu görülmüştür. Horzum ve Ayas (2013, s. 53) ebeveynleri tarafından internette geçirdikleri süreleri denetlenmeyen, kontrol edilmeyen çocukların internette harcadıkları zamanın aşırı derecede artmasıyla birlikte internete bağımlı olma risklerinin arttığını ifade etmiştir. Çevikkaleli ve Çevik (2010, s. 236) çalışmasında, anne-babaların çocuklarının internet kullanımına karşı sergiledikleri tavır ile internet bağımlılığı arasında güçlü bir ilişki olduğunu belirtmiş; umursamaz ve ilgisiz anne-baba tutumuna sahip ebeveynlerin çocuklarında, demokratik ve kuralları koyan anne-baba tutumuna sahip ebeveynlerin çocuklarına nazaran internet bağımlılığı seviyesi ve riski daha yüksektir. Hira ve Özkan(2017, s. 268) ebeveynlerin çocuklarının internet kullanımlarının kontrol ve takibini yapmalarının yanı sıra, onlarla birlikte interneti ve teknolojiyi kullanmaları ve doğru internet kullanımını konusunda onlara bilgilendirme yapmalarının, çocukların sağlıklı internet kullanan bireyler olması yönünde oldukça önemli olduğunu belirtmiştir. Alan yazın ile araştırma kapsamında elde edilen bulguların paralellik gösterdiği, ailelerin çocukları ile ne kadar ilgilenirse, internet kullanımlarını, girilen siteleri denetlerlerse, internet sürelerini kontrol ederlerse, onlara internetin doğru ve bilinçli kullanımı konusunda bilgilendirme yaparlarsa çocuklarının internete bağımlısı olma ihtimallerini o

kadar azaltabileceği söylenebilir. Bu noktada, ebeveynlerin kurallar koyan, denetim sağlayan, demokratik anne baba tutumuna sahip bireyler olması, çocuklarının sağlıklı birer internet kullanıcısı olmasını destekleyebileceği söylenebilir.

Araştırma sonucu elde edilen bulgulara göre, öğrencilerin internete aşırı girmesi sonucu ailelerin onlara uyarıda buldukları, sağlıklı internet kullanımı hakkında bilgilendirme yaptıkları, teknolojik aletlerin çocukların elinden alındığı, çocuklara ceza verildiği sonucu görülmüştür. Bazı velilerin çocuklarına aşırı internet kullanımları nedeniyle kızdıkları ancak sonrasında tutarlı ve kararlı tutum sergilemedikleri için, çocuğunun internet kullanımının önüne geçemediği sonucu görülmüştür. Ek olarak velilerin çocuklarının internet kullanımları konusunda bilinçli olması, çocuklarının internet kullanımlarını denetlemesi ve bu konuda süre sınırlaması getirmeleri, çocuklarına kararlı bir tutum sergilemeleri öğrencilerde oluşabilecek internet bağımlılığının önüne geçilmesi konusunda önemli olduğu sonucu görülmüştür. Alan yazında yapılan çalışmalara bakıldığında Tokel, Başer ve İşler'in (2013, s.233) araştırmasında ebeveynlerin çocuklarının internet kullanımlarını denetlemek için, onların teknoloji ve internet kullanımlarında kısıtlama yaptıkları, bilgisayar ve internetin kullanılması konusunda çocuklara tavsiyelerde buldukları, sosyal paylaşım sitelerinde harcadıkları zamanı azalttıkları sonucu görülmüştür. Ancak alınan bu önlemlere rağmen ailelerin çocuklarının interneti nasıl bilinçli kullanmaları gerektiği konusunda yeterli bilince sahip olmadıkları sonucu görülmüştür. Hira ve Özkan'ın(2017, s. 267) çalışmasında ise ebeveynlerin çocuklarının teknoloji ve internet kullanımı konusunda bazen kesin bir engelleme ve sınırlama getirdikleri, bazen ise kendilerine zaman ayırmak ve dinlenmek için, çocuklarına karşı tutarlı davranamayarak onların internet ile vakit geçirmelerine izin verdikleri, sonucu görülmüştür. Rosen, Cheever ve Carrier (2008) ebeveynlerin çocuklarının internet ve bilgisayar kullanımları konusunda mümkün olduğunca denetimli, kontrollü olmaları ve yüksek ılımlı tutum sergilemelerinin, çocuklarda sağlıklı internet kullanımına katkı sağlayabileceğini belirtmiştir (Akt. Tokel, Başer ve İşler 2013, s.234). Alan yazın ile araştırma sonuçlarının paralellik gösterdiği, velilerin aslında çocuklarının internet kullanımlarını kısıtlama, engelleme, bilgilendirme gibi yöntemlerle kontrol almaya çalıştıkları ancak bu konuda kendi kişisel işlerini de yerine getirmek için, çocuklarına, istikrarlı bir anne baba tutumu sergileyemedikleri söylenebilir.

Araştırma sonucu elde edilen bulgularda, bilinçli internet kullanımı konusunda öğrenci ve ebeveynlerin sınırlı da olsa bilgi aldıkları ancak bu bilgilerin yeterli olmadığı sonucu görülmüştür. Öğrencilerin aileden ve öğretmenlerinden, ebeveynlerin ise okulda

verilen seminerlerde ve çocuklarının öğretmenlerinden konu ile ilgili bilgi aldıkları görülmüştür. Çocukların bilgi aldıkları konular genel olarak sağlıklı internet kullanımı, zararlı içerikli internet siteleri ve aşırı internet kullanımı olurken, velilerin çocukların internet kullanım süresi, çevrimiçi oyunlar ve boş zamanların değerlendirilmesi gibi konularda daha çok bilgi aldığı görülmüştür. Yaman vd. (2017, s. 425) yaptıkları çalışmada internet ortamında karşılaşılan uygunsuz içerik ve durumlardan çocukların zarar görmesini engelleyecek yollar geliştirilmesinin ve çalışmalar yapılmasının faydalı olacağını söylemişlerdir. Hira ve Özkan(2017, s. 268) çocukların internetten sağlıklı bir şekilde faydalanması için, öncelikle ebeveynlerin bilinçli internet kullanımı konusundan bilgi sahibi olması gerektiğini ve bu konuda gerekli yerlerden bilgi almaları gerektiğini söylemiştir. Karahisar'a (2014, s. 82) göre internetin güvenli ve doğru kullanılması konusunda bilgi sahibi olmayan çocukların sanal ortamda taciz, pedofili, şiddet ile karşılaşılma riskleri daha yüksek olmaktadır. Çocuklar sanal ortamda oyun oynarken ya da web sitelerinde gezinirken bir anda cinsellik ya da şiddet içerikli görüntülerle karşılaşabilir, yabancı insanlarla kendisine ve ailesine ait özel bilgileri bilinçsizce paylaşabilir, bu şekilde de zarar görme riskleri artabilmektedir. Arnas (2005, s. 64) çocukların deneimsiz biçimde interneti kullanırken porno, uyuşturucu gibi uygunsuz içerikli sitelerle karşılaşabileceğini, bu sitelerin özellikle küçük yaş grubu çocuklarının sağlıklı gelişimlerini sekteye uğratabileceğini, yine sanal ortamda gerçekleştirilen sohbetlerin küçük yaş grubu çocukları için zararlı olabileceğini söylemiştir. Alan yazında yer alan çalışmalar ile araştırma kapsamında elde edilen bulgular karşılaştırıldığında öğrencilerin ve ebeveynlerinin bilinçli internet kullanımı konusunda bilgi sahibi olmalarının, çocukların internet ortamında yer alan zararlı içeriklerden korunmak, internetten sağlıklı şekilde faydalanmak açısından önemli olduğu söylenebilir. Yine ebeveynler özellikle bu konuda ne kadar sağlıklı bilgiye sahip olurlarsa, çocukların sanal dünyayı güvenli kullanmalarının önünün o kadar çok açılacağı söylenebilir. Bu noktada çocuklar kadar velilerin de bilinçlendirilmesi konusunda okulun da rolünün önemli olduğu söylenebilir.

