



**ÜNİVERSİTE ÖĞRENCİLERİNİN İNTERNET
BAĞIMLILIK DÜZEYLERİNİN SPOR VE FARKLI
DEĞİŞKENLER AÇISINDAN İNCELENMESİ**

Hasan Ceyhun CAN

Yüksek Lisans Tezi

Beden Eğitimi ve Spor Öğretmenliği Ana Bilim Dalı

Doç. Dr. Erdoğan TOZOĞLU

2018

(Her Hakkı Saklıdır)

T.C.
ATATÜRK ÜNİVERSİTESİ
KİŞİ SPORLARI VE SPOR BİLİMLERİ ENSTİTÜSÜ
BEDEN EĞİTİMİ VE SPOR ÖĞRETMENLİĞİ ANABİLİM DALI
BEDEN EĞİTİMİ VE SPOR EĞİTİMİ BİLİM DALI

ÜNİVERSİTE ÖĞRENCİLERİNİN İNTERNET BAĞIMLILIK
DÜZEYLERİNİN SPOR VE FARKLI DEĞİŞKENLER AÇISINDAN
İNCELENMESİ

(Examining of University Students' Internet Addiction Levels in Terms of Sports and
Different Variables)

YÜKSEK LİSANS TEZİ

Hasan Ceyhun CAN

Danışman: Doç. Dr. Erdoğan TOZOĞLU

ERZURUM

Nisan, 2018

T.C.
ATATÜRK ÜNİVERSİTESİ
KIŞ SPORLARI VE SPOR BİLİMLERİ ENSTİTÜSÜ
BEDEN EĞİTİMİ VE SPOR ANABİLİM DALI

ÜNİVERSİTE ÖĞRENCİLERİNİN İNTERNET
BAĞIMLILIK DÜZEYLERİNİN SPOR VE FARKLI
DEĞİŞKENLER AÇISINDAN İNCELENMESİ

Hasan Ceyhun CAN

Tez Savunma Tarihi : 27/04/2018

Tez Danışmanı : Doç. Dr. Erdoğan TOZOĞLU (Atatürk Üniversitesi)

Jüri Üyesi : Prof. Dr. Gökhan BAYRAKTAR (Ağrı İbrahim Çeçen
Üniversitesi)

Jüri Üyesi : Dr.Öğrt. Üyesi Öztürk AĞIRBAŞ (Bayburt Üniversitesi)

Onay

Bu çalışma yukarıdaki jüri tarafından **Yüksek Lisans Tezi** olarak kabul edilmiştir.


Doç. Dr. Fatih KIYICI

Enstitü Müdürü

Yüksek Lisans Tezi
ERZURUM - 2018

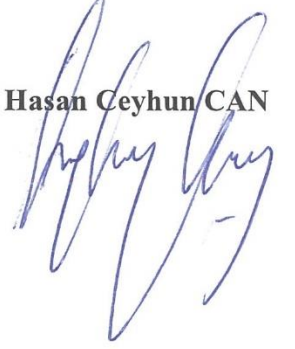
TEZ ETİK VE BİLDİRİM SAYFASI

Yüksek Lisans Tezi olarak sunduğum “Üniversite Öğrencilerinin İnternet Bağımlılık Düzeylerinin Spor ve Farklı Değişkenler Açısından İncelenmesi” başlıklı çalışmanın, tarafımdan, bilimsel ahlak ve geleneklere aykırı düşecek bir yardıma başvurmaksızın yazıldığını ve yararlandığım eserlerin kaynakçada gösterilenlerden olduğunu, bunlara atıf yapılarak yararlanılmış olduğunu belirtir ve onurumla doğrularım.

Lisansüstü Eğitim-Öğretim yönetmeliğinin ilgili maddeleri uyarınca gereğinin yapılmasını arz ederim.

30.04.2018

Hasan Ceyhan CAN



ÖZET

YÜKSEK LİSANS TEZİ ÜNİVERSİTE ÖĞRENCİLERİNİN İNTERNET BAĞIMLILIK DÜZEYLERİNİN SPOR VE FARKLI DEĞİŞKENLER AÇISINDAN İNCELENMESİ

Hasan Ceyhun CAN

2018, 109 sayfa

Bu araştırma, üniversite öğrencilerinin internet bağımlılığı düzeylerinin spor ve farklı değişkenler açısından incelenmesi amacıyla yapılmıştır.

Betimsel türde, tarama modeli kullanılarak yapılan bu çalışmanın hedef kitlesini 2017-2018 eğitim-öğretim yılında Atatürk Üniversitesi'nde farklı bölümlerde öğrenim gören 849 kadın 449 erkek olmak üzere toplam 1298 öğrenci oluşturmaktadır. Çalışmada öğrencilerin internet bağımlılığı düzeylerine ilişkin tutumlarını belirlemek için Hahn ve Jerusalem (2001) tarafından tasarlanmış ve Şahin ile Korkmaz (2011) tarafından Türkçeye uyarlaması yapılmış olan "İnternet Bağımlılığı" ölçeği uygulanmıştır. Verilerin analizinde SPSS 22 paket programı kullanılmıştır. Veriler analiz edilirken; demografik özelliklerin belirlenmesinde frekans dağılımı, iki farklı bağımsız değişken ile internet bağımlılığı arasındaki ilişkiyi belirlemek için T testi ve ikiden fazla farklı değişken ile internet bağımlılığı arasındaki ilişkiyi belirlemek için Anova Waryans analizi testleri kullanılmıştır. Değişkenler arasındaki fark P; 0,05 anlamlılık düzeyi esas alınarak yorumlanmıştır.

Elde edilen bulgulara göre; bireylerin internet bağımlılık düzeyleri ile cinsiyet, sürekli kullanılabilecek internet bağlantısı, internete erişim sağlama durumu, ebeveynlerin internet kullanma durumları, internet kullanım süresi, internet kullanım amacı, sosyal medya üyeliği durumu, öğrenim görülen bölüm, öğrenim düzeyi, aile yapıları, spor yapma durumu ve haftalık spor yapma sürelerinde anlamlı farklılık tespit edilmiştir. Yaş durumları, ebeveynlerin öğrencilerin internet kullanımını denetleme durumları, spor türü ve spor yapma amacı değişkenleri arasında anlamlı farklılık olmadığı görülmüştür.

Bireylerin internet bağımlılığı düzeylerinde; erkek bireylerin kadın bireylerden; sosyal medya üyeliği olanların olmayanlardan; sürekli internet bağlantısı olanların olmayanlardan; ebeveynleri internet kullanan öğrencilerin kullanmayanlardan, internet bağımlılık düzeylerinin daha yüksek olduğu sonucuna ulaşılmıştır. Spor yapma durumu değişkeninde ise spor yapmayan bireylerin internet bağımlılığı puan ortalamalarının spor yapan bireylerden yüksek olduğu tespit edilmiştir.

Hayatın her alanında etkinliği gittikçe artmakta olan internet hakkında, uzman kişilerce kamuoyuna; internetin olumlu ve olumsuz yönlerinin anlatıldığı detaylı bilgiler verilerek, bireylerin interneti bilinçli kullanımları sağlanabilir.

Anahtar Sözcükler: İnternet, Bağımlılık, İnternet Bağımlılığı, Spor

ABSTRACT

POST GRADUATE THESIS

EXAMINING OF UNIVERSITY STUDENTS' INTERNET ADDICTION LEVELS IN TERMS OF SPORTS AND DIFFERENT VARIABLES

Hasan Ceyhun CAN

2018, 109 pages

This research is done to investigate university students' internet addiction levels in terms of sports and different variables.

Target group of this descriptive and survey model research, is the 2017-2018 term students studying in different departments and consist of 849 female, 449 male in total of 1298. "Internet Addiction" scale which is contemplated by Hahn and Jerusalem (2001) and translated into to Turkish by Şahin Korkmaz (2011) is used in order to determine attitude of students' internet addiction levels. SPSS 22 package programme is used to analyze the data. When analyzing the data, T test is used to determine the frequency distribution of demographic characteristics and relationship between two different variables and internet addiction. Anova Waryans analysis tests are used to specify relationship between two variables and internet addiction. Difference P; 0,05 between variables is interpreted based on level of significance.

According to the findings, meaningful differences are observed on the internet addiction level of individuals, as; sexuality, perpetual access to internet, access to internet, internet usage of parents, usage time of internet, purpose of using internet, social media membership, university department, education level, family structure, doing sports and weekly hours of doing sports.

No meaningful differences are observed between age state, parental supervision of internet usage of students, sports type and aim of doing sports.

In comparison to individuals internet addiction levels, male individuals have higher addiction level than female individuals, social media account owners have higher addiction levels than the ones that do not have social media account, the ones with perpetual access to internet have higher addiction levels than the ones that do not have a perpetual access and individuals with internet user parents have higher addiction levels than the individuals whose parents do not use internet. Considering the situation of doing sports, individuals who do not do any sports have higher levels of internet addiction compared to do individuals who do sports.

Individuals can use internet, which has an increasing influence in each area of our lives, wisely, if the positive and negative aspects of internet is told and spread out to public, by experts.

Key Words: Internet, Addiction, Internet Addiction, Sports

ÖNSÖZ

Yüksek lisans eğitimim sürecinde bilgilerini, deneyimlerini ve kıymetli zamanını benden esirgemeyen değerli öğretmenim ve danışmanım Doç. Dr. Erdoğan TOZOĞLU' a teşekkür ederim.

Tez yazımı ve değerlendirme aşamasında yardımlarına başvurduğum, saygıdeğer Arş. Gör. Mücahit DURSUN ve Arş. Gör. Murat OZAN' a içten teşekkürlerimi sunarım.

Tanıştığımız günden bu güne kadar arkadaşlığını, kardeşliğini ve deneyimlerini benden esirgemeyen, tezimin bu aşamaya gelmesinde katkısı olan Kaan AKMAN' a içten teşekkürlerimi sunarım.

Yazılacak tüm açıklamaların eksik kalacağı, beni bu günlere getiren ayrıca eğitim hayatım boyunca en büyük destekçim olan kıymetli annem Nuray CAN' a en içten ve sonsuz teşekkürlerimi sunarım.

Öğrenciliğim süresince yardımlarını benden esirgememiş olan Atatürk Üniversitesi Eğitim Bilimleri Enstitüsü yöneticileri ve personeline ayrıca adını sayamadığım bütün dostlarıma teşekkür ederim.

Erzurum - 2018

Hasan Ceyhan CAN

İÇİNDEKİLER

KABUL VE ONAY TUTANAĞI	i
TEZ ETİK VE BİLDİRİM SAYFASI	ii
ÖZET	iii
ABSTRACT	iv
ÖNSÖZ	v
TABLOLAR DİZİNİ	ix
GRAFİKLER DİZİNİ	xii
KISALTMALAR DİZİNİ	xiii

BİRİNCİ BÖLÜM

1. GİRİŞ	1
1.1. Araştırmanın Amacı	3
1.2. Araştırmanın Önemi ve Problem Durumu	3
1.3. Sınırlılıklar	7
1.4. Varsayımlar	7
1.5. Tanımlar	7

İKİNCİ BÖLÜM

2. KURUMSAL ÇERÇEVE VE İLGİLİ ARAŞTIRMALAR	9
2.1. Bağımlılık Nedir?	9
2.1.1. Bağımlılık Türleri Nelerdir?	10
2.1.1.1. Alkol Bağımlılığı	10
2.1.1.2. Sigara Bağımlılığı	10
2.1.1.3. Madde Bağımlılığı	10
2.1.1.4. Kumar Bağımlılığı	10
2.1.1.5. Gıda Bağımlılığı	11
2.1.1.6. Egzersiz Bağımlılığı	11
2.1.2. Bağımlılık Nasıl Gelişir?	11
2.2. İnternet Nedir?	12
2.2.1. İnternetin Tarihsel Gelişimi	12
2.2.2. Türkiye'de İnternetin Tarihsel Gelişimi	14

2.2.3. Problemlı İnternet Kullanımı.....	15
2.2.4. Sağlıklı İnternet Kullanımı	15
2.2.5. Dñnya’ da ve Tñrkiye’ de İnternet Kullanım Durumu	16
2.3. İnternet Bağımlılığı Nedir?	18
2.3.1. İnternet Bağımlılığı Belirtileri Nelerdir?	21
2.3.2. İnternet Bağımlılığı Nedenleri Nelerdir?.....	23
2.3.3. İnternet Bağımlılığının Psikososyal Etkileri.....	24
2.3.4. İnternet Bağımlılığının Tedavisi.....	26
2.4. Spor Nedir	27
2.4.1. Sporun Tarihsel Gelişimi.....	28
2.4.2. Sporun Yararları	32
2.4.2.1. Fizyolojik Yararları	32
2.4.2.2. Sosyolojik Yararları.....	32
2.4.2.3. Psikolojik Yararları.....	33
2.4.2.4. Ekonomik Yararları	33
2.4.2.5. Kişisel Yararları.....	34
2.4.2.6. Toplum Açısından Yararları	35

ÜÇÜNCÜ BÖLÜM

3. YÖNTEM.....	37
3.1. Araştırmanın Modeli	37
3.2. Evren ve Örneklem (Araştırma ve Çalışma Grubu).....	37
3.3. Veri Toplama Araçları ve Verilerin Toplanması	37
3.4. Verilerin Analizi.....	38