Araştırma sonucu elde edilen bulgulara göre okul psikolojik danışmanı tarafından, rehberlik çerçeve planı kapsamında veli ve öğretmenlerle görüşmeler yapıldığı, Türkiye Bağımlılıkla Mücadele (TBM) derneğinin Yeşilay ile hazırlamış olduğu proje kapsamında, teknoloji bağımlılığını önlemeye yönelik hazırlanan materyallerin, broşürlerin, sunumların bu çalışmalarda kullanıldığı görülmüştür. Yaman vd.'in (2017, s. 425) okul psikolojik danışmanların perspektifinden ilkökul öğrencilerinin internet ortamında karşılaştıkları sanal risk gruplarının belirlenmesi konulu çalışmada, ilkökul öğrencileri-

nin, fotoğraf çalma, gerçek olmayan sahte hesaplar tarafından taciz edilme, kişisel bilgilerinin alınmaya çalışılması, çevrimiçi ve çevrimdışı uygunsuz iletişimlere maruz kalma, siber zorbalık, aşağılama, tehdit edici mesajlar alma gibi problemlerle okul psikolojik danışmanlarına başvurdukları görülmüştür. Alan yazında yer alan bu çalışmaya göre, okul psikolojik danışmanları internet bağımlılığının hem önlenmesi hem de yaygınlaşmasının önüne geçilmesi için çalışmalar yapmaktadır, çünkü sağlıklı internet kullanımını sonucu zarar gören öğrencilerin okul içinde destek alacağı yer okul rehberlik servisleri olmaktadır. Bu konuda Öğrt.4 'ün internet bağımlılığı konusunda sıkıntı yaşayan öğrencileri konusunda okul rehberlik servisinden aldığı destek sonucu olumlu geri dönüşler aldığını belirtmiştir. Bu noktada özellikle ilkokul öğrenci grubu ile çalışan okul psikolojik danışmanlarının, internet bağımlılığının önüne geçilmesi sürecinde büyük rol oynadıkları, öğretmen, öğrenci ve veli ayağında yaptıkları çalışmaların uzun vadede teknoloji ve internete bağımlılığının yaygınlaşmasının engellenmesi açısından önemli olduğu söylenebilir.

Araştırma sonucuna göre, ilkokul 3. ve 4. sınıf öğretim programlarında internet ve teknoloji bağımlılığı konusuna Türkçe ve Sosyal Bilgiler dersi öğretim programlarında yer verildiği görülmüştür. 4. sınıf Sosyal Bilgiler dersi öğretim programında yer alan Bilim, Teknoloji ve Toplum teması altında teknolojik ürünlerin çevreye ve kendine zarar vermeden nasıl kullanılması gerektiği, olumlu ve olumsuz etkileri kazanımlar içerisinde öğrencilere aktarılmaktadır. 3. ve 4. Sınıf Türkçe dersi öğretim programları içerisinde bilgisayar, tablet gibi teknolojik aletlerde yer alan içerikler ve anlamları, sosyal medya içerikleri, bilgiye ulaşmak için dijital içerikleri nasıl kullanılması gerektiği konularında, kazanımların olduğu görülmüştür. Bu kazanımlarda internet bağımlılığı başlığı yerine teknoloji başlığı olmasına rağmen, sınıf öğretmenlerinin doğru internet kullanımı konusuna da değindikleri sonucu görülmüştür. Shek, Ma ve Sun'nin (2011, s. 2215) araştırmasında Hong Kong 'da olumlu bir gençlik geliştirme programı kapsamında, sosyal hizmet, psikoloji ve eğitim gibi farklı disiplinlerdeki akademisyenlerden oluşan bir araştırma ekibi tarafından 60 öğretim ünitesinden oluşan yeni bir müfredat geliştirilmiştir. Bu müfredat ergenlerin psikososyal yeterliklerini güçlendirmek ve bütünsel gelişimlerini desteklemek için madde bağımlılığı, cinsellik sorunları, internet bağımlılığı, zorbalık, para ve başarı sorunları gibi ergenler için temel 5 konu çerçevesinde geliştirilmiştir. Liu, Ho ve Song'un (2011, s.90) ilkokul öğrencileri arasındaki çevrimiçi ve gerçek dünyadaki saldırgan davranışlar arasındaki ilişkinin araştırıldığı çalışmasında, bilgi okuryazarlığı dersi kapsamında öğrencilere verilen çevrimiçi rasyonel duygusal müfre-

datın, günlük yaşamlarında ve sanal dünyada düşmanca davranış eğilimi olan öğrencilerin bu saldırgan davranışlarının, azaltılmasına ve bu sorunun hafifletilmesine yardımcı olduğu görülmüştür. Teicher'a (1999) göre müfredat reformu kapsamında internet kullanan öğrencilerin karşılaşabilecekleri sosyal riskler ve tehlikeler önlenebilir ve internet güvenliği bilinci oluşturulabilir. Bu yeni müfredatla öğrenciler teknoloji kullanımında sosyal sorumluluklar hakkında eğitilmeli, zorlayıcı çevrimiçi deneyimlerle başa çıkma, devam eden tartışmalar konusunda cesaretlendirilmelidir (Akt. Ramli, 2011, s.647). Alan yazına bakıldığında çocuk ve gençlerin gelişimlerini desteklemek için internet bağımlılığı konusunda öğretim programı içinde geliştirme çalışmalarının yapıldığı, bu çalışmaların öğrencilerin sanal dünyada karşılaşabilecekleri tehlikelere ve risklere karşı koruma konusunda faydalı olabileceği, öğrencileri güvenli internet kullanımı konusunda bilinçlendirebileceği, yine müfredat kapsamında verilen çalışmaların öğrencilerin çevrimiçi ortamlarda sergiledikleri olumsuz tutumlarını olumlu yönde geliştirmelerine katkıda bulunabileceği söylenebilir. Bu kapsamda özellikle ilkokul öğrencilerinin güvenli, bilinçli internet ve teknoloji kullanımlarını geliştirmek, çevrimiçi ortamlarda karşılaşabilecekleri risklere karşı bilgilendirmek için öğretim program içerisinde yer alan kazanımların artırılması internet bağımlılığının özellikle küçük yaş grubundan itibaren, önüne geçilmesinde etkili olabileceği söylenebilir.