DÖRDÜNCÜ BÖLÜM

4. BULGULAR ve YORUM.....	40
----------------------------------	-----------

BEŞİNCİ BÖLÜM

5. SONUÇ ve ÖNERİLER.....	70
----------------------------------	-----------

KAYNAKÇA	70
-----------------------	-----------

EKLER.....	92
EK 1. Üniversite Öğrencilerinin İnternet Bağımlılığı Düzeylerinin Spor ve Farklı Değişkenler Açısından İncelenmesi Anketi.....	92
ÖZGEÇMİŞ.....	94



TABLolar DİZİNİ

Tablo 4.1.	Araştırmaya Katılan Öğrencilerin Cinsiyet Dağılımları	40
Tablo 4.2.	Araştırmaya Katılan Öğrencilerin Yaş Dağılımları	40
Tablo 4.3.	Araştırmaya Katılan Öğrencilerin Öğrenim Gördükleri Bölümlere Göre Dağılımları	41
Tablo 4.4.	Araştırmaya Katılan Öğrencilerin Sınıf Düzeylerine Göre Dağılımları.....	41
Tablo 4.5.	Araştırmaya Katılan Öğrencilerin Aile Yapılarına Göre Dağılımları	42
Tablo 4.6.	Araştırmaya Katılan Öğrencilerin Günlük İnternet Kullanımlarına Göre Dağılımları	42
Tablo 4.7.	Araştırmaya Katılan Öğrencilerin Sürekli İnternet Bağlantı Durumlarına Göre Dağılımları	43
Tablo 4.8.	Araştırmaya Katılan Öğrencilerin Sosyal Medya Üyeliklerine Göre Dağılımları	43
Tablo 4.9.	Araştırmaya Katılan Öğrencilerin İnternete Erişim Sağlama Durumlarına Göre Dağılımları.....	43
Tablo 4.10.	Araştırmaya Katılan Öğrencilerin İnternet Kullanım Amaçlarına Göre Dağılımları	44
Tablo 4.11.	Araştırmaya Katılan Öğrencilerin Ebeveynlerinin İnternet Kullanım Durumlarına Göre Dağılımları.....	44
Tablo 4.12.	Araştırmaya Katılan Öğrencilerin Ebeveynlerinin İnternet Kullanımlarını Denetlemelerine Göre Dağılımları.....	45
Tablo 4.13.	Araştırmaya Katılan Öğrencilerin Spor Yapma Durumlarına Göre Dağılımları	45
Tablo 4.14.	Araştırmaya Katılan Öğrencilerin Haftalık Spor Yapma Saatlerine Göre Dağılımları	45
Tablo 4.15.	Araştırmaya Katılan Öğrencilerin Spor Yapma Türlerine Göre Dağılımları	46
Tablo 4.16.	Araştırmaya Katılan Öğrencilerin Hangi Amaçla Spor Yaptıklarına Göre Dağılımları	46
Tablo 4.17.	Araştırmaya Katılan Öğrencilerin Cinsiyetleri ile İnternet Bağımlılığı Alt Ölçeklerinden Aldıkları Puan Ortalamaları Arasındaki Farka İlişkin t Değerleri	46

Tablo 4.18. Araştırmaya Katılan Öğrencilerin Sürekli Kullanabilecekleri İnternet Bağlantı Durumları ile İnternet Bağımlılığı Alt Ölçeklerinden Aldıkları Puan Ortalamaları Arasındaki Farka İlişkin t Değerleri	47
Tablo 4.19. Araştırmaya Katılan Öğrencilerin Herhangi Bir Sosyal Medya Üyelik Durumları ile İnternet Bağımlılığı Alt Ölçeklerinden Aldıkları Puan Ortalamaları Arasındaki Farka İlişkin t Değerleri	48
Tablo 4.20. Araştırmaya Katılan Öğrencilerin İnternete Erişim Sağlama Durumları ile İnternet Bağımlılığı Alt Ölçeklerinden Aldıkları Puan Ortalamaları Arasındaki Farka İlişkin t Değerleri	49
Tablo 4.21. Araştırmaya Katılan Öğrencilerin Ebeveynlerinin İnternet Kullanma Durumları ile İnternet Bağımlılığı Alt Ölçeklerinden Aldıkları Puan Ortalamaları Arasındaki Farka İlişkin t Değerleri	50
Tablo 4.22. Araştırmaya Katılan Öğrencilerin Ebeveynlerinin İnternet Kullanmalarını Denetleme Durumları ile İnternet Bağımlılığı Alt Ölçeklerinden Aldıkları Puan Ortalamaları Arasındaki Farka İlişkin t Değerleri	51
Tablo 4.23. Araştırmaya Katılan Öğrencilerin Spor Yapma Durumları ile İnternet Bağımlılığı Alt Ölçeklerinden Aldıkları Puan Ortalamaları Arasındaki Farka İlişkin t Değerleri	51
Tablo. 4.24. Katılımcıların Yaş Durumlarına Göre İnternet Bağımlılığı Ölçeğinden Aldıkları Puanların Ortalamaları ve Standart Sapmaları İle Ortalamalar Arası Farkların Anova Değerleri	52
Tablo. 4.25. Katılımcıların Öğrenim Durumlarına Göre İnternet Bağımlılığı Ölçeğinden Aldıkları Puanların Ortalamaları ve Standart Sapmaları İle Ortalamalar Arası Farkların Anova Değerleri	54
Tablo. 4.26. Katılımcıların Sınıf Düzeylerine Göre İnternet Bağımlılığı Ölçeğinden Aldıkları Puanların Ortalamaları ve Standart Sapmaları İle Ortalamalar Arası Farkların Anova Değerleri	57
Tablo. 4.27. Katılımcıların Aile Yapılarına Göre İnternet Bağımlılığı Ölçeğinden Aldıkları Puanların Ortalamaları ve Standart Sapmaları İle Ortalamalar Arası Farkların Anova Değerleri	58

Tablo. 4.28. Katılımcıların Günlük İnternet Kullanım Durumlarına Göre İnternet Bağımlılığı Ölçeğinden Aldıkları Puanların Ortalamaları ve Standart Sapmaları İle Ortalamalar Arası Farkların Anova Değerleri.....	60
Tablo. 4.29. Katılımcıların İnternet Kullanım Amaçlarına Göre İnternet Bağımlılığı Ölçeğinden Aldıkları Puanların Ortalamaları ve Standart Sapmaları İle Ortalamalar Arası Farkların Anova Değerleri	62
Tablo. 4.30. Katılımcıların Haftalık Spor Yapma Sürelerine Göre İnternet Bağımlılığı Ölçeğinden Aldıkları Puanların Ortalamaları ve Standart Sapmaları İle Ortalamalar Arası Farkların Anova Değerleri	64
Tablo 4.31. Katılımcıların Yaptıkları Spor Türü Durumlarına Göre İnternet Bağımlılığı Ölçeğinden Aldıkları Puanların Ortalamaları ve Standart Sapmaları İle Ortalamalar Arası Farkların Anova Değerleri.....	66
Tablo 4.32. Katılımcıların Spor Yapma Amaçlarına Göre İnternet Bağımlılığı Ölçeğinden Aldıkları Puanların Ortalamaları ve Standart Sapmaları İle Ortalamalar Arası Farkların Anova Değerleri	68

GRAFİKLER DİZİNİ

Grafik 2.1. Dünya Üzerindeki İnternet Kullanıcılarının Bölgelere Göre Dağılımı	16
Grafik 2.2. Dünya İnternet Kullanımı ve Nüfus İstatistikleri	17
Grafik 2.3. Türkiye’de Yıllara Göre İnternet Kullanımı.....	18
Grafik 4.1. Katılımcıların Yaş Durumlarına Göre İnternet Bağımlılığı Ölçeğinden Aldıkları Puan Ortalamalarının Grafiksel Görünümü	53
Grafik 4.2. Katılımcıların Öğrenim Durumlarına Göre İnternet Bağımlılığı Ölçeğinden Aldıkları Puan Ortalamalarının Grafiksel Görünümü	56
Grafik 4.3. Katılımcıların Öğrenim Düzeylerine Göre İnternet Bağımlılığı Ölçeğinden Aldıkları Puan Ortalamalarının Grafiksel Görünümü	58
Grafik 4.4. Katılımcıların Aile Yapılarına Göre İnternet Bağımlılığı Ölçeğinden Aldıkları Puan Ortalamalarının Grafiksel Görünümü	59
Grafik 4.5. Katılımcıların Günlük İnternet Kullanım Sürelerine Göre İnternet Bağımlılığı Ölçeğinden Aldıkları Puan Ortalamalarının Grafiksel Görünümü.....	61
Grafik 4.6. Katılımcıların İnternet Kullanım Amaçlarına Göre İnternet Bağımlılığı Ölçeğinden Aldıkları Puan Ortalamalarının Grafiksel Görünümü	63
Grafik 4.7. Katılımcıların Haftalık Spor Yapma Sürelerine Göre İnternet Bağımlılığı Ölçeğinden Aldıkları Puan Ortalamalarının Grafiksel Görünümü	65
Grafik 4.8. Katılımcıların Yaptıkları Spor Türlerine Göre İnternet Bağımlılığı Ölçeğinden Aldıkları Puan Ortalamalarının Grafiksel Görünümü	67
Grafik 4.9. Katılımcıların Spor Yapma Amaçlarına Göre İnternet Bağımlılığı Ölçeğinden Aldıkları Puan Ortalamalarının Grafiksel Görünümü	69

KISALTMALAR DİZİNİ

%	: Yüzde
AB	: Avrupa Birliği
ABD	: Amerika Birleşik Devletleri
Akt	: Aktaran
APA	: American Psychological Association
ARPA	: Advanced Research Projects Agency
Df	: Serbestlik Derecesi
F	: Frekans
IWS	: Internet World Statistic
İBÖ	: İnternet Bağımlılığı Ölçeği
KBF	: Kişisel Bilgi Formu
N	: Birey Sayısı
NASA	: National Aeronautics and Space Administration
NSFNET	: National Science Foundation Network
ODTÜ	: Orta Doğu Teknik Üniversitesi
P	: Farkın Anlamlılık Düzeyi
Ss	: Standart Sapma
SSCB	: Sovyet Sosyalist Cumhuriyeti Birliği
SPSS	: İstatistik Paket Programı
T	: t Testi Fark Değeri
TÜİK	: Türkiye İstatistik Kurumu
TÜVEKA	: Türkiye Üniversite ve Araştırma Kurumları Ağı
WWW	: World Wide Web

BİRİNCİ BÖLÜM

1. GİRİŞ

İnternet, çağımızın hızlı gelişim ve değişim gösteren en kritik unsurlarından birisidir. İnternet, insanoğlunun icat etmiş olduğu en önemli buluşların da başında gelmektedir. İnternet ile birlikte bireyler bilgiye daha hızlı ulaşabilmek, dünyanın farklı bölgelerindeki insanlarla iletişime geçebilmek, rutin işlerini internet üzerinden yapabilmek gibi birçok alanda kolaylıklar yaşamışlar; dahası zamandan ve ekonomiden tasarruf etmişlerdir. Bu tür gelişmelerin sonucunda, internet kullanımının günümüzde hızla yaygınlaşmış olduğu bilinmektedir.

Bilişim teknolojilerinin önem kazanmasına paralel olarak internet kullanımı yaygınlaşmıştır (Yılmaz, 2010). İnternet sayesinde, zamandan ve mekândan bağımsız olarak iletişim, eğitim, bankacılık gibi hayatın içindeki birçok alanda ihtiyaçlar giderilebilmektedir (Muslu ve Bolışık, 2009). Günümüzde birçok insanî etkinlik internet vasıtasıyla herhangi bir kısıtlama olmaksızın daha hızlı, daha kolay ve maliyeti daha uygun gerçekleştirilebilmektedir (Barry ve diğerleri, 2002). İnternet bireysel, toplumsal, eğitsel alanlar gibi geniş bir yelpaze içerisinde yaşamı kolaylaştırıcı, geliştirici ve iyileştirici yönlere sahiptir. İnternetin sağlamış olduğu bu kolaylıklar sebebiyle milyarlarca internet kullanıcısı, bilinen ve alışagelmış geleneksel yöntemler yerine interneti tercih etmektedir (Symonds, 1999). İnternet, bir taraftan kullanıcılarına birçok kolaylık ve avantaj sağlarken, diğer taraftan da interneti kullanan insanların hayatlarının olumsuz yönde etkilenmesine neden olmaktadır (Çoban, 2008). İnternet önceleri insanlar tarafından hayatı kolaylaştırmak amacıyla kullanılmış olsa bile zaman içerisinde kimi kullanıcılar tarafından internete karşı direnmek, ondan uzaklaşmak hayli zorlaşmış olup, internet insanların hayatlarının merkezi haline gelmiştir (Yılmaz, 2010). İnternet, kullanıcının hayatının merkezine yerleşip başlıca odak noktası haline geldiğinde, insan hayatını olumsuz etkileyen, bağımlılık gibi sorunları ortaya çıkartabilir (Karaman ve Kurtoğlu, 2009). İnternetin kullanıcılarına sağlamış olduğu daha kolay ve hızlı erişim imkanı insanlar için interneti vazgeçilmez kılmaktadır. Bu nedendir ki internet kullanımında harcanan zamanın aşırılığı “İnternet Bağımlılığı” durumunu ortaya

çıkarmıştır. İnternet bağımlılığı; istenirse bile internet kullanımından uzaklaşamaması, planlanan kullanım süresinden daha fazla internet kullanımının gerçekleşmesi, internette daha fazla vakit geçirebilmek adına yalan söylenmesi, internet kullanımı dolayısıyla sorumlulukların aksatılması ve sosyal yalıtımın gerçekleşmesiyle kendini göstermektedir (Akınoğlu, 2002).

Dünya üzerinde, internet teknolojisi sayesinde, birbirinden oldukça uzak farklı bölgelerdeki kişi ve topluluklar birbirlerine yakınlaşmaktadır (Karaküçük, 1999). İnternet ortamında sosyal statü, maddi durum, ırk veya cinsiyet farkı olmadan kullanıcılar eşit bir şekilde, kendilerini ifade etme fırsatına sahiptirler. Ayrıca internet kullanımının temelde ücretsiz olması, kullanıcının hiç parası olmasa bile, internet erişimi olduğu takdirde uzun yıllar birçok şeye asgari ölçütlerin üstünde sahip olmasına imkân tanımaktadır (Ögel, 2012). İnternetin sağlamış olduğu bu kolaylıklar sonucu, insan gerçek yaşantısından kendisini ayırıştırıp, sosyal yaşamından uzaklaşabilmektedir. Ögel (2012) bu durumu şöyle açıklamaktadır: “Kişi gerçek dünyada herhangi bir nedenle sosyalleşememe sorununu sanal ortam içerisinde çözüme kavuşturabildikçe, internetin oluşturmuş olduğu sanal dünyaya daha çok bağlı kalarak toplumdan kopmaya başlayacaktır. Başka bir deyişle, kişi sanal âlem içerisinde sosyal bir çevre edindikçe, kişinin gerçek yaşamındaki sosyal ilişkileri zayıflayacaktır”. Sosyallikt+654en git gide uzaklaşan insanların sanal ortam içerisinde, kolayca yabancılarla iletişime geçip sosyalleşebilmeleri, bireylerin kendilerini kısıtlamadan özgürce düşüncelerini ve duygularını yansıtabilmeleri, kendilerini istedikleri gibi sunabilmeleri, internet ortamında dikkat çekmeden diğer kullanıcıları takip edebilme olanağının varlığı, bağımlılığın oluşmasında interneti cazip kılan faktörlerin başında gelmektedir. Bununla birlikte yasak olanlara erişimin kolaylığı ve kullanıcının her istediğinde internete ulaşılabilmesi, internet kullanımını çoğaltan diğer faktörler arasında dikkat çekmektedir (Ekinci, 2002).

İnsan hayatıyla iç içe geçmiş olan spor; bireylerin, ruhsal, fiziksel ve zihinsel gelişimine katkıda bulunur. Sporun bu özelliği insan hayatında giderek önemli rol oynamasına sebep olmaktadır. Bireylerin spor sayesinde sosyalleşebilmeleri kolaylaşmaktadır. Aşırı internet kullanımı sonucunda kişinin dünyası, sadece sanal dünyasına yer kalacak şekilde küçülmeye giderken, spor insanları aksine sosyalleştirerek gerçek dünyalarındaki ağlarının genişlemesine katkı sağlamaktadır.

Günümüzde hızla gelişmekte olan teknoloji, insan gücüne duyulan ihtiyacı minimize etmiş ve bu durumun sonucunda da insanoğlunun olağan yapısıyla örtüşmeyen bir yaşam biçimini ortaya çıkarmıştır. Bu yaşam biçimine ek olarak, iş ve sosyal çevreden gelen baskılar, stres ile meydana gelen çeşitli hastalıklar insanların günümüzde yaşamlarını olumsuz yönde etkileyen ve ölümlerine sebebiyet verebilecek kadar güçlü olan faktörlerdir. Spor, çağdaş insanın karşılaşmış olduğu tehlikelere ve güncel yaşamın getirmiş olduğu strese karşı durabilmek adına sağlıklı yaşam biçimini destekleyerek insanlara yardımcı olmaktadır. Spor insanları düzenli ve sağlıklı yaşama sevk ederken bununla birlikte insanların sosyal ve bireysel kişilik gelişimlerine de olumlu etkiler etmektedir. Bu sebeple olacaktır ki, gelişmiş ülkelerde spor büyük önem arz etmekte ve çok erken yaşlardan başlayarak çocuklara spor programları uygulanmaktadır (Gökhan ve diğerleri, 1979). Modern toplumlarda sıklıkla ortaya çıkan sosyal farklılaşma, artan iş bölümü ile sosyal bütünleşme arasındaki uyumun sağlanmasında spor elzem bir elemandır (Erkal ve diğerleri, 1998). Bu açılarından ele alındığında spor, teknolojinin insan hayatı üzerindeki olumsuz etkileriyle savaşmada ve sağlıklı bireylerden oluşan mutlu ve barışçıl bir toplum yaratılmasında önem arz etmektedir.

1.1. Araştırmanın Amacı

Bu araştırmanın amacı: Üniversite öğrencilerinin internet bağımlılık düzeylerinin spor ve farklı değişkenler açısından incelenmesidir.

1.2. Araştırmanın Önemi ve Problem Durumu

Çağımızda internet kullanımının, bireysel ve toplumsal yaşamın en önemli unsurlarından bir tanesi olduğunu söylemek mümkündür. İnternet teknolojisinin, modern dünya kurumları üzerinde devrim niteliği yaratan bir etkisi olmuştur (Okin, 2005). Sanayi devrimi öncülüğünde ortaya çıkmış olan yeni teknolojiler, insanların yaşam biçimini derinden etkilemiş; onların değişmesine, yeni sosyal yapıların ortaya çıkmasına ve üretim alanlarının yeniden şekillenmesine neden olmuştur. Sanayi toplumunun son aşaması olan tüketim toplumu, 20. yüzyılın son çeyreğinde gelişmelerin ve değişimlerin karşısında duramayarak yerini bilgi toplumuna bırakmıştır. Bilgi toplumun içerisinde bilgisayar teknolojisinin, seri bir gelişim göstermesine ek olarak internetin de ortaya çıkması ve

gelişmesiyle, bu iki teknolojinin insan hayatının odak noktası haline gelmesi kaçınılmaz olmuştur. İnternet, bu çağ içerisinde keşfedilmiş en önemli iletişim aracı olarak kabul görmektedir (Çalık ve Çınar, 2009). Bunun yanı sıra, bilgi çağının en hızlı büyüyen ve yaygınlaşan medyası da olan internet, insanlık tarihi açısından yeni bir dönüm noktasını ifade etmektedir. Çünkü insanlık tarihinin bugüne kadar olan tüm bilgi ve kültür birikiminden daha fazlası son 30 yıl içerisinde ortaya konulmuştur (Nakilcioğlu, 2007).

İnternet kullanım oranının dünya genelinde artması, insanları “İnternet Bağımlılığı” tehlikesiyle karşı karşıya getirmiştir. İnternet, insan hayatının pek çok alanı içerisinde kendisine yer edinmiş ve insan hayatı üzerinde kolaylaştıracak etkiler göstermiş olmasına karşın, internet için harcanılan zamanın kontrol edilememesinden ötürü, fiziksel problemlerin yanında sosyal ilişkilerde de problemler yaşanmasına neden olmuştur (Sato, 2006). İnterneti aşırı bir şekilde kullanan insanların, yakın çevresiyle daha az etkileşimde bulunarak, beraber daha az zaman harcadıkları ifade edilmektedir (Kraut ve diğerleri, 1998; Shim, 2004). Bununla birlikte, interneti aşırı kullanan insanların, kişilerarası ilişkilerde problemler yaşadıkları ve sosyal ilişkilerinin giderek azaldığı bildirilmiştir (Welsh, 1999). İnternet bağımlılığında kişi, maruz kaldığı etkileşimlere direnç gösteremeyerek internet de daha fazla zaman harcamaya başlar. Ayrıca internet üzerindeki etkinliklere daha da yoğunlaşır ve bu da olağan bir bağımlılık göstergesidir. Öyle ki, internette geçirilen zaman kullanıcının yaşamının odak noktası haline gelir. Her ne kadar internet kullanımında dış kaynaklı, kimyasal bir maddenin yol açtığı bilinç değişiklikleri ile ilişkilendirilme olmamasına rağmen, cinsel uyarım, kumar ve oyunlar da olduğu gibi diğer yapılan etkinlikler ile ilişkili iç kaynaklı kimyasalların sebep olduğu bir bilinç değişikliği hali söz konusudur (Tarhan ve Numedov, 2011).

İnternet kullanmak gençler arasında çoğunluk tarafından benimsenen ve beğenilen bir etkinlik olarak görülmektedir ve bu da gençlerin aşırı internet kullanımına neden olmaktadır (Lin ve Tsai, 2002). Young (2004) internet bağımlılığıyla ilgili olarak en yüksek risk kümesini gençlerin oluşturduğunu ifade etmiştir. Bilhassa okul çağındaki gençlerde sıklıkla gözlemlenen aşırı kullanım, gençlerin fiziksel ve zihinsel gelişimlerini ayrıca sosyal ilişkilerini olumsuz şekilde etkileyerek, akademik başarılarını düşürmektedir (Cengizhan, 2003). Üniversite öğrencilerinin internet bağımlılığına eğilimli olması durumu dünya genelinde rastlanan bir olaydır. Bu olayın sebebi olarak; internet ulaşımının kolay olması ve öğrencilerin çoğunluğunun interneti bir eğitim aracı

olarak kullanması gösterilebilir. Örnek olarak, Kore’de yapılan araştırmalar sonucunda elde edilen bulgular; üniversite öğrencilerinin internet bağımlılığında en yüksek oranı oluşturduklarını göstermiştir. Üniversite öğrencilerinin internet bağımlılığına eğilimli olmalarının nedenleri arasında; alışılmış düzenlerinden uzaklaşarak yeni bir hayata kendilerini adapte etmekte yaşadıkları zorluk, bununla birlikte ortaya çıkan depresyon ve sosyal kaygı gibi psikolojik sorunlar gösterilebilir (Kim, 2007). İnterneti kullanan gençler, günlük yaşamlarında sanal mekânlarda gezinti halinde olan, gündelik faaliyetleri arasında internet ve onunla ilgili olguların oldukça önemli bir yere sahip olduğu, sanal dünya gezginleridir. Bu genç kullanıcıların sanal dünya içerisindeki ilişkileri artarken doğru orantılı bir şekilde gerçek dünyadaki ilişkileri de zayıflamaktadır. Bununla birlikte giderek gerçeklikten uzaklaşma, toplumdaki izole edilme ve dolayısıyla yalnızlaşma tehlikesiyle de yüz yüze oldukları düşünülmektedir (Yılmaz, 2006).

Yapılan bu çalışma ile spor yapan bireylerin internet bağımlılık düzeylerine etki eden etmenlerin incelenmesi, ileriki zamanlarda konu ile alakalı yapılacak olan çalışmalara katkı sağlaması açısından önem arz etmektedir. Ayrıca en yüksek risk kümesini oluşturan üniversite öğrencilerinin bağımlılık düzeylerinin ve bağımlılık düzeylerine etki eden etmenlerin neler olduğunun bilimsel araştırmalar aracılığıyla incelenmesinin; sosyal ve psikolojik sorunlarla birlikte öğretimsel sorunların çözümlemelerinde de olumlu etkileri olacağı öngörülmektedir. Bunun yanında ortaya çıkacak bulguların araştırmacılar açısından yol gösterici olup farklı çalışmalar için referans olacağı da düşünülmektedir. Bütün bu bilgiler ışığında araştırmamızda ele alınan temel mesele ‘‘Üniversite Öğrencilerinin İnternet Bağımlılık Düzeylerini’’ belirleme olacaktır. ‘‘Üniversite öğrencilerinin internet bağımlılık düzeyleri ile spor ve farklı değişkenler arasında anlamlı bir farklılaşma var mıdır?’’ sorusu araştırmamızın temelini oluşturmaktadır.

Alt problemler

- 1- Araştırmada yer alan üniversite öğrencilerinin cinsiyetleri ile internet bağımlılık düzeyleri arasında anlamlı bir farklılaşma var mıdır?
- 2- Araştırmada yer alan üniversite öğrencilerinin yaşları ile internet bağımlılık düzeyleri arasında anlamlı bir farklılaşma var mıdır?
- 3- Araştırmada yer alan üniversite öğrencilerinin öğrenim görmekte oldukları bölümler ile internet bağımlılık düzeyleri arasında anlamlı bir farklılaşma var mıdır?
- 4- Araştırmada yer alan üniversite öğrencilerinin öğrenim görmekte oldukları sınıf düzeyleri ile internet bağımlılık düzeyleri arasında anlamlı bir farklılaşma var mıdır?
- 5- Araştırmada yer alan üniversite öğrencilerinin aile yapıları ile internet bağımlılık düzeyleri arasında anlamlı bir farklılaşma var mıdır?
- 6- Araştırmada yer alan üniversite öğrencilerinin sürekli kullanabilecekleri internet bağlantıları ile internet bağımlılık düzeyleri arasında anlamlı bir farklılaşma var mıdır?
- 7- Araştırmada yer alan üniversite öğrencilerinin sosyal ağ üyelikleri ile internet bağımlılık düzeyleri arasında anlamlı bir farklılaşma var mıdır?
- 8- Araştırmada yer alan üniversite öğrencilerinin günlük internet kullanım süreleri ile internet bağımlılık düzeyleri arasında anlamlı bir farklılaşma var mıdır?
- 9- Araştırmada yer alan üniversite öğrencilerinin internete en çok nereden erişim sağladıkları ile internet bağımlılık düzeyleri arasında anlamlı bir farklılaşma var mıdır?
- 10- Araştırmada yer alan üniversite öğrencilerinin internet kullanma amaçları ile internet bağımlılık düzeyleri arasında anlamlı bir farklılaşma var mıdır?
- 11- Araştırmada yer alan üniversite öğrencilerinin ebeveynlerinin internet kullanma durumları ile internet bağımlılık düzeyleri arasında anlamlı bir farklılaşma var mıdır?
- 12- Araştırmada yer alan üniversite öğrencilerinin ebeveynlerinin öğrencilerin internet kullanımlarını denetlemeleri ile internet bağımlılık düzeyleri arasında anlamlı bir farklılaşma var mıdır?