YEDİNCİ BÖLÜM

7.Öneriler

Bu bölümde çalışma kapsamında elde edilen bulgular doğrultusunda araştırmacılara, velilere, sınıf öğretmenlerine, psikolojik danışmanlara ve öğretim programı uzmanlarına yönelik öneriler sunulmuştur.

7.1. Araştırmacılara yönelik öneriler

1. Yapılan bu çalışma, Eskişehir ilinde yer alan ilkokul kademesinde eğitimine devam eden öğrencileri içine almaktadır. İnternet bağımlılığının farklı eğitim kademesindeki öğrencilerde de yaygın olarak görüldüğü göz önüne alındığında, benzer bir çalışmanın ortaokul, lise ve üniversite kademesinde eğitimine devam eden öğrenciler için de yapılabileceği önerilebilir.
2. Bu çalışmada nitel araştırma yöntemlerinden iç içe geçmiş tek durum deseni modeli kullanılmıştır. İnternet bağımlılığı konusunda yapılacak diğer çalışmalarda nicel araştırma yöntemlerini içeren modellerin kullanılması, bu konuya farklı bakış açılarından bakılmasına yardımcı olacağı için önerilmektedir.
3. Bu çalışmada internete bağımlılığının nedenleri öğretmen, öğrenci, veli ve öğretim programı alt birimleri kapsamında ele alınmaya çalışılmıştır. Öğretim programları içinde internet bağımlılığı konusunda alan yazında çalışmaların bulunmadığı görülmektedir ve internet bağımlılığı konusunda yapılacak gelecek çalışmalar da öğretim programlarının da etkililiği üzerine araştırma yapılmasının faydalı olacağı önerilmektedir.
4. Araştırma sonucu okul rehberlik ve psikolojik danışma çerçeve programı kapsamında okul psikolojik danışmanının yaptığı çalışmaların, ilkokul öğrencilerinde görülen internet bağımlılığı üzerinde olumlu etkisi olduğu bulgusuna ulaşılmıştır. Bu doğrultuda gelecek çalışmalarda internet bağımlılığı üzerinde okul psikolojik danışma ve rehberlik çerçeve programının etkisi ya da okul psikolojik danışmanlarının gözünden internet bağımlılığı konularında çalışmaların yapılması önerilmektedir.
5. Araştırma sonucu elde edilen bilgisayar ve online oyunların internet bağımlılığı üzerinde etkili olduğu bulgusuna ilişkin, ilişkisel araştırma modellerinin kullanılacağı çalışmalar yapılabilir.

7.2. Velilere yönelik öneriler

1. Velilere internetin bilinçli ve doğru kullanılması konusunda kendilerini geliştirmeleri ve eğitmeleri önerilebilir.
2. Aile içinde ebeveynlerin, kendi internet kullanımlarına dikkat etmeleri gerektiği ve çocuklarına bu konuda olumlu birer örnek olmaya çalışmaları gerektiği önerilebilir.
3. Ebeveynlerin çocuklarına karşı kararlı, tutarlı ve net bir duruş sergileyerek, internet kullanımı konusunda denetimli ve kontrollü olmaları gerektiği ve gerekli noktalarda çocuklarına internet kullanımı konusunda sınır koymaları önerilebilir.
4. Ebeveynlerin çocuklarının internet kullanımı konusunda, sınıf öğretmeni ve okul psikolojik danışmanı ile işbirliği halinde olmaları ve okul ile paralel tutum sergilemeleri gerektiği önerilebilir.
5. Ebeveynlere, çocuklarını boş zamanlarını değerlendirecek aktivitelere yönlendirmeleri, internet kullanımından ziyade sportif, sanatsal etkinliklerde çocukların daha fazla zaman geçirmelerinin sağlanması gerektiği önerilebilir.
6. Ebeveynlere, kitap okuma, etkinlik yapma, film izleme gibi aile saatlerinin düzenlenerek çocukları ile internet ortamından ziyade daha kaliteli, yüz yüze sağlıklı iletişim sağlayabildikleri aile içi etkinlikleri ön plana çıkarmaları gerektiği önerilebilir.

7.3. Sınıf öğretmenlerine yönelik öneriler

1. İnternet bağımlılığı konusunda okul psikolojik danışmanı ile işbirliği halinde çalışmalarının önemli olduğu önerilebilir.
2. Öğretim programları içerisinde internet ve teknoloji bağımlılığı konusunun gelmesi beklenmeden de, derslerde sağlıklı ve bilinçli internet kullanımının önemini daha sık vurgulamaları gerektiği önerilebilir.
3. Velilere çocuklardaki internet bağımlılığının önlenmesi için bilgilendirme yapılması ve bu konuda farkındalık oluşturmalarına yardımcı olmaları gerektiği önerilebilir.
4. Sağlıklı ve bilinçli internet kullanımının faydaları kadar, problemlerli internet kullanımını konusunda oluşabilecek zararlar konusunda da öğrencilere bilgilendirme yapmaları gerektiği önerilebilir.

7.4. Psikolojik danışmanlara yönelik öneriler

1. İnternet bağımlılığı konusunda sınıf öğretmenleri ile işbirliği halinde çalışmalarının önemli olduğu önerilebilir.
2. Bilinçli ve sağlıklı internet kullanımı konusunda yalnız 3. Ve 4. Sınıf öğrencileri ile değil, 1. Ve 2. Sınıf ile anasınıfı seviyesinde de oyun eşliğinde çocukların seviyesine uygun şekilde bilinçlendirme çalışmaları yapılabileceği önerilebilir
3. Okul rehberlik çerçeve programı kapsamında veli ve öğrencilere yönelik yaptıkları çalışmalarda sadece TBM platformunun kaynaklarını değil, farklı kaynaklardan da araştırmalar yapılarak çalışmalar yapılması gerektiği önerilebilir.
4. Sınıf öğretmenlerine de internet bağımlılığı konusunda belirli aralıklarla bilinçlendirme çalışmalarının yapılması gerektiği önerilebilir.
5. İnternet bağımlılığının önlenmesi konusunda psikolojik danışmanlara bir araya gelerek konsültasyon çalışmaları yapmaları gerektiği önerilebilir.

7.5. Öğretim programı uzmanlarına yönelik öneriler

1. İnternet ve teknoloji bağımlılığı konusuna, öğretim programları içerisinde yer alan ünite ve kazanımlarda daha fazla yer verilmesi gerektiği önerilebilir.
2. İnternet ve teknoloji kullanımının ilkökul seviyesinde ayrı bir ders başlığı altında çocuklara kazandırılması gerektiği önerilebilir.
3. Güvenli ve bilinçli internet kullanımı konusunda yurt dışında öğretim programlarında yapılan çalışmalar incelenip, ülkemizdeki öğretim programlarına uyarlaması yapılabilir.

KAYNAKÇA

- Altunbaş, H., Ayhan, B., Aktaş, H. (2013). Internet and the youth: Internet addiction among university students in Kırgızistan. *11th International Symposium Communication in the Millennium (CIM)*, 244-250.
- Arısoy, Ö. (2009). İnternet bağımlılığı ve tedavisi. *Psikiyatride Güncel Yaklaşımlar*, 1(1), 55-67
- Arnas, Y.A. (2005). 3-18 yaş grubu çocuk ve gençlerin interaktif iletişim araçlarını kullanma alışkanlıklarının değerlendirilmesi. *TOJET: The Turkish Online Journal of Educational Technology*, 4(4), 59-66.
- Aslan, S. (2011). *Akademisyenlerde internet bağımlılık düzeyleri ve buna bağlı oluşabilecek sağlık sorunları arasındaki ilişkinin değerlendirilmesi* (Yüksek Lisans Tezi) Yükseköğretim Kurulu Tez Merkezi'nden alınmıştır. (Tez No: 282094)
- Ayhan, B., Köseliören, M. (2019). İnternet, online oyun ve bağımlılık. *Online Journal of Technology Addiction and Cyberbullying*, 6(1), 1-30.
- Aytaçlı, B. (2012). Durum çalışmasına ayrıntılı bir bakış. *Adnan Menderes Üniversitesi Eğitim Fakültesi Eğitim Bilimleri Dergisi*, 3(1), 1-9.
- Batıgün, A. D., Hasta, D. (2010). İnternet bağımlılığı: Yalnızlık ve kişilerarası ilişki tarzları açısından bir değerlendirme. *Anadolu Psikiyatri Dergisi*, 11(3), 213-219.
- Bayraktar, F. (2001). *İnternet kullanımının ergen gelişimindeki rolü* (Yüksek Lisans Tezi) Yükseköğretim Kurulu Tez Merkezi'nden alınmıştır. (Tez No: 107467)
- Bayram, S. B. ve Gündoğmuş, G. (2016). İlköğretim öğrencilerinin internet bağımlılığı eğilimlerinin ve yalnızlık düzeylerinin çeşitli değişkenlere göre incelenmesi. *Akademik Bakış Uluslararası Hakemli Sosyal Bilimler Dergisi*, (54), 307-318.
- Berger, A.A. (1995). *Essential of mass communication theory*. London: Sage Publication.
- Bıçer, U. (2014). *Sosyal beceri eğitiminin ortaokul öğrencilerindeki internet bağımlılığı düzeylerine etkisi* (Yüksek Lisans Tezi). Yüksek Öğretim Kurulu Tez Merkezi'nden alınmıştır. (Tez No: 370863)
- Bölükbaş, K. (2003). *İnternet kafeler ve internet bağımlılığı üzerine sosyolojik bir Diyarbakır örneği*. (Yayınlanmamış Yüksek Lisans Tezi). Dicle Üniversitesi, Diyarbakır.

- Brand, M., Young, K. S., & Laier, C. (2014). Prefrontal control and Internet addiction: a theoretical model and review of neuropsychological and neuroimaging findings. *Frontiers In Human Neuroscience*, 8, 375.
- Bruno, A., Scimeca, G., Cava, L., Pandolfo, G., Zoccali, R. A., & Muscatello, M. R. (2014). Prevalence of internet addiction in a sample of southern Italian high school students. *International Journal of Mental Health and Addiction*, 12(6), 708-715.
- Canbek, G., Sağıroğlu, Ő. (2007). Çocukların ve gençlerin bilgisayar ve internet güvenliği. *Politeknik Dergisi*, 10(1), 33-39.
- Canan, F., Yildirim, O., Sinani, G., Ozturk, O., Ustunel, T. Y., Ataoglu, A. (2013). Internet addiction and sleep disturbance symptoms among Turkish high school students. *Sleep and Biological Rhythms*, 11(3), 210-213.
- Caplan, S., Williams, D., Yee, N. (2009). Problematic Internet use and psychosocial well-being among MMO players. *Computers in Human Behaviour*, 1-8.
- Carmody, C. L. (2012). Internet addiction: Just Facebook me! The role of social networking sites in internet addiction. *Computer Technology and Application*, 3(3), 262-267.
- Cengizhan, C.(2005). Öğrencilerin bilgisayar ve internet kullanımında yeni bir boyut: İnternet bağımlılığı. *Atatürk Eğitim Fakültesi Eğitim Bilimleri Dergisi*, 22,83-98.
- Chang, S. H. & Lin, K. H. (2013).A study on the internet addiction of the junior high school students. In *The International Conference on E-Technologies and Business on the Web (EBW2013)*, 6-10.
- Cömert,İ.T., Ögel, K. (2009). İstanbul örnekleminde internet ve bilgisayar bağımlılığının yaygınlığı ve farklı etkenlerle ilişkisi. *Türkiye Klinikleri Journal of Forensic Medicine and Forensic Sciences*, 6(1), 9-16.
- Craparo, G. (2011). Internet addiction, dissociation, and alexithymia. *Procedia-Social and Behavioral Sciences*, 30, 1051-1056.
- Çalışkan, Ö.,Özbay, F. (2015). 12-14 yaş aralığındaki ilköğretim öğrencilerinde teknoloji kullanımı eksenli yabancılaşma ve anne baba tutumları: Düzce ili örneği. *Uluslararası Sosyal Araştırmalar Dergisi*, 8(39), 441-458.
- Çetinkaya, M. (2013). *İlköğretim öğrencilerinde internet bağımlılığının incelenmesi* (Yüksek Lisans Tezi). Yükseköğretim Kurulu Tez Merkezi'nden alınmıştır. (Tez No: 342353)