- 13- Araştırmada yer alan üniversite öğrencilerinin spor yapma durumları ile internet bağımlılık düzeyleri arasında anlamlı bir farklılaşma var mıdır?
- 14- Araştırmada yer alan üniversite öğrencilerinin haftalık spor yapma süreleri ile internet bağımlılık düzeyleri arasında anlamlı bir farklılaşma var mıdır?
- 15- Araştırmada yer alan üniversite öğrencilerinin yapmakta oldukları spor türü ile internet bağımlılık düzeyleri arasında anlamlı bir farklılaşma var mıdır?
- 16- Araştırmada yer alan üniversite öğrencilerinin spor yapma amaçları ile internet bağımlılık düzeyleri arasında anlamlı bir farklılaşma var mıdır?

1.3. Sınırlılıklar

Bu araştırma,

1. 2017-2018 eğitim-öğretim yılı ile sınırlıdır.
2. Erzurum ili Atatürk Üniversitesi Kazım Karabekir Eğitim Fakültesi'nde öğrenim gören öğrenciler ile sınırlıdır.
3. 449 erkek, 849 kadın olmak üzere toplam 1298 üniversite öğrencisi ile sınırlıdır.
4. İnternet bağımlılığı ölçeğinin ölçtüğü nitelikler ile sınırlıdır.

1.4. Varsayımlar

1. Araştırma sürecinde sorulan soruların, araştırmanın hedeflediğı bilgileri elde edebilecek geçerliliğe ve güvenilirliğe sahip olduğı varsayılmıştır.
2. Araştırmaya katılan bireyler, ölçekte yer alan soruları samimi ve içten bir şekilde cevaplamışlardır.
3. Çalışma örneklemini, evrenini yeterli düzeyde temsil etmektedir.

1.5. Tanımlar

Spor: Spor, kişinin belli düzenlemeler içerisinde fiziksel aktivite, motorik becerileri ile zihinsel, ruhsal ve sosyal davranışlarını geliştiren ve bu özelliklerini belirli kurallar içerisinde yarıştırmalarını amaçlayan biyolojik, pedagojik ve sosyal bir uğraştır (İnal, 2003).

İnternet: Bütün bilgisayarları birbirlerine bağlayan küresel bir iletişim aracıdır (Ögel, 2012).

Bağımlılık: Bağımlılık, belirli bir maddeye olan bağlılık veya normalde olması gerekenden daha yoğun olarak ortaya çıkan davranış halleridir (Bilge, 2012).

İnternet Bağımlılığı: Kişinin abartılı bir şekilde internet kullanması sonucunda kişisel, iş ve sosyal alanlarda bir takım sorunlarla karşılaşmasını ifade eden bir kavramdır (Şahin, 2011).



İKİNCİ BÖLÜM

2. KURUMSAL ÇERÇEVE VE İLGİLİ ARAŞTIRMALAR

2.1. Bağımlılık Nedir?

Bağımlılık, bir maddenin kullanımının istenirse bile tüm zararlarına rağmen bırakılamaması durumuna denir. Bağımlı olan birey bırakmak istediği maddeyi sayısını artırarak almaya devam edebilir ve maddeyi almak için doğan ihtiyaç giderek durdurulamaz bir hal alabilir (Yeşilay, 2017). Bir başka deyişle bağımlılık, tedavi amacı gütmeyen herhangi bir maddenin, fizyolojik ihtiyaçları karşılamadan, giderek artan kullanımı olarak ifade edilebilir (Şahin, 2007). Madde bağımlılığı, bireyin bir besin, nesne veya uyuşturucu madde karşısında bağımlı hale gelmesi olarak tanımlanmaktadır. Kahve, sigara, çikolata, uyuşturucu madde ve alkol gibi maddelere karşı oluşan bağımlılık genel olarak madde bağımlılığı kavramı altında ifade edilip, incelenmektedir. Davranışsal bağımlılık ise, belirli bir davranışın, normal de olduğundan farklı ayrıca devam eden aralıklarla ortaya çıkması sonucu olarak; bireyin fiziksel, psikolojik, toplumsal yapı içerisindeki işlevlerinde dengesini yitirmesi, kişinin kendi düzeninin değişerek, bozulması ve ortama uyum sağlayamaması durumu şeklinde tanımlanmaktadır (Köknel, 1998). Fiziksel bağımlılık, kullanılan maddeye karşı alışkanlık gelişmesi sonucu, maddenin varlığına karşı duyulan fizyolojik bir istektir. Davranışsal bağımlılık ise kişinin duygusal kişilik yapısı gereği, ihtiyaçlarını karşılama veya giderme amacı ile o maddeye karşı olan düşkünlüğüdür (Yeşilay, 2017).

Tarhan ve Nurmedov (2011) ise bağımlılığı, olumsuz sonuçları olmasına rağmen, dürtüsel olarak madde veya sanal alıştırıcı arayışı ve kullanımı ile nitelenen, tekrarlanabilen, kronik bir beyin hastalığı olarak tanımlamaktadır.

Şahin (2007) göre, bağımlılığın üç temel ögesi vardır. Bunlar şu şekilde sıralamaktadır:

1. Koşulları ve durumları her ne olursa olsun bireyin, maddenin elde edilebilmesi adına önüne geçemediği bir arzu ve isteğinin bulunması

2. Kullanılan dozun git gide artırılması ihtiyacının hissedilmesi
3. Kullanılan madde ve maddenin oluşturmuş olduğu etkilere karşı fizyolojik ve psikolojik ihtiyaç duyulması.

2.1.1. Bağımlılık Türleri Nelerdir?

Bağımlılık kişisel özelliklere bağlı değişiklikler göstererek, her bireyde bir veya birden fazla alanda ortaya çıkabilir. Bunlardan başlıları şunlardır;

2.1.1.1. Alkol Bağımlılığı

Kişiyi bireysel ve sosyal anlamda zararlar vermesine rağmen alkol kullanımının bırakılamayıp kullanımına devam edildiği, bırakıldığında yoksunluk belirtilerinin gösterildiği, alkolü tekrar almak için güçlü ve bastırılmayan bir istek duyulmasına alkol bağımlılığı denir. Bu bağımlılık bireyin ruhsal ve fiziksel sağlığını, aile, toplum ve iş uyumunu olumsuz yönde etkileyen bir bozukluktur (Ateş Çöl ve diğerleri, 2016).

2.1.1.2. Sigara Bağımlılığı

Ölüm sebeplerinin neredeyse başında gelen, kişinin merkezi sistemi üzerinde uyarıcı bir etkiye sahip olan sigara, kullanan kişi için çok ciddi zararlar meydana getirmektedir. Tüm bu zararlara rağmen sigara kullanımının bırakılamamasına sigara bağımlılığı denir (Çetin ve diğerleri, 2013).

2.1.1.3. Madde Bağımlılığı

Vücudu ve merkezi sinir sistemini uyandıran maddelerin (Eroin, esrar, kokain, uçucu madde vb.) verdiği zararlara rağmen kullanımının bırakılamaması durumuna denir. Birçok bağımlılık merkezi bu alışkanlığın bırakılmasında bireylere yardımcı olmaktadır (Yeşilay, 2017).

2.1.1.4. Kumar Bağımlılığı

Bireyin kişisel, ailevi veya mesleki hedeflerini bozup şiddetli ve yıkıcı sonuçlarına rağmen dürtüsel olarak devam etme isteği uyandıran, durdurulamayan sürekli ve

yineleyen kumar oynama isteğine kumar bağımlılığı denir. Bu bağımlılık sosyal mesleki ve ailevi yaşamda önemli kayıplara neden olabilmektedir (Pınarcı, 2014).

2.1.1.5. Gıda Bağımlılığı

Gıda bağımlılığı bireyin özellikle yüksek kalorili, hoş giden ve bağımlılık potansiyeli yüksek gıdaları fazla tüketmesine bağlı olarak ortaya çıkar. Bu bağımlılık, davranış temelli olan bir bağımlılık türüdür (Kandeğer ve Bozkurt, 2016).

2.1.1.6. Egzersiz Bağımlılığı

Fizyolojik etkileriyle birlikte, egzersiz yapmak ruh sağlığı üzerine de ciddi faydaları bulunmaktadır. Egzersiz yapan bireylerde uyku düzeninin oluşması, depresyon oluşumunun azalması, kişinin kendine olan güveninin artması gibi olumlu etkiler gözlemlenmektedir. Tüm bu etkilerinin yanı sıra fiziksel egzersizleri yapmaya aşırı istekli olmak ve kontrol edilemeyecek düzeyde egzersiz yapmak egzersiz bağımlılığına neden olmaktadır (Vardar ve diğerleri, 2012).

2.1.2. Bağımlılık Nasıl Gelişir?

Bağımlılık kendini yineleyen bir döngüdür. Kişide ilk olarak maddeye karşı merak uyanır, fakat diğer yandan da maddenin olası etkilerinden çekinme meydana gelir. Bu süreçten sonra merak ve korku arasında kişinin içerisinde meydana gelen bir savaş ortaya çıkar. Eğer baskın gelen merak olursa, kişi başlangıçta bir kez kullanmak kaydı ve tekrar etmemek koşulu ile kendisini kandırır ve eylemin gerçekleşmesini sağlar. Devam eden aşamada, eylem tekrarlanır ve kişi kontrolü elinde tuttuğunu, istediği zaman maddeden uzaklaşabileceğini, herhangi bir sorun yaşamadığını iddia eder. Kişinin işlevselliği bozulmaya başladığı anda, kişi farkındalık yaşar ve maddeyi bırakmak ister. Durumunu düzeltene, kendine olan güvenini tazeleyene kadar kişi maddeden bir süreliğine uzak kalır. Önceden yaşamış olduğu sorunları unuttur ve yeniden -yalnızca bir kez daha kullanmak kaydıyla- kendisini kandırır ve eylemi yeniden gerçekleştirir. Aradaki geçen sürece rağmen, kullanmaya bıraktığı yerden devam etmiş olur. Bunun sonucu olarak farkında olmadan bağımlılık süreci içerisine girmiş olur (Tarhan ve Nurmedov, 2011).

2.2. İnternet Nedir?

İnternet, birden fazla bilgisayarın kendi aralarında bağlantı kurmaları sonucu oluşan, evrensel bilgisayar ağlarına dayalı bir iletişim sistemidir (İçel, 1998).

Doruk'a (2007) göre internet, kullanılmakta olan tüm bilgisayarların, ortak bir ağ içerisinde birbirine bağlanarak; temelde birbirleri ile kaynak paylaşımına olanak sağlayan "ağlar arası ağ" dır. Bu tanımı doğrular nitelikte; günümüzde internet daha çok kişiye ulaşmış olup, kullanımını günden güne artmaktadır.

İnternet ilk ortaya çıktığı zamanlarda, yayıncının içeriğini sunduğu, pasif bir yapıya sahipti ve kullanıcının da tek taraflı olarak servisten veya içerikten yararlandığı bir iletişim aracı olarak kullanılıyordu. Web 2.0 diye adlandırılan bu oluşum, zamanla kullanıcının diğer kullanıcılarla ve içerisinde bulunduğu ağ ile daha çok bütünleşmiştir. Hızlı bir etkileşim kurmasına olanak tanıyan gelişim, internetin kullanım oranlarını büyük oranda çeşitlendirerek internet dünyasını değiştirmiştir. Bu değişim sonucunda internet daha bireyselleşmiştir. İnternetin bireylere indirgenmesi sonucu olarak, internet hızla yaygınlaşmış ve daha büyük kitlelere ulaşmıştır (Göka ve Tıkr, 2012).

2.2.1. İnternetin Tarihsel Gelişimi

1950'li yıllarda Amerika Birleşik Devletleri (ABD) ile Sovyet Sosyalist Cumhuriyetler Birliği (SSCB) arasında yıllar süren soğuk savaş dönemi yaşandı. Bu yıllar iletişimin, haberleşmenin çok önemli olduğu bir zaman dilimiydi. Olası bir nükleer saldırıda iletişimin zarar görmesi ve haberleşmenin kesintiye uğramadan devam edebilmesi düşüncesiyle bugün dünya nüfusunun üçte birinin yoğun bir şekilde kullanmış olduğu internetin, bu dönemde temellerinin atılmasına katkı sağlanmıştır (Çağıltay,1997).