- Çevik, U. P. D. G. B. ve Çelikkaleli, Ö. (2010). Ergenlerin arkadaş bağlılığı ve internet bağımlılığının cinsiyet ebeveyn tutumu ve anne baba eğitim düzeylerine göre incelenmesi. *Çukurova Üniversitesi Sosyal Bilimler Enstitüsü Dergisi*, 19(3), 225-240.
- Dalbudak, E., Evren, C., Topcu, M., Aldemir, S., Coskun, K. S., Bozkurt, M., Bilge, E. ve Canbal, M. (2013). Relationship of internet addiction with impulsivity and severity of psychopathology among Turkish university students. *Psychiatry Research*, 210(3), 1086-1091.
- Daria, J.K. & Griffiths, M.K. (2015). *Internet addiction in psychotherapy*. <https://www.palgrave.com/gp/book/9781137465061> adresinden erişilmiştir.
- Davis, R. A. (2001). A cognitive-behavioral model of pathological Internet use. *Computers in human behavior*, 17(2), 187-195.
- Derin, S. (2013). *Lise öğrencilerinde internet bağımlılığı ve öznel iyi oluş* (Yüksek Lisans Tezi). Yükseköğretim Kurulu Tez Merkezi'nden alınmıştır. (Tez No: 339093)
- Derin, S. ve Bilge, F.(2016). Ergenlerde internet bağımlılığı ve öznel iyi oluş düzeyi. *Türk Psikolojik Danışma ve Rehberlik Dergisi*, 6(46), 35-51.
- Dikmen, M., Tuncer, M. (2018). İnternet bağımlılığının aile ilişkilerine etkisi. *Online Journal of Technology Addiction and Cyberbullying*, 5(1), 34-52.
- Dinç, M. (2010). *İnternet Bağımlılığı*. İstanbul: Ferfir Yayınları
- Doğan, H., Işıklar, A, ve Eroğlu, S. E. (2008). Ergenlerin problemleri internet kullanımının bazı değişkenler açısından incelenmesi. *Atatürk Üniversitesi Kazım Karabekir Eğitim Fakültesi Dergisi*, (18), 106-124.
- Doğan, A. (2013). *İnternet bağımlılığı yaygınlığı* (Yüksek Lisans Tezi). Yükseköğretim Kurulu Tez Merkezi'nden alınmıştır. (Tez No: 342301)
- Doğan, S. (2016). Okul rehberliği ve danışmanlığı alanında çağdaş bir yaklaşım: Kapsamlı rehberlik program modeli. *Türk Psikolojik Danışma ve Rehberlik Dergisi*, 2(13), 56-64.
- Doruk, D. (2007). *Öğrenme isteksizliğinin internet kullanımıyla ilişkilendirilmesi* (Yüksek Lisans Tezi). Yükseköğretim Kurulu Tez Merkezi'nden alınmıştır. (Tez No: 211736)
- Erden, M. (1993). *Eğitimde program geliştirme*. Ankara: Personel Eğitim Merkezi Yayınları.

- Eroğlu, A., Bayraktar, S. (2017). Investigation of variables associated with internet addiction. *International Journal of Social Sciences and Education Research*, 3(1), 184-199.
- Esen, E.(2010). *Ergenlerde internet bağımlılığını yordayan psiko-sosyal değişkenlerin incelenmesi* (Yüksek Lisans Tezi). Yükseköğretim Kurulu Tez Merkezi'nden alınmıştır. (Tez No: 265503)
- Esen, E.,Siyez, D. M. (2011). An investigation of psycho-social variables in predicting internet addiction among adolescents. *Türk Psikolojik Danışma ve Rehberlik Dergisi*, 4(36), 127-136.
- Gander, M. J., Gardiner, H. W. (2004). *Cocuk ve ergen gelisimi*, (Onur,B., Dönmez, A. Çev.). İmge kitabevi.
- Gangwar,G.,Suwidha,D.(2016). A systematic review of literature on effect of internet addiction in adolescents. *IJSRST*, 2(5), 172-179.
- Gökçearslan, ř.,Günbatar, M. S. (2012). Ortaöğrenim öğrencilerinde internet bağımlılığı. *Eğitim Teknolojisi Kuram Ve Uygulama*, 2(2), 10-24.
- Gönül, A.S. (2002). Patolojik internet kullanımı (internet bağımlılığı/kötüye kullanımı), *Yeni Symposium*, 40(3), 105-110.
- Grohol, J. M. (1999). What is internet addiction disorder (iad) internet addiction guide, <http://psychcentral.com/netaddiction/> adresinden 3.12.2016 tarihinde alınmıştır.
- Günlü, A.,Ceyhan, A. A. (2017). Ergenlerde internet ve problemlı internet kullanım davranışının incelenmesi. *Addicta: The Turkish Journal On Addictions*,4(1), 75-117.
- Günüç, S. (2009). *İnternet bağımlılık ölçeğinin geliştirilmesi bazı demografik değişkenler ile internet bağımlılığı arasındaki ilişkinin incelenmesi* (Yüksek Lisans Tezi).Yükseköğretim Kurulu Tez Merkezi'nden alınmıştır. (Tez No: 234300)
- Gür, K., Yurt, S., Bulduk, S.,Atagöz, S. (2015). Internet addiction and physical and psychosocial behavior problems among rural secondary school students. *Nursing & health sciences*, 17(3), 331-338.
- EU Kids (1992,Ağustos) *Zero to eight*. Young children and their internet use.London, DC: Holloway, D., Green, L., & Livingstone, S.
- Horzum, M. ve Ayas, T. (2013). İlköğretim öğrencilerinin internet bağımlılığı ve aile internet tutumu. *Türk Psikolojik Danışma ve Rehberlik Dergisi*, 4(39), 46-57.