Soğuk savaş döneminde, Sovyetlerin 1957'de ilk insansız hava aracı olan Spurnik'i fırlatmasının ardından ABD Savunma Bakanlığı, 1958'de olası bir nükleer saldırıya karşılık verebilmek adına Harvard ve Berkeley Üniversiteleriyle yapılan işbirliği anlaşması sonucunda ARPA (Advanced Research Projects Agency) projesini başlatmıştır. Olası bir saldırı sonucunda zarar olsa bile çalışabilecek ayrıca ülke çapında askeri bir ağ oluşturabilecek olan ağ tasarımı 1962 yılında yapılmıştır. Daha sonra ARPANET adını almış olan bu ağa ARPA projesi destek vermiştir. Amerikalı

araştırmacılar, SSBC ile çıkabilecek muhtemel bir savaşta, iletişim ağlarındaki kesintiyi önlemek için, bilgisayarların birbirine bağlanma olasılığını araştırdılar. California'da 1969 yılında ilk bilgisayar ağı kurulmuştur. Aynı yıl içerisinde Arpanet'i oluşturan dört merkez olan; California Üniversitesi, Stanford Araştırma Enstitüsü, Utah Üniversitesi ve Santa Barbara da ki California Üniversitesi arasında ilk bağlantı yapıldı. Kısa süre içerisinde birçok merkezdeki bilgisayarlar bu ağlara bağlandı (Akbal ve Balık, 2006). Ağ kapsamına giren önemli kuruluşlardan belki de en dikkat çeken olan, 1971 yılında ağa katılan Amerikan Uzay ve Havacılık Dairesi (NASA) olmuştur. 1972 yılına gelindiğinde ağa bağlı olan terminal sayısı 23'e ulaşmış ve bunun ardından elektronik posta kavramı ortaya çıkmıştır. Radyo ve uydu bağlantıları aracılığıyla ABD ve Amerika kıtasındaki ağlar, 1976 yılında bu ağ üzerinde birleştirilmiştir. 1979 yılına gelindiğindeyse, ilk bilgisayar haber grupları ortaya çıkmıştır. 1980'lerde soğuk savaş etkilerinin azalması sonucunda, bilgisayar sistemlerine gösterilen ilgi de artmalar meydana gelmiştir. İnternet, ilk ortaya çıktığı dönemlerde oldukça zor bir kullanıma sahipti ve interneti yalnızca belirli bir kesim (bilgisayar uzmanları, bilim adamları, mühendisler) kullanmaktaydı. 1991 yılına gelindiğinde Tim Barnes Lee tarafından daha görsel bir temele dayanan world wide web (www) icat edildi. Kendisine bilgilerin ve araştırmaların paylaşılmasını kolaylaştırmayı amaç edinmiş olan bu sistem, ortaya çıkmasıyla ticari çevreleri de motive etmiş oldu. Bu gelişmelerle beraber bilgisayar ağlarının kullanımı yaygınlaşmış ve dolayısıyla kullanıcı sayısında artış gözlemlenmiştir. Bunun sonucunda da kullanılan bilgisayar ağı bu gün ki "İnternet" adını almıştır. Devam eden süreçte kullanıcı sayısı gittikçe artan bir grafik göstermiştir. Ticari kurumlar, devlet kurumları, üniversiteler bu gelişmeyi görmezden gelemeyerek, uyum sağlamışlardır. İnternetin yaygınlaşmasının bir sonucu olarak çoğu firma, kurum ve kuruluş internet dünyasına yatırım yapmaya başlamıştır (Bölükbaş, 2003).

İlk zamanlarda amaç her ne kadar askeri de olsa bugün gelinen noktada bu amaç geri planda kalmıştır. Dünyadaki internet kullanıcı sayısı bunun en önemli göstergesidir. Herhalde hiç kimse dünyada iki milyarı aşkın kullanıcının, bu teknolojiyi askeri amaçla kullandığı iddiasında bulunamaz. Günümüzde internet, ilk geliştirildiği amaçtan çok farklı olarak her türlü bilginin sunulduğu ve her türlü bilgiye ulaşılabilen bir ortam olmuş ayrıca dünya geneline yayılan en etkin iletişim aracı haline gelmiştir (Kalkan ve Kaygusuz, 2013).

2.2.2. Türkiye'de İnternetin Tarihsel Gelişimi

Türkiye’de internetin kullanılması ve yaygınlaşması diğer teknolojik gelişmelere nazaran daha kolay olmuştur (Çağiltay, 1997). İlk geniş alan ağı 1986 yılında yapılan TÜVEKA (Türkiye Üniversiteler ve Araştırma Kurumları Ağı)’dır. Bu ağın yetersiz kalması sonucu daha sonra ki yıllarda ODTÜ (Ortadoğu Teknik Üniversitesi) tarafından oluşturulan bir projeye, yeni bir ağ tesis edilmiştir. 1993’te 64 Kbps kapasiteli kiralık hat ile ODTÜ Bilgi İşlem Daire Başkanlığı sistem salonundaki yönlendiriciler aracılığıyla, ABD’de NSFNet’e (National Science Foundation Network) bir protokol üzerinden Türkiye’nin ilk internet bağlantısı gerçekleştirilmiştir (Altun, 2003). İnternet başlangıçta Türkiye’de Ege Üniversitesi (1994), Bilkent Üniversitesi (1995), Boğaziçi Üniversitesi (1996), İstanbul Teknik Üniversitesi (1996) kurumlarında öncelikli olarak akademik ortamlarda yaygınlaşmaya başlamıştır. 1996 yılında TURNET çalışmaya başlamıştır. Takip eden sene içerisinde, akademik kuruluşların kendi aralarındaki internet bağlantısını sağlayan, nispeten hızlı bir yapıyla sahip olan ULAKNET çalışmaya başlamış ve internet daha kullanışlı bir hale gelmiştir. 1999 yılında, yaşanmış olan ticari ağ oluşumlarındaki değişiklik sonucu TURNET’in yerini TTnet diye adlandırılan yeni bir oluşum almıştır. 2000’lerin başında, akademik kuruluşlar ve ilgili birimler ULAKNET ile erişim sağlarken, ticari kullanıcılar TTnet aracılığıyla internet erişimi sağlamaya başlamıştır (Arısoy, 2009).

1998 yılında internetin Türkiye’de ticari kuruluşları ve hane halklarını içerisine alan geniş kitlelere yayıldığı, 450 bin gibi bir kullanıcı sayısına ulaştığı tespit edilmiştir. Aslında 1998 yılını da Türkiye için internet kullanıcı sayısı bakımından bir dönüm noktası olarak görmek gerekir. Şöyle ki, bu tarihten sonra Türkiye’de internetle buluşan kullanıcı sayısında son derece hızlı bir artış yaşandığı görülmektedir. Sadece 1 yıl sonra yani 1999 yılında kullanıcı sayısının 3 kat artarak 1.5 milyona ulaşması bunun bir ispatı olarak kabul edilebilir. 1998’den 2011’e gelindiğinde kullanıcı sayısının 35 milyonu aşarak ülke nüfusunun %45’den fazlasına ulaşması artışın boyutunu ve toplumun interneti ne kadar benimsediğini göstermesi açısından çok önemli bir veridir. Özellikle 2000’li yıllardan sonra internet kullanıcı sayısındaki artışın çok yüksek bir ivme kazandığı görülmektedir. Öyle ki bu artış hızıyla Türkiye 1998-2010 yılları arası temel alındığında, Avrupa Birliği (AB) ülkelerinin toplam nüfusundaki internet kullanıcı sayısındaki artışı katlamıştır. 12

yıllık süreç göz önüne alındığında ise Türkiye’de internet kullanıcı sayısındaki artış %7777 olarak gerçekleşirken, bu oran AB’de %831 olarak gerçekleşmiştir. Bu süre içerisinde Türkiye’de internet kullanan kişi sayısı AB nüfusunun 9.36 katı olarak gerçekleşmiştir (Bayzan, 2011).

2.2.3. Problemlı İnternet Kullanımı

Genel anlamıyla problemlı internet kullanımı tanımı: ‘‘Kişinin hayatı içerisinde interneti psikolojik, fizyolojik, sosyal alanlarda kendisine zorluklar yaratacak şekilde kullanması’’ olarak nitelendirilebilir. Shapira ve diğerlerine (2000)’e göre problemlı internet kullanımı kontrolü sağlanamayan, zaman yönetimi yapılamayan, endişe verici sosyal veya ekonomik zorluklara neden olabilecek internet kullanımı olarak tanımlanır.

Aslına bakacak olursak, kullanıcıların uzun süreli olarak meşgul oldukları ve kontrol edilmelerini engelleyen unsur internetin kendisi değil, kişilerin internet üzerinde giderdikleri ihtiyaçlarıdır (Suler, 1999). Farklı bir deyişle, internetin tek başına bağımlılık geliştirmesinden çok, internet kullanım amaçları ve internette kullanılan uygulamaların aşırı internet kullanımına neden olduğu görülmektedir (Ceyhan, 2011). Kişilerin internet kullanım ihtiyacı duymaları; kişilerin ekonomik, sosyal, toplumsal, fiziksel, mesleki, kültürel şahsi meselelerinden etkilenir.

Hiçbir olumsuz sonuca maruz kalmadan, internetten yararlanabilen pek çok bireyin yanı sıra bazı bireyler ise internetin olumsuz etkilerine maruz kalmaktadırlar. Bunun sonucu olarak: İnterneti sağlıklı olarak kullananlar ve kullanmayanlar arasında bazı farklılıklar ortaya çıkmaktadır. Bu farklılıklar arasında internet bağımlısı olarak tanımlanan bireylerin, interaktif internet uygulamalarından çok daha kolay etkilendikleri gözlemlenmiştir. Diğer yandan internet kullanımına gerekli olan iletişimi gerçekleştirme ve bilgiye ulaşma şeklinde yaklaşanların bağımlı olmadıkları gözlemlenmiştir (Whang ve diğerleri, 2003; Young, 1998).

2.2.4. Sağlıklı İnternet Kullanımı

Dünya üzerinde pek çok insanın interneti kullanım amacı; araştırmak, çalışmak, arkadaşlarıyla iletişim halinde olmak, oyun oynamak ve bu yeni ortamda başka işlevsel eylemlerde bulunmaktır. İnternete önyargıyla yaklaşp onu olumsuz bir kaynak olarak

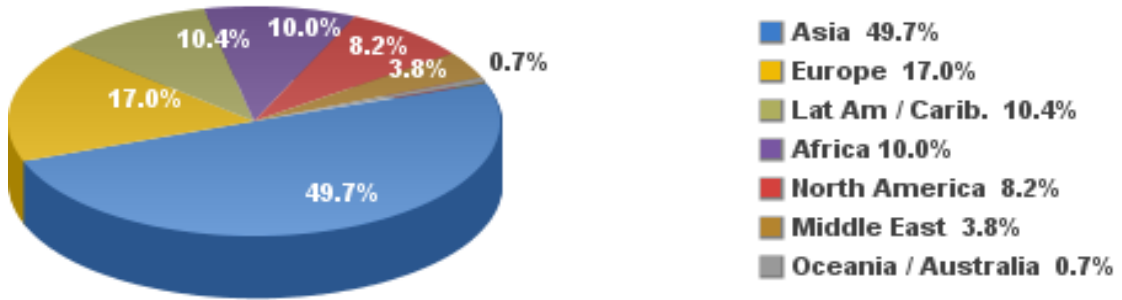
görmek gerekir. Gelişen dünyamızda, internet gündelik yaşantımızın önemli bir parçasını oluşturan, yeni bir ortamdır. Fakat yoğun internet kullanımının sebebiyet verebileceği olumsuz sonuçların farkında olunmalıdır.

Sağlıklı internet kullanımı, interneti bilişsel veya davranışsal bir avuntu haline getirmeden makul bir zaman harcayarak belli bir amaç doğrultusunda kullanmaktır. Sağlıklı internet kullanıcıları, internet ortamındaki iletişim ile gerçek hayattaki iletişimi birbirinden ayırt edebilirler. İnterneti kendilerine fayda sağlayacak bir araç olarak görürler. Çeşitli tanımlarla ayırt edilmesine rağmen uygun veya uygunsuz internet kullanımına karar verecek olan kişinin kendisidir (Kalkan ve Kaygusuz, 2013).

2.2.5. Dünya’da ve Türkiye’de İnternet Kullanım Durumu

İnternet günümüzde kullanım alanı çeşitliliğiyle hayatın her alanında olmasından ötürü bireylerin hayatlarının vazgeçilmez bir parçası haline gelmiştir. Dünya üzerinde hali hazırda internet kullanıcı sayısı 3,885,567,619’a ulaşmıştır (IWS, 2017).

Internet Users in the World by Regions - June 30, 2017



Source: Internet World Stats - www.internetworldstats.com/stats.htm

Basis: 3,885,567,619 Internet users in June 30, 2017

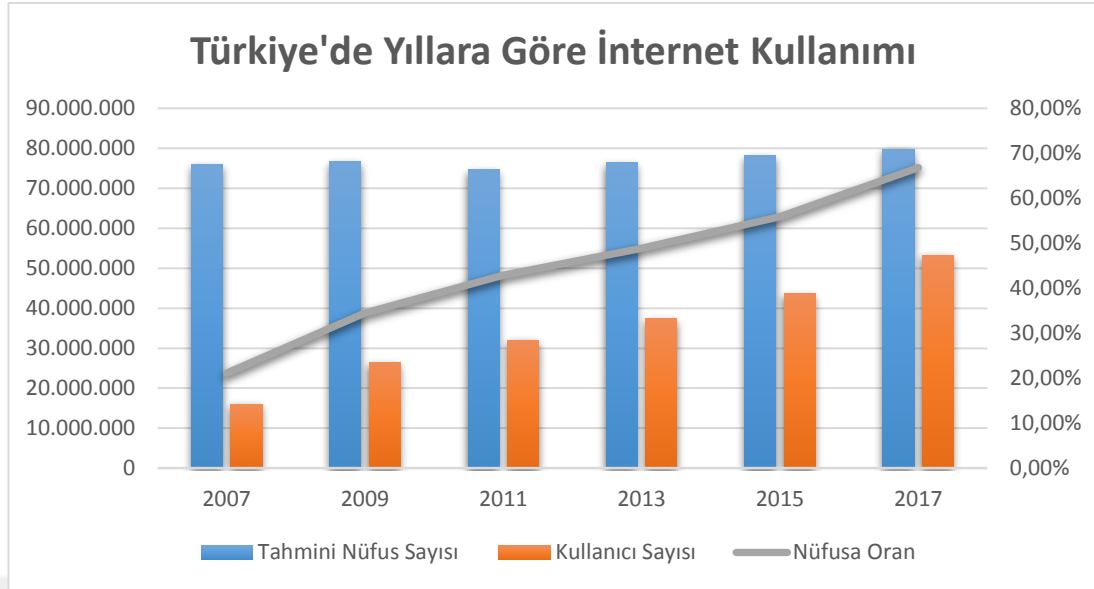
Copyright © 2017, Miniwatts Marketing Group

Grafik 2.1. Dünya Üzerindeki İnternet Kullanıcılarının Bölgelere Göre Dağılımı

WORLD INTERNET USAGE AND POPULATION STATISTICS JUNE 30, 2017 - Update						
World Regions	Population (2017 Est.)	Population % of World	Internet Users 30 June 2017	Penetration Rate (% Pop.)	Growth 2000-2017	Internet Users %
Africa	1,246,504,865	16.6 %	388,376,491	31.2 %	8,503.1%	10.0 %
Asia	4,148,177,672	55.2 %	1,938,075,631	46.7 %	1,595.5%	49.7 %
Europe	822,710,362	10.9 %	659,634,487	80.2 %	527.6%	17.0 %
Latin America / Caribbean	647,604,645	8.6 %	404,269,163	62.4 %	2,137.4%	10.4 %
Middle East	250,327,574	3.3 %	146,972,123	58.7 %	4,374.3%	3.8 %
North America	363,224,006	4.8 %	320,059,368	88.1 %	196.1%	8.2 %
Oceania / Australia	40,479,846	0.5 %	28,180,356	69.6 %	269.8%	0.7 %
WORLD TOTAL	7,519,028,970	100.0 %	3,885,567,619	51.7 %	976.4%	100.0 %

Grafik 2.2. Dünya İnternet Kullanımı ve Nüfus İstatistikleri

İnternet World Stats (IWS-İnternet Dünya İstatistikleri) 2017 verilerine göre, grafik 1 ve grafik 2'yi dikkate alarak dünya üzerindeki toplam internet kullanıcılarının bölgelere göre dağılıma baktığımızda; %49.7 oranında toplam 1,938,075,631 internet kullanıcısıyla, bölgelere göre en çok internet kullanım yüzdesinin Asya kıtasında olduğunu gözlemliyoruz. Buna karşılık olarak en az internet kullanım dağılımına bakacak olursak, bölgeler içerisinde %0.7 oranında toplamda 28,180,356 internet kullanıcısıyla, Okyanusya kıtasının en düşük orana sahip olduğunu gözlemliyoruz. Ülke bazında nüfus oranlarına göre internet kullanıcı sayılarına baktığımızda, dünya üzerinde nüfusunun %100'ü interneti kullanan İzlanda, ülkeler bazında en yüksek oranda internet kullanıcı sayısına sahip olan ülke konumundadır. Diğer taraftan nüfusunun % 0,1'i internet kullanan Kuzey Kore, ülkeler bazından en düşük oranda internet kullanıcı sayısına sahip olan ülke konumundadır.



Grafik 2.3. Türkiye’de yıllara göre internet kullanımı

Türkiye’de internet kullanımına baktığımızda 2007 yılında nüfusun %21.1’i internet kullanırken, 2017 yılına geldiğimizde büyük bir artışla nüfusun %66.8’inin internet kullandığını gözlemliyoruz. İnternet kullanımının kullanıcı sayısına göre, nüfusa oranına baktığımızda yıllar içerisinde düzenli bir şekilde artış gösterdiğini gözlemliyoruz (TÜİK, 2017).

2.3. İnternet Bağımlılığı Nedir?

İnternetin küresel bir ağ olmasının yanı sıra internetin bilgisayar teknolojisinden aktif bir şekilde yararlanması ve gelişen son teknolojilerin bilgisayar ve internet odaklı olması sebebiyle, internetin sunduğu hizmetler de artış meydana gelmiştir (Kalkan ve Kaygusuz, 2013). Bu teknolojik gelişmeler ayrıca insan hayatının internetle olan bağlantılı kısımlarında, insanların erişim hızlarını artırmıştır dolayısıyla kullanıcı sayısında da bir artış görülmüştür. Günlük yaşamda sosyal bağlantıların kurulması zor iken internet üzerinden kolaylıkla kurulabilmesi, yabancı kişilerle olan ilişkilerin daha az riskli olması, kişilerin kısıtlama yaşamadan duygu ve düşüncelerini aktarabiliyor olmaları dahası internete hızlı ve ucuz erişim sağlanması kullanıcı sayısında yaşanan artışın sebepleri olarak gösterilebilir. (Yılmaz, 2010).

İnternetin günümüzde öngörülenden çok daha hızlı yayılmış olması dikkatleri çekmiş ve incelenmiştir. Kullanan kişiye karşı olan etkilerine bakıldığında psikoloji

literatüründe kendisine yer bulmuştur. İnternet bireylerin gereksinimlerini karşılayabilen bir araç olmasının yanında bireyler üzerinde bağımlılık yapıcı etkiye de sahiptir. Kullanıcıların internet de harcadıkları zamanın artmasıyla beraber özel kullanım şekilleri ortaya çıkmış ve kullanıcılar şahsi ihtiyaçlarına göre kendi internet kullanımlarını şekillendirmişlerdir. Kullanıcılar arasında bazıları internet kullanımını ihtiyaçlarına göre sınırlayabiliyorken, diğer taraftan bazı kullanıcılar ise bunu başaramamaktadır. Kullanımın sınırlandırılmamasının sonucu olarak; kişilerin özel ve sosyal yaşamlarında kayıplar meydana gelir aynı zamanda davranış örüntüleri zarar görebilir. Bu tür kontrolsüz, zarar verici internet kullanımları “aşırı” olarak nitelendirilmiştir (Gönül,2002).

İnternet bağımlılığı genel anlamıyla; internetin kullanımının sınırlandırılmaması ve aşırı kullanılması dolayısıyla, kullanıcının interneti kullanım isteğini önlememesi ve akabinde çevrimiçi olmadığı zamanlarda ciddi bir yoksunluk yaşamasıdır. Bunun sonucu olarak da bireyin, özel hayatı ve sosyal hayatında sorunlar yaşamasına neden olabilecek kadar sinirli, saldırgan davranışlar sergilemesi olarak tanımlanabilir (Young, 2004; Köse ve diğerleri, 2012).

İnternet bağımlılığı kavramı ilk olarak Goldberg tarafından ortaya atılmıştır. Amerikan Psikiyatri Birliği (APA) tarafından yayınlanan Dsm olarak kısaltılmış olan “Mental Bozuklukların Tanısal ve İstatiksel Kitabı”nın karmaşıklığını göstermek amacıyla Goldberg, “İnternet Bağımlılığı Bozukluğu” adıyla yeni bir kavram geliştirerek DSM-IV’ de yer alan madde bağımlılığı kriterlerini internet için uyarlayarak bu bozukluğun tanı kriterlerini oluşturmuş ve kendi web sitesinde yayımlamıştır. Goldberg tarafından bu şekilde ortaya atılan internet bağımlılığı kavramı daha sonra bilimsel alana taşınmıştır (Cömert, 2010).

Başlangıçta internet bağımlılığı tanımı oluşturulurken, aşırı kumar alışkanlığı ölçütleri internet bağımlılığına uyarlanarak tanı ölçütleri belirlenmiştir. Daha sonra birçok psikolog, internet bağımlılığının kumar alışkanlığı gibi dürtü kontrol bozukluğu niteliği taşıdığı düşüncesinden yola çıkarak, madde kullanımını farklı bir özellikte tanımlamıştır. Ancak kumar oynama bağımlılığını ifade eden ölçütler internet bağımlılığını tanımlamada cılız kaldığından ötürü değiştirilmiştir. Goldberg 1995 yılında, internet bağımlılığını nitelemek adına 7 madde içeren “İnternet Kullanım Bozukluğu Tanı

Ölçütleri Ölçeğini” geliştirmiştir. Young ise Goldberg’den farklı olarak 1999 yılında, internet bağımlılığını nitelendirmek adına sekiz kriterden oluşan kriterler belirlemiştir (Odabaşoğlu ve diğerleri, 2007). Young’un belirlediği bu ölçütlerinden dört maddeden daha fazlasına ‘’evet’’ cevabını veren kullanıcıların internet bağımlısı olma riski taşıdığı düşünülmüştür. Bu ölçütler:

1. İnternetle meşgul olma
2. Artan çevrimiçi zaman ihtiyacı
3. Yinelenen internet kullanımını azaltma veya tamamen sonlandırma denemeleri
4. İnternet kullanımını azaltmaya çalışırken vazgeçme
5. Zaman yönetimi konuları
6. Çevresel kaygı
7. Çevrimiçi harcanan zaman aldatmacası
8. İnternet kullanımı vasıtasıyla ruh hali değişimi’ dir (Cömert, 2010).

Tüm bu ölçütlere ek olarak, internet kullanım süresi, internet bağımlılığını tespit edebilmek adına belirleyici bir tanı ölçütüdür. Bu ölçüte göre gündelik olarak ortalama 2 ila 3 saat arasında internet kullananlar kişiler, internet bağımlısı olarak tanımlanabilir. Yapılan araştırmalar ışığında, internet kullanım süresinin önem arz etmediği bunun yerine internette harcanan zamanın, günlük yaşamı nasıl etkilediğini temel alan ölçekler oluşturulmuştur (Balta ve Horzum, 2008). İnternet bağımlısı olan kişiler, internette daha çok vakit harcayabilmek adına toplumsal hayattan kendilerini soyutlayarak, sorumluluklarını ve görevlerini yerine getirmekten kaçabilmektedir. Dolayısıyla da bireyde bağımlılığın oluşması ve bireyin sosyallikten uzaklaşması arasında meydana gelen ilişki, dikkat çekecek kadar önemlidir (Çöpür ve diğerleri, 1995).

İnternet bağımlılığı, internetle alakalı yüksek oranda zihinsel meşguliyetin olması, doyum sağlamak adına git gide artan oranda internet kullanımı, internette beklenilenden daha çok vakit geçirmek, internet dışında geçirilen vaktin anlamsız bulunması olarak tanımlanabilir. Yüksek oranda internet kullanımının ise iş, aile ve sosyal yaşam içerisinde olumsuz etkilere sebebiyet verebileceği belirtilmektedir (Arısoy, 2009).

Bağımlılıklarda bir maddeye karşı geliştirilen bağ önem arz etmektedir. İnternet bağımlılığına sebebiyet veren çoğu etkenden, keyif veren unsurdan bahsedilebilir. İnternet kullanımında ki keyif veren unsurlara baktığımızda öncelikli olarak; oyun,

kumar, pornografi, sohbet gibi durumlar karşımıza çıkmaktadır. İnternet bağımlılığına sebebiyet verebilecek maddeler ise; çevrimiçi seks, çevrimiçi oyunlar, çevrimiçi kumar, çevrimiçi borsa, çevrimiçi alışveriş olarak belirlenmiştir (Günüç, 2009). Belirlenen bağımlılığa sebep olan maddeler dışında da kişiye özgü bağımlılık maddeleri de ortaya çıkabilmektedir (Gönül, 2002).

Özetle internet, bugün olduğu gibi yarında bilgiye erişime olanak sağlayacak bir ortamdır. İnternet, günlük yaşamda karşılaşılan bütün sorunlara ve gereksinim beklentilerine göre şekillenmesiyle hayatın içine çokça girmiş ve insanlığın vazgeçemeyeceği bir parçası olmayı başarmıştır. Kendine ait oluşturduğu kültürü, dili ve kuralları olan bir yapıya kavuşan internet, kendi potansiyelini oluşturan bambaşka bir alan olmaya başlamıştır. Başka bir ifade ile internet, bireylerin yaşantısında basitçe göz ardı edemeyecekleri alternatif bir yaşam alanı olmuştur. Oluşan bu alternatif yaşama alanı, bireylerin hayatında çok büyük değişimlere de sebebiyet vermektedir. İnternet kullanıcıların bütün yaşamları etkilenmekte ve değişmektedir. İnternetin, kullanıcıları üzerinde etkilediği ve değiştirdiği alanlar arasında; duygu, düşünce, değer yargıları, iletişim becerileri başta gelmektedir. Güncel olarak psikolojik rahatsızlık adı altında tanımlanan internet bağımlılığının, kullanıcılarına sağlamış olduğu çeşitli alanlardaki kolaylıklar göz ardı edilip internetin bilinçli kullanılmaması durumunda, bağımlılığın ilerleyen yıllarda çok daha korkunç boyutlara varabileceği öngörülmektedir (Kalkan ve Kaygusuz, 2013).

2.3.1. İnternet Bağımlılığı Belirtileri Nelerdir?

İnternet bağımlılık düzeylerinin ölçümleriyle alakalı olarak, kişiye internet bağımlılığı teşhisi koymak adına farklı ölçüm şekilleri ve yaklaşımları mevcuttur. Örneğin; Young (1996) internet bağımlılığını geliştirdiği özel bir test aracılığıyla tanımlamaktadır. Cengizhan (2005) ise, bağımlılığı ifade eden maddelerden oluşan ölçek aracılığı ile ölçmeyi tercih etmiştir.