- Horzum, M., B. (2011). İlköğretim öğrencilerinin bilgisayar oyunu bağımlılık düzeylerinin eşitli değişkenlere göre incelenmesi, *Eğitim ve Bilim*, 159 (36), 59-65.
- Horzum, M. B., Duman, İ. ve Uysal, M.(2019). Children's age and gender differences in internet parenting styles. *Pamukkale Üniversitesi Eğitim Fakültesi Dergisi*, 47, 145-166.
- Hossain, A., Afrin, D., Islam, M. U., & Rabbi, F. (2017). The school-level factors associated with internet addiction among adolescents: a cross-sectional study in Bangladesh. *Journal of Addiction and Dependence*, 3(2), 170-174.
- İçel, K. (1998). *Kitle haberleşme hukuku*. İstanbul : Beta Yayınları.
- İnandı, T. ve Akyol, İ. (2001). Bilgisayar kullanımı ile ilgili sağlık sorunları, *Sürekli Tıp Eğitimi Dergisi*, 10(3), <http://www.ttb.org.tr/STED/sted0301/3.html>. adresinden erişilmiştir.
- Karahisar,T.(2014) İnternette çocukları bekleyen riskler ve medya okuryazarlığı .*The Turkish Online Journal of Design, Art and Communication – TOJDAC*, 4(4), 82-96.
- Katz,E.,Haas,H. & Gurevitch, M. (1973). On the use of the mass media for important things. *American Sociological Review*, 164-181.
- Kılıç, N., Batıgün,A.(2011). İnternet bağımlılığı ile kişilik özellikleri, sosyal destek, psikolojik belirtiler ve bazı sosyo-demografik değişkenler arasındaki ilişkiler. *Türk Psikoloji Dergisi*, 26(67), 1-10.
- Kim, S. & Kim, R. (2002). A study of internet addiction: Status, causes, and remedies. *Journal of Korean Home Economics Association English Edition*, 3(1). 1-19.
- Korkmaz, M., Kiran-Esen, B. (2012). The effects of peer-training about secure internet use on adolescents. *Turkish Psychological Counseling & Guidance Journal*, 4(38). 180-187.
- Kuss, D. & Griffiths, M. (2014). *Internet addiction in psychotherapy*. <https://link.springer.com/book/10.1057/9781137465078> adresinden erişilmiştir.
- Kuss, D. J., Griffiths, M. D. & Binder, J. F. (2013). Internet addiction in students: Prevalence and risk factors. *Computers in Human Behavior*, 29(3), 959-966.
- Leiner, B. M., Cerf, V. G., Clark, D. D., Kahn, R. E., Kleinrock, L., Lynch, D. C., ... & Wolff, S. (2009). A brief history of the internet. *ACM SIGCOMM Computer Communication Review*, 39(5), 22-31.

- Leung, L. (2007). Stressful life events, motives for Internet use, and social support among digital kids. *CyberPsychology & Behavior*, 10(2), 204–214.
- Liu, E. Z. F., Ho, H. C., & Song, Y. J. (2011). Effects of an online rational emotive curriculum on primary school students' tendencies for online and real-world aggression. *Turkish Online Journal of Educational Technology-TOJET*, 10(3), 83-93.
- Madell, D. & Muncer, S. (2004). Gender differences in the use of the internet by english secondary school children. *Social Psychology of Education*, 7, 229-251.
- Medikoğlu, O.(2018). *İlkokul 4. sınıf öğrencilerinin internet bağımlılığı düzeylerinin belirlenmesi ve akademik başarıları arasındaki ilişkinin incelenmesi* (Yüksek Lisans tezi). Yükseköğretim Kurulu Tez Merkezi'nden alınmıştır. (Tez No: 505961)
- Millî Eğitim Bakanlığı, Ortaöğretim Genel Müdürlüğü Talim Terbiye Kurulu. (2019). *İlköğretim Sosyal Bilgiler dersi (4. Sınıflar) öğretim programı*
<http://mufredat.meb.gov.tr/ProgramDetay.aspx?PID=354> adresinden erişilmiştir.
- Millî Eğitim Bakanlığı, Ortaöğretim Genel Müdürlüğü Talim Terbiye Kurulu. (2019). *İlköğretim Hayat Bilgiler dersi (3. Sınıflar) öğretim programı*
<http://mufredat.meb.gov.tr/ProgramDetay.aspx?PID=326> adresinden erişilmiştir.
- Mohammed, M. B.(2016). Internet addiction among secondary school students in Sudan. *IOSR Journal of Computer Engineering (IOSR-JCE)*. 20(1). 16-22.
- Neuman, W. L.(2016). *Toplumsal araştırma yöntemleri: nitel ve nicel Yaklaşımlar* (Ö.Sedef, Çev.). İstanbul: Yayın odası.
- Oral, A. H., Arabacıoğlu, T. İlkokul 4. sınıf öğrencilerinin dijital oyun bağımlılıklarının çeşitli değişkenler açısından incelenmesi. *Trakya Eğitim Dergisi*, 9(1), 44-60.
- Othman, Z. ve Lee, C. W. (2017). Internet addiction and depression among college students in Malaysia. *International Medical Journal*, 24(6), 447-450.
- Ögel, K. (2012). *İnternet bağımlılığı: internetin psikolojisini anlamak ve bağımlılıkla başa çıkmak*. İstanbul: Türkiye İş Bankası Kültür Yayınları.
- Özkan, A. ve İsmail, H. İ. R. A.(2017). Dijital medya ve sosyalleşme: 6-12 yaş çocukların sosyalleşmesine dair ebeveyn görüşleri (İstanbul Örneği). *Kesit Akademi Dergisi*, 3(9), 245-270.
- Perdew, L. (2014). *Internet addiction*. Abdo.

- Ramli, R. (2011). The internet, its social and ethical problem to the young and how curriculum can address the issue. *World Academy of Science, Engineering and Technology*, 59, 645-648.
- Sally, L.P.M. (2006). *Prediction of internet addiction for undergraduates in hong kong, Baptist University*(Lisans Tezi, Hong Kong Baptist University). Retrieved from <http://libproject.hkbu.edu.hk/trsimage/hp/03007154.pdf>
- Sarı, C., Karadeniz,H. (2019). İnternet bağımlılığının aile içi ilişkilere etkisi. *STED/Sürekli Tıp Eğitimi Dergisi*, 28(4), 293-291.
- Sarı, S., Kunt, H. (2014). İlkokul ve ortaokul öğrencilerinin sınıf düzeylerine göre internet kullanım durumlarının belirlenmesi. *Dumlupınar Üniversitesi Sosyal Bilimler Dergisi*, (40). 263-280.
- Sezen, M. F. ve Murat, M. (2018). Ergenlerde akran zorbalığı, internet bağımlılığı ve duygusal zekâ düzeyleri arasındaki ilişkinin incelenmesi. *OPUS Uluslararası Toplum Araştırmaları Dergisi*, 9(16), 160-182.
- Sharma, P. ve Sharma, S. K. (2017). Internet addiction, loneliness and academic performance among the secondary school students. *International Journal of Humanities and Social Sciences (IJHSS)*, 6(5), 19-24.
- Shek, D. T., Ma, H. K., Sun, R. C. (2011). Development of a new curriculum in a positive youth development program: the Project PATHS in Hong Kong. *The Scientific World Journal*, 11, 2207-2218.
- Shields, M.K. ve Behrman,R.E.(2000). Children and computer technology: analysis and recommendations. *Future of Children*, 4-30.
- Singh, N. ve Barmola, K. C. (2015). Internet addiction, mental health and academic performance of school students/adolescent. *Int J Indian Psychol*, 2, 98-108.
- Singh, N., & Nagar, D. (2019). Relationship between internet addiction with emotional maturity: a study on high school students. *The International Journal of Indian Psychology*, 7(1), 21.
- Şahin, C. (2016). Rehberlik ve psikolojik danışmanlık öğrencilerinin internet bağımlılığı ile yaşam doyumu düzeyleri arasındaki ilişkinin incelenmesi. *Uluslararası Güncel Eğitim Araştırmaları Dergisi*, 2(1), 1-13.
- Şenormancı,Ö.,Konkan, R. ve Sungur, Z. (2010). İnternet bağımlılığı ve bilişsel davranışçı terapisi. *Anadolu Psikiyatı Dergisi*, 11, 261-268.