Cengizhan (2005), internet bağımlılığını teşhis etmek adına uzmanların belirlemiş oldukları bazı davranış ve durumları aşağıdaki gibi sıralamıştır:

- Düzenli olarak -zamanın farkında olmayacak şekilde- aşırı internet kullanımı, sorulduğunda ise inkâr etmek

- Diğer kullanıcılara sosyal medya hesaplarını veya e posta adreslerinin ulaşım adreslerini vermeye çalışmak
- İnternet dışı aktivitelere ilginin azalarak kaybolması tehlikesi
- Yakınları tarafından doğru anlaşılama kaygısı
- Spor aktivitelerinden uzaklaşma
- İş verimliliğinin azalması
- Sürekli uykusuz ve yorgunluk hali
- Alışverişlerin internet aracılığıyla yapılması
- Aile fertleriyle yeterli şekilde beraber zaman geçirememesi sebebiyle
- Gündelik yaşamdaki diğer iş ve kişilerin, sanal dünyadaki çevrimiçi yaşama engel olduğu düşüncesi.

Cengizhan internet bağımlılığını teşhis etmek için belirledikleri bazı davranış ve tutumları sıralarken, Ögel bağımlılık belirtilerini başlıklar halinde toplamıştır. Ögel (2012)' in bağımlılık belirtileri başlıkları ve açıklamaları şu şekildedir;

1. Tolerans Gelişimi: İnternet bağımlıları, internete belli bir süreliğine bağlanma amacı gütseler de kısa bir zaman içerisinde bu süreyi arttırmaya çalışırlar. Çünkü istedikleri tatmini elde etmek için daha fazla süreye ihtiyaç duyarlar. Böylece giderek internette harcanan zaman artar.

2. Yoksunluk: Bağımlılık yapan herhangi bir madde kullanıldıktan sonra bırakıldığında, yoksunluk belirtileri baş gösterir. Bağımlılığın şiddetine göre değişkenlik gösteren belirtiler, bağımlıda sıkıntıya neden olurlar.

3. Başarısız Bırakma Girişimleri: Bağımlı olan kullanıcı tekrar tekrar internet kullanımını kesmeye çalışsa da bunda başarılı olamaz. Bırakır, yeniden başlar. Tam olarak uzaklaşmadığından bir kısır döngü içerisine girmiş olur.

4. Zarar görmesine rağmen kullanmaya devam etme: İnternet bağımlısı olan birey toplumdan uzaklaşır. Bunun neticesinde ailesi, arkadaşlarıyla olan ilişkileri zarar görür. Okul, iş başarısı düşer. Ancak tüm bunlara rağmen bazı bahanelerin arkasına sığınarak kullanıma devam eder.

5. Tasarladığından fazla kullanmak, kontrol edememek: Kişi kullanacağı süreyi kendisi belirleyememeye başladığında internet kullanımını üzerinde ki kontrolünü kaybetmiş demektir. Başka bir deyişle kullandığı internet kontrolü ele geçirmiştir.

6. Sorumluklarını ve Yükümlülüklerini yerine getirememe: İnternet bağımlısı bireyler yapmak zorunda oldukları eylemleri unutmaktadır veya istemli veya istemsiz bir şekilde ertelemektedirler. Temel sorumluluklarını, internet kullanımıyla aralarında bir engel olarak görmektedirler. Bu yüzden tercih önceliklerini internet kullanımı olmaktadır.

7. Zaman harcama: İnternet bağımlılığı ve internet kullanım süresi arasında doğru orantılı bir ilişki vardır. Bireylerin internette harcadıkları süre arttıkça bireyde bağımlılığın oluşması veya bağımlılık düzeylerinin ilerlemesi ihtimali artmaktadır. Bağımlının böylece zaman algısında bozulmalar meydana gelebilir.

2.3.2. İnternet Bağımlılığı Nedenleri Nelerdir?

İnternet kullanımını ele aldığımızda, kullanıcıyı internet kullanmaya sevk eden veya internet ile bir araya getiren sebepler, bağımlılığın ortaya çıkması ve teşhis edilebilmesi sürecinde önemli unsurlardır. Kullanıcının teknolojiye olan yatkınlığı veya teknolojiden yararlanabilmek amacıyla internet kullanımı, daha az bağımlılık yapıcı etki taşır. Diğer taraftan yaşadığı sosyolojik veya psikolojik sorunlardan kaçmak amaçlı internet kullanımı ise bağımlılık riskini çok daha fazla bir olasılığa dönüştürmektedir. Bunların yanı sıra çeşitli sebeplerden dolayı da internet kullanımı bağımlılığı artabilmektedir. Örnek olarak kişinin problemlerini unutma çabası, can sıkıntısını geçirmek istemesi veya yaşamda elde edemediği şeylere internet aracılığıyla ulaşma arzusu verilebilir (Günüç, 2009).

İnternet bağımlılığını ele aldığımızda öncelikli olarak, internet kullanıcılarının ihtiyaçlarını ve internetin bu ihtiyaçlara nasıl karşılık verdiğini bilmek önem arz etmektedir. Bir kullanıcı internet bağımlısı olurken; dolaylı yoldan ve doğrudan sebebiyet verici nedenlerden söz etmek mümkündür. Bu nedenlere bakacak olursak; doğrudan etki edenler; internet kullanım amacı ve internet kullanım süresi iken, dolaylı yoldan etki edenler; psikolojik ve sosyolojik etkenler sebebiyle kişinin internete yönelmesi olarak ele alınabilir (Ögel, 2012).

İnternetin etkileri kişiden kişiye değişiklik gösterebilir. Farklı kişilik özelliklerine sahip bireyler interneti farklı amaçlar için kullanmaktadır. Sosyal açıdan yatkınlığa sahip olan ve olmayan bireyler beş faktör kuramına göre açıklanır. Bu kurama göre

kişilikle ilgili beş boyut vardır. Bu beş boyut; açıklık, sorumluluk, içedönüklük, uyumluluk ve duygusal dengedir. Duygusal dengesi hızla değişenler, uyumlulukla ilgili sorun yaşayanlar ve içedönük özellikte olan gençlerde, yalnızlık duyguları daha kuvvetli bulunmuştur. Bunun yanı sıra gençlerdeki günlük internet kullanımının sorun teşkil etmesi olasıdır. Açıklık ve sorumluluk olarak açıklanan kişilik faktörlerine sahip olan gençlerde ise bu özelliklerin sosyal yaşama daha az etki ettiklerinden, diğer kişilik faktörlerine göre çok daha az etkili olurlar (Derin, 2013).

İnternetin kullanıcıların ruh hallerini değiştirme yetisi de vardır. İnternet bağımlılarının birçoğu, interneti ‘‘Ruh hallerini değiştirme ve kaçmak’’ için kullanırlar. Bu durumda kişilerin interneti bir araç gibi değil, hayatlarındaki sorunlarla baş edebilmek adına psikolojik bir kaçış gibi kullandıkları söylenebilir. Birçok şeyden kaçmak için bağımlılar interneti kullanırlar ve yüzleşmek istemedikleri şeylerden -her ne kadar inkâr etseler de- kaçarlar (Ögel, 2012).

İnternet bağımlılığıyla güçlü bir etkisi olduğu düşünülen temel etmenlerden birisi ‘‘yalnızlık’’ tır. Kişiyi aşırı internet kullanımına iten sebep toplum tarafından yalnız bırakılmasıyla açıklanabileceği gibi, kişinin aşırı internet kullanımı sonucunda toplumdan uzaklaşıp kendisini soyutlayarak yalnız kalması şeklinde ifade edilebilir (Ögel, 2012). Başka bir değişikle, arkadaş yokluğu, internet bağımlılığına götüren bir sebepken, arkadaş varlığı da bu anlamda sosyal bir sebep olabilmektedir (Dinç, 2010). Kişi, çevresinden duyduğu internetin zararlarından veya internet kullanımının olası risklerinden kaçınabilmek amacıyla bir süreliğine internete karşı olumsuz bir tutum gösterebilmektedir. Ancak arkadaş ortamında internet ve internet etkinlikleri ile ilgili konuşmaların geçmesi, kişinin arkadaş ortamlarından dışlanmamak ve bu ortamlarda kabul görmek amacıyla da internete yönelmesi ile sonuçlanabilmektedir. Sigara, içki ve diğer madde bağımlılıklarında olduğu gibi internet bağımlılığında da genç birey internet ile çoğu zaman, arkadaş ortamına uymak veya meraktan dolayı tanışır ve kullanır (Can,2007).

2.3.3. İnternet Bağımlılığının Psikososyal Etkileri

İnternet kullanımı ve psikososyal sağlık arasındaki bağlantı çeşitli araştırmalarda incelenmiştir. Yapılan araştırmalarda genellikle internetin aşırı kullanımının yol açtığı

olumsuz etkilere odaklandığı görülmekle birlikte, internetin sağlıklı kullanımı ve bununla bağlantılı olarak olumlu etkilerine değinen çalışmalar da ilgili alan yazında yer almaktadır. Yapılan bu araştırmalar aşırı internet kullanımının olumsuz sonuçlarla ilişkisini bildirmektedir. Ancak bu araştırmalar bir grup ilgileşim çalışmaları olup aradaki ilişkiyi nedensellik boyutunda açıklamak konusunda yetersiz kalmıştır. Başka bir söylemle, kişiler interneti aşırı kullandıkları için mi yalnızlaşmakta yoksa yalnızlaştıklarından dolayı mı interneti aşırı kullanmaktalar sorusu yanıtız kalmaktadır. İnternet kullanımının sebep olduğu sorunları araştırmaya yönelik olarak yapılan ilk çalışmaların, ağırlıklı olarak internet kullanım süresine odaklandığı görülmektedir. Bu araştırmalar kullanıcıların belli bir zaman diliminde ne kadar süreyle interneti kullandıklarını ölçmeye yönelmiş ve bunun sonucunda kısa süreli internete bağlanmaya karşılık uzun süreli internete bağlanmanın olumsuz etkilerini ortaya koymaya yönelmiştir. Ancak hem internet kullanma süresini belirlemenin zorluğu hem de tek başına internete bağlanma süresinin olumsuz sonuçlardan sorumlu tutulamayacağı nedeniyle araştırmalar yetersiz kalmaktadır. İnternetin etkilerini anlamak bakımından, kullanıcıların interneti ne kadar süreyle kullandıklarından daha çok internete bağlı kaldıkları süre içerisinde o süreyi nasıl değerlendirdikleri veya interneti hangi amaç doğrultusunda kullandıkları önemli görülmektedir (Kalkan ve Kaygusuz, 2013).

Patolojik internet kullanımı ve psikososyal sorunlar ilişkisine dair araştırmaların ortaya koyduğu ortak sonuçlardan bir diğeri ise, internet kullanımının çeşitli olumsuz sonuçlara doğrudan yol açmayıp aracı bir faktör olarak rol oynadığıdır. Davis'in (2001) patolojik internet kullanımına dair kuramına göre; kişilerin var olan psikolojik sorunları ve sahip oldukları uyumsuz bilişler internetin kullanımı ile tamamlandığında patolojik internet kullanımı ortaya çıkmaktadır.

İnternet kullanımının neden olduğu psikososyal sorunları anlamaya çalışırken göz önünde bulundurulması gereken bir diğerkonu, internetin kendisine bağımlı olma ile internetin üzerinden bazı aktivitelere bağımlı olma arasındaki farklılığı gözetme gereğidir. İnternet kullanıcılarına bilgi sağlamanın ötesinde birçok farklı hizmette sunmaktadır. Örneğin; çevrimdışı hayatında kumar bağımlısı olan bir kişinin, internetin sağladığı imkânlarla internette kumar oynamak için vakit geçirmesini o kişinin internete olan bağımlılığı olarak adlandırmamız doğru olmayacaktır. Diğerk yandan bazı kullanıcılar internetin kendisine bağımlıdırlar. İnternette kontrolsüzce çok uzun zaman

geçirirler. İnternet onlar için bir amaca hizmet eden bir araç değildir. Bu gibi kullanıcılar için internet bağımlılığından söz etmek mümkündür (Zheng ve diğerleri, 2010).

İnternet kullanımının psikososyal sorunlara neden olmasının başlıca gerekçesi internetin çok geniş hatta sınırsız içeriğinden kaynaklanmaktadır. Şüphesiz internetin sağlamış olduğu bu uçsuz bucaksız içerik yararlı amaçlar için kullanılabiliriyorsa da, bazı durumlarda veya belli yaş gruplarındaki bireyler, özellikle çocuklar için olumsuz etkilere sebep olabilmektedir. Bireyler üzerinde hatta toplumsal düzeyde olumsuz psikososyal etkilere yol açabilen internet içeriği genellikle, ırkçılık gibi negatif duygu, düşünce ve eylemleri harekete geçiren materyallerle pornografik materyali ve sanal zorbalığı kapsamaktadır (Griffiths, 2004).

Çevrimiçi topluluklar kullanıcılara kimliklerinin değişkenliğini sağlarlar. Sanal ortamda kullanıcılar kendileri ile ilgili özellikleri istedikleri şekilde sunabilmekte, saklayabilmekte ve değiştirebilmektedirler. Kullanıcıların alternatif benliklerini sunma fırsatı buldukları bu ortamda ortaya çıkabilecek olumsuz etkilerden birisi gerçekte gerçek olmayan ayırımının karışmasıdır ki bu durum kimlik oluşumu ile ilgili sorunlar doğurmaktadır (Zheng ve diğerleri, 2010).

2.3.4. İnternet Bağımlılığının Tedavisi

Zaman içerisinde internet bağımlılığı tedavi gerektiren bir ruhsal bozukluk olarak kabul edildi. İnternet bağımlılığı, diğer bütün psikiyatrik rahatsızlıklarda olduğu gibi psikoterapi ve ilaç tedavisinin beraberce kullanılmasıyla tedavi edilebilme olasılığı olan bir rahatsızlıktır. İnternet bağımlılığının temel prensipleri ile genel bağımlılık tedavisinin temel prensipleri arasında çok fark olmamasıyla beraber bağımlılığın ortaya çıkma yaşının internet bağımlılığında, diğer genel bağımlılıklara nazaran kısmen düşük olması ayrıca çocuk ve ergenleri özellikle akademik dönemlerinde etkilemesi açısından tedavinin hızlı ve etkin şekilde yürütülmesi önem arz etmektedir. Tedavi sürecinde aileyle işbirliği içerisinde olmak en az tedavinin kendisi kadar önemlidir. İnternet bağımlılığı konusunda gerekli bilgilendirmelerin ve uyarıların hem aile hem de çocuklara verilmesi de bağımlılığın önlenmesi açısından önemlidir. Birçok vakada anti depresan kullanımı var olan depresyon ve kaygı semptomlarını azaltmakla birlikte tek başına yeterli değildir (Öztürk ve diğerleri, 2007).

Young (1999), internet bağımlılığının bilişsel-davranışçı tedavisinde interneti kullanmaya yasak getirmenin uygun bir çözüm olmadığını çünkü internetin pek çok alanda kullanılmasının gerekli olduğunu ve tedavisinin: Yasak getirmekten ziyade internet kullanımının kontrol altına alınması şeklinde olması gerektiğini dile getirmiştir. Bir başka deyişle, bireyi internet bağımlısı yapan: Bireyin interneti belirli amaçlar doğrultusunda kontrollü olarak fazla kullanması değil, kontrolsüz olarak internet başında harcadığı zamanın fazlalığıdır.

2.4. Spor Nedir

Spor sözcüğü Latince ‘‘Deportare’’ ve geç latince ‘‘Disportare’’ fiilinden türemiştir. ‘‘De’’ ön takısı ‘‘hakkında, üzerine’’ anlamına gelmektedir. ‘‘Portare’’ fiili ise taşımak anlamındadır. Ön takı fiille beraber kullanıldığında harekete işaret eder. Eski Fransızca da ‘‘disportare’’ eğlenme amacıyla bir etkinliğe katılma anlamına gelir. Her iki fiilin anlamlarını birleştğinde sporla ilgili şu olası sonuç çıkmaktadır: Spor, beden dış hareketini sağlayan organlarının olağan durumlarının dışına çıkıp, insanın kendisini ve bir başkasını eğlendirmek amacıyla hareket ederek aldığı değişik durumlardır (Demirci,2006).

Sporun insan organizmasını önemli ölçüde etkilediği herkes tarafından bilinmektedir (Ozan, 2013). Spor; fizik kondisyonu iyileştirmeyi amaçlayan, oyun, yarışma ve mücadele anlayışıyla yapılan fiziksel etkinlikler bütünüdür. Bireysel veya kolektif oyunlar biçiminde gerçekleştirilen ve genellikle bir yarışmaya yol açan, kesin kurallara göre uygulanan ve ani bir yarar beklenmeden yapılan beden hareketlerinin tümü olarak da tanımlanabilmektedir (Büyük Larousse, 1986).

Modern olimpiyatların kurucu olan Pierre de Coubertin sporu ‘‘İlerleme isteğine dayanan ve tehlikeyi göze almaya kadar giden, istekle seçilmiş ve alışkanlık haline getirilmiş yoğun kas çabasına tapma’’ olarak tanımlamaktadır (Gillet, 1975). Coubertin’in tanımında, kas gücüne tapınılması söz konusudur. Kas gücünün, başarı sağlamada oldukça etkili olduğu spor dallarında (yüzme, güreş, futbol, atletizm vb.) seyirciler, bu sporu yapan sporculara tapma derecesine varan bir hayranlıkla oyunu izlemektedirler (Dever, 2008).

Fişek'e göre sporun, spor olabilmesi adına bireyin yaptığı aktivitelerin, kendisini korumak için yapmaması gerekmektedir. Bu noktada diyebiliriz ki kendini savunmak içgüdüleriyle yapılmış olan faaliyetler spor olamazlar. İnsanın spor yapabilmesi için spor yapabilecek zamanının olması gerekmektedir. Bunun yanında sporu bilinçli ve isteyerek yapması da önem arz eder (Fişek, 2003).

Spor, zihinsel ve fiziksel aktivitenin yanı sıra sosyal çevre açısından da oldukça önemlidir. Kişiler spor yolu ile çevresini daha iyi tanır, iletişimde bulunurlar ve kendilerine olan öz güvenlerini arttırlar. Daha fazla karizmatik bir yapı elde ederek toplum içerisindeki yerini güçlendirirler. Psikolojik açıdan bakıldığında ise kişiler, kendi kendini kontrol edebilmeyi, soğukkanlı kalabilmeyi, iradesine söz geçirebilmeyi ve başarıya güdülenme gibi birçok pozitif davranış kazanırlar. Özellikle çocuk ve genç yaşta spor yapılmıyor ise kişinin sağlıklı bir gelişim dönemi geçirme olasılığı çok azdır (Sevim,2002).

Spor uygulamaları insanlara ortak bir aktivite yapma fırsatı vermektedir. İnsanlar beraber ortak bir aktivite içerisindeyken; yarışma ve çalışma disiplini ile mücadele azmi kazanırlar. İnsanlar spor sayesinde diğer insanlarla sağlıklı ilişkiler kurabilme, başarı ve başarısızlığı kabullenebilme, başkalarının düşüncelerine saygı duyma gibi kazanımlar da elde ederler (Şahan, 2008). Ayrıca toplumların refah ve kültür düzeylerinin bir göstergesi olarak anlam kazanan spor, sosyal ve kültürel hayatta giderek önemli olmaktadır (İmamoğlu, 1992).

2.4.1. Sporun Tarihsel Gelişimi

Spor insanlık tarihiyle iç içedir. İnsanlık tarihiyle eş olduğunu kabul ettiğimiz sporun ortaya çıkışına bakacak olursak; ilk sporların, aynı zamanda insanlık tarihinin ilk devletleri olan eski Mısır ve Babil de bundan 5-6 bin yıl önce, bir tür beceri yarıştırmaya oyunu olarak ortaya çıktıklarını görmekteyiz (Fişek, 1985).

Tarihte ortaya çıkan ilk spor dallarının savunma ve saldırı amaçlı olduğu düşünülmektedir. Çünkü ilkelerin hayatta kalabilmeleri gerekmektedir ki spor aktivitelerinde bulunabilsinler. Bu sebeple ilkel toplumlarda spor ve saldırı, savunma temelli aktiviteleri birbirinden ayırmamız mümkün olmaz. Bunun temelinde ise sportif

faaliyetler olarak adlandırılan savunma ve saldırı gibi aktivitelerin gündelik hayatla iç içe olması, gündelik hayattan sökülüp atılmaması yer almaktadır (Dever, 2010).

Fişek'e göre: "Tarihteki ilk sporlar, ister araçlı, ister araçsız yapılsın, savunma ve saldırı kökenli olanlardır". Bir başka deyişle, insanın doğayla girdiği ölüm kalım savaşının zorunlu bedensel eylemlerinden kaynaklanmaktadır (Fişek, 2003). Ancak bu aktivitelerin sadece savunma ve saldırı amaçlı yapılmış olması, bu eylemlerin spor olduğu anlamına gelmemelidir. Çünkü ilkeller spor yapmış olduklarının farkında değildiler. Yalnızca hayatlarını idame ettirmeye çalışıyorlardı.

Günümüz sporlarının olmazsa olmazı olan spor kurallarına bu dönemde denk gelemememiz, bu eylemlerin spor olup olmadığı sorusunu karşımıza çıkarmaktadır. Cevap olarak, yapılan aktiviteler tam bir sportif aktivite olmamakla beraber, günümüz sporlarının ilk tohumlarının atılmasını sağlayan "spora başlangıç" aktiviteleridir, diyebiliriz (Dever, 2010).

Tarihte bir başka spor türü, kural olarak araçla yapılan ve temelde insanın doğayla girdiği savaşının taşıma ve ulaştırma gereksinimlerini yansıtan bedensel eylemlerdir. Tunç çağı kökenli savunma ve saldırı sporlarından bir-iki bin yıl gecikmeyle tarih sahnesine çıkan bu sporları, bir bakıma demir çağının bedensel eylemleri sayabiliriz. Söz gelimi, biniciliğin kökenleri, insanların atları evcilleştirmesine kadar gitmektedir. Tarihin ilk kürekçileri, yelken öncesi dönemde savaş gemilerinde kürek çeken kölelerdir. Boş zaman yelkenciliğinin ilk gerçekleştirme biçimleri de Mısır ve Eski Akdeniz uygarlıklarında dinlenme yeri olarak kullanılan yatlardır (Fişek, 2003).

Taşıma-ulaştırma kökenli sporları demir çağının aktiviteleridir. Tarihte sporun yapılış amaçlarından bir diğeri insanların taşıma ulaştırma gereksinimlerini karşılamaları adına spor yapmalarıdır. Demir çağında daha çok ulaştırma-taşıma kökenli olan binicilik, yelken, kürek, kızak, kayak gibi sporlar karşımıza çıkmaktadır (Öztürk, 1998).

Eski Anadolu halk kültürlerinden Etiler, tanrıları şerefine ibadetle idman arası yarışmalar düzenlemişlerdir. Boğazköy'de bulunan ve M.Ö. 13-14. yüzyıla ait bir Eti tabletindeki bir ritüelde rahipler arasında koşu yapıldığı görülürken bazı hukuk metinlerinde ise murassa (çekilmiş, sıkıştırılmış) yaylardan bahsedilmektedir (Saltuk,1995).

Günümüz spor anlayışında olan aktivitelerden en eskilerinden bir tanesine Çin Uygarlığında rastlamaktayız. Çin Uygarlığı, fiziksel çalışmalara oldukça önem vermiş ve fiziksel çalışmaları yaşamları içerisinde kullanan ilk uygarlık olarak görülmektedir. Bu çalışmaların başlıca olanı, M.Ö 2700 yıllarında dinsel bir amaçla ortaya çıkartılan bol ayrıntılı bir beden eğitimi yöntemidir: Kung-fu. Savunma sanatı olarak adlandırılan Kung-fu, hem beden eğitimi hem de saldırı sporudur. Fakat temelindeyse dinsel öğreti amacının olduğu görülmektedir (Gillet, 1975).

Sporun modern toplumdan önce en belirgin olarak ortaya çıktığı yer ise Yunanistan'dır. Eski Yunan'da kişiyi mükemmele yönelten eğitim metotları kafa ve bedenin özen ve ciddiyetle eğitilmesini öngörüyordu. Zihinsel gelişimin yanı sıra sportif yarışmalara katılarak kazanılan fiziksel yeterlilik, kişinin sağlıklı bir yapıya kavuşabilmesi ve kültürünü geliştirmesi adına bir koşul oluşturuyordu. Bu sebeple Yunanlılar aklın gelişimi için "Lykeion ve Akademos" ları, fiziksel gelişim içinse "Gymnasion, paleistra ve stadion" ları kurmuşlardır. Atlet sözcüğü ilk defa Eski Yunan'da Homeros tarafından epik eserlerinde kullanılmıştır (Sarıalp, 2001).

Eski Yunanda en iyi sporcuyu bulmak adına belirli süreler içerisinde ve belirli kurallar çerçevesinde oyunlar düzenlenirdi. Eski Yunan'ın spor tarihine en büyük katkısı olan bu spor oyunları organizasyonu yani olimpiyatlar; siteler arasındaki rekabetten beslenerek, ölümlerin ruhlarının dirildiğine inandıkları 8 yılda (sonra 4 yıla düşürülür) bir yarışma halinde yapılmaktaydı. Olimpiyat oyunlarının resmen gerçekleştirildiği tarih olarak M.Ö. 776 tarihi kabul edilmektedir. Olimpia bölgesinde Zeus'u anma törenleri içinde, ayrıca spor şenlikleri düzenlemeyi ve bu şenlikler esnasında tanrı barışının kurulmasına hiçbir şekilde savaşılmamasına karar vermişlerdir. Bu anlaşmalarını ise bir disk üzerine kazıyarak ölümsüzleştirmişlerdir (Tükenmez, 2009).

Roma'da spor etkinlikleri, hipodromlarda, anfityatrolarda ve çarşılarda; sirkler ve gladyatörler yarışı şeklinde düzenlenirdi. Atlı araba ile oynanan ve adına "Şariyot" denilen etkinlik, Antik Roma'da en popüler oyundu. Refah düzeyi yüksek Romalılar kölelerinin birer Şariyot oyuncusu olması için yarış halindeydiler. İzleyiciler oyunlara büyük ilgi gösterirdi. Tribünlerde herhangi bir taşkınlık söz konusu olduğunda kralları onlara ekmek ve meyve, bazı durumlarda bedava piyango bileti bile dağıtırdı. Bu da şans oyunları ile sporun ilişkisinin ne denli eski olduğunu göstermektedir. Şariyot