- Tokel,S., Başer, D. ve İşler, V. (2013). Türkiye’deki ebeveynlerin çocuklarının internet ve sosyal paylaşım siteleri kullanımına yönelik bilgi seviyeleri ve algıları. *Mersin Üniversitesi Eğitim Fakültesi Dergisi*, 9(1), 225-236.
- Usta, S. (2017). *Üniversite öğrencilerinde internet bağımlılığı ve duygusal zeka arasındaki ilişkinin incelenmesi* (Yüksek Lisans Tezi). Yükseköğretim Kurulu Tez Merkezi’nden alınmıştır. (Tez No: 468409)
- Üçkardeş, E.A.(2010). *Mersin üniversitesi öğrencileri arasında internet bağımlılığının değerlendirilmesi* (Uzmanlık Tezi, Mersin Üniversitesi Tıp Fakültesi, Mersin. Yükseköğretim Kurulu Tez Merkezi’nden alınmıştır. (Tez No: 281140)
- Vural, R. ve Cenkseven, F. (2005). Eğitim araştırmalarında örnek olay (vaka) çalışmaları: tanımı, türleri, aşamaları ve raporlaştırılması. *Burdur Eğitim Fakültesi Dergisi*, 6 (10), 25-38.
- Yaman, F., Dönmez, O., Yurdakul, I. K. ve Odabaşı, H. F. (2017). Primary school students encounters against online risks from the perspectives of schools counselor teachers. *Turkish Online Journal of Qualitative Inquiry*, 8(4), 415-427.
- Yıldırım, A., Şimşek, H. (2013). *Sosyal bilimlerde nitel araştırma yöntemleri*. Seçkin yayıncılık.76-87.
- Yıldırım, N. (2011). Okul müdürlerinin motivasyonları üzerine nitel bir inceleme. *Aİ-BÜ, Eğitim Fakültesi Dergisi*, 11(1), 71-85.
- Yılmaz, A. (2009). 1998 ve 2004 Sosyal Bilgiler programına göre hazırlanan ders kitaplarındaki bazı kavramların veriliş biçimlerinin karşılaştırılması. *Marmara Coğrafya Dergisi*, 19(1), 130-152.
- Yılmazsoy, B., Kahraman,M. (2017). Uzaktan eğitim öğrencilerinin internet bağımlılık düzeylerinin incelenmesi. *Açıköğretim Uygulamaları ve Araştırmaları Dergisi*, 3(4), 9-29.
- Yılmaz, K. ve Altinkurt, Y. (2011). Göreve yeni başlayan özel dershane öğretmenlerinin kurumlarındaki çalışma koşullarına ilişkin görüşleri. *Kuram ve Uygulamada Eğitim Bilimleri*, 11 (2), 635-650.
- Yin, K.R.(2003).Case study research design and method. *Applied Social Research Methods Series* , 5(1), 19-53.
- Young, K. S. (1998). Internet addiction: The emergence of a new clinical disorder. *Cyberpsychology & Behavior*, 1(3), 237-244.

- Young, K.S. (2007). Treatment outcomes with internet addicts. *Clinical Director Center for Internet Addiction Recovery Published in CyberPsychology & Behavior*, 10(5), 671-679.
- Young, K. (2017). The evolution of internet addiction disorder. *In Internet addiction*, https://link.springer.com/chapter/10.1007/978-3-319-07242-5_1 adresinden erişilmiştir.
- Young, K.S. (1996). Internet Addiction: The emergence of a new clinical disorder. *Published In Cyberpsychology And Behavior*, 1(3), 237-244.
- Young, K.S., Pistner M., Mara,J., Buchanan, J., Buchanan,J.(2000). Cyber-Disorders: The mental health concern for the new millennium. *Paper Published In Cyber Psychology & Behavior*, 3(5), 475-479.
- Yükselen, C. (2007). *Pazarlama ilkeler-yönetim örnek olaylar*, Ankara: Detay Yayıncılık.
- Zorbaz, O. (2013). *Lise öğrencilerinin problemleri internet kullanımının sosyal kaygı ve akran ilişkileri açısından incelenmesi* (Yüksek Lisans Tezi). Yükseköğretim Kurulu Tez Merkezi'nden alınmıştır. (Tez No: 339100)
- Zorbaz, S. D., Ulas, O. ve Kizildag, S. (2015). Relation between video game addiction and interfamily relationships on primary school students. *Educational Sciences: Theory and Practice*, 15(2), 489-497.
- Waldo,A.D. (2014). Correlates of internet addiction among adolescents. *Psychology*, 5(18), 1999-2008.
- Whitty, M. (2005). The realness of cybercheating. *Social Science Computer Review*, 23(1), 57-67.

EKLER

Ek Nu- marası	Başlık	Sayfa Numarası
EK 1	Sınıf Öğretmeni Görüşme Formu	123
EK 2	Öğrenci Görüşme Formu	124
EK 3	Veli Görüşme Formu	125
EK 4	Psikolojik Danışman Görüşme Formu	126
EK 5	İl Millî Eğitim Müdürlüğü Uygulama İzni	127



EK-1

Sınıf Öğretmeni Görüşme Formu

1. Sizce internet bağımlılığı nedir?
2. Çocuklarda görülen internet bağımlılığı konusunda ne düşünüyorsunuz?
3. İnternet bağımlısı olan öğrencileriniz var mı? Çok sık karşılaşıyor musunuz?
4. Öğrencilerinizin internet bağımlısı olduğunu hangi belirtilere göre anlıyorsunuz?
5. Çocukların internet bağımlılığının altında yatan nedenler konusunda neler düşünüyorsunuz?
6. Ebeveynlerin çocuklarının internet bağımlılığı konusunda yeterince bilinçli olduklarını düşünüyor musunuz?
7. Öğretim programları içerisinde internet bağımlılığı ve bilinçli internet kullanımı konularına nasıl yer veriyorsunuz?
8. İnternet bağımlılığı sürecinin önüne geçilmesinde, okulun ve öğretim programlarının ne ölçüde etkili olduğunu düşünüyorsunuz?
9. Bilinçli internet kullanımı ve internet bağımlılığı ile ilgili okulda nasıl çalışmalar yapıyorsunuz?
10. Bir öğretmen ve eğitimci olarak, çocukların internet bağımlısı olmalarının önüne geçilmesi konusunda nelerin etkili olduğunu düşünüyorsunuz?

EK-2

Öğrenci Görüşme Formu

1. İnternet kullanıyor musun? Bunun için hangi teknolojik araçları kullanıyorsun?
2. Günlük hayatında interneti hangi amaçlar için kullanıyorsun?
3. Günlük veya haftalık ortalama ne kadar zamanını internete ayırıyorsun?
4. İnternete erişimin sınırlı olduğunda ya da interneti hiç kullanamadığın durumlarda kendini nasıl hissediyorsun?
5. İnternette geçirdiğin zamanının günlük hayatını ya da yerine getirmen gereken sorumluluklarını(ders çalışma, ödev yapma vb) aksattığını düşünüyor musun?
6. İnternette harcadığın zaman nedeniyle akademik başarısızlık yaşadığını düşünüyor musun?
7. İnternette harcadığın zamanın, ailenle ya da yakın çevrenle ilişkilerinin bozulmasına neden olduğunu düşünüyor musun?
8. Sence ailen internette geçirdiğin süre ile ilgili neler düşünüyor?
9. Bilinçli internet kullanımı konusunda destek aldığın birileri(aile, arkadaş, öğretmen)oldu mu?

EK-3

Veli Görüşme Formu

1. Çocuğunuz internet kullanıyor mu? İnternet için hangi teknolojik araçları daha sıklıkla kullanıyor?
2. Çocuğunuz günlük hayatında interneti daha çok hangi amaçlar doğrultusunda kullanıyor?
3. Çocuğunuzun günlük ya da haftalık internet kullanımını nasıl düzenliyor ya da denetliyorsunuz?
4. Çocuğunuz, internete erişiminin sınırlı olduğu durumlarda nasıl tepkiler gösteriyor?
5. Çocuğunuzun internette harcadığı zaman nedeniyle akademik başarısızlık yaşadığını düşünüyor musunuz?
6. Çocuğunuzun internette harcadığı zaman nedeniyle arkadaşları ve ailesiyle olan sosyal ilişkilerinde sorun yaşadığını düşünüyor musunuz?
7. Ebeveyn olarak çocukların bilinçli internet kullanımı konusunda hangi kaynaklardan yardım alıyorsunuz?

EK-4

Psikolojik Danışman Görüşme Formu

1. Sizce internet bağımlılığı nedir?
2. İlkokul çocuklarında görülen internet bağımlılığı konusunda ne düşünüyorsunuz?
3. İlkokulda internet bağımlısı olan öğrencilerle ne sıklıkla karşılaşıyorsunuz?
4. Öğrencilerinizin internet bağımlısı olduğunu hangi belirtilere göre anlıyorsunuz?
5. Çocukların internet bağımlılığının altında yatan nedenler konusunda neler düşünüyorsunuz?
6. Okulda internet bağımlılığı ile ilgili kimler size başvurmaktadır? (öğretmen, öğrenci, veli)
7. Ebeveynlerin çocuklarının internet bağımlılığı konusundaki bilinçlilik düzeyleri hakkında neler düşünüyorsunuz?
8. Okul rehberlik çerçeve planı içerisinde internet bağımlılığı ve bilinçli internet kullanımı konularına nasıl yer veriyorsunuz?
9. Bilinçli internet kullanımı ve internet bağımlılığı ile ilgili ilkokulda nasıl çalışmalar yapıyorsunuz?
10. Okul psikolojik danışmanı olarak , çocukların internet bağımlısı olmalarının önüne geçilmesi konusunda nelerin etkili olduğunu düşünüyorsunuz?

EK-5

İl Millî Eğitim Müdürlüğü Uygulama İzni



T.C.
ESKİŞEHİR VALİLİĞİ
İl Millî Eğitim Müdürlüğü



Sayı : 12377788-604.01.02-E.11150327
Konu : Araştırma İzni

12.06.2019

ESKİŞEHİR OSMANGAZİ ÜNİVERSİTESİ REKTÖRLÜĞÜNE
(Öğrenci İşleri Daire Başkanlığı)

İlgi: 29/05/2019 tarih ve 64870 sayılı yazımız.

Üniversiteniz Eğitim Bilimleri Enstitüsü Eğitim Bilimleri Anabilim Dalı Eğitim Programları ve Öğretimi Tezli Yüksek Lisans Programı öğrencisi Bilge TOPALOĞLU'na ait Araştırma Projesi Müdürlüğümüz Araştırma ve Sosyal Etkinlik İzinleri İnceleme Komisyonu tarafından değerlendirilmiş ve Valiliğimizce uygun görülmüş olup, Araştırma Değerlendirme Formu ile Valilik Oluru ekte gönderilmiştir.

Bilgilerinize arz ederim.

Hakan CIRIT
İl Millî Eğitim Müdürü

EKLER :
1-Araştırma Değerlendirme Formu
2-Valilik Oluru

BELGENİN ASLI
ELEKTRONİK İMZALIDIR
Tarih: 3 Haz 2019
Önür ÜLKE
Müdür

Bilgi/konu: Mah. Atanlık Bld. No:247 ESKİŞEHİR
Elektronik Adı: www.eskisehir.meb.gov.tr
e-posta: bilgisistem26@meb.gov.tr

Ayrıntılı bilgi için: S.A.YILDIZ BİLİŞİM
Tel: (0 222) 239 72 00/355
Faks: (0 222) 239 39 22

Bu belge güvenli elektronik imza ile imzalanmıştır. <https://tr.eas.gov.tr> adresinden d48c-9c09-303a-9af4-32e1 koda ile teyit edilebilir.

ÖZGEÇMİŞ

Kişisel Bilgiler

Adı Soyadı : Bilge TOPALOĞLU
Doğum Yeri : Ordu
Doğum Tarihi : 20.06.1989

Eğitim Durumu

Lise : Ünye Mustafa Rakım Anadolu Lisesi 2005
Üniversite : Uludağ Üniversitesi / PDR 2010

Yabancı Dil İngilizce: Okuma(Orta), Yazma(Orta), Konuşma(Orta)

Mesleki Geçmiş :

Mihalgazi İlköğretim Okulu 2010
Alpu Bozan Veli Topçu Ortaokulu 2014
Halil Yasin İlkokulu 2018(Halen)

Görev : Psikolojik Danışman

İletişim: bilge-pdr@hotmail.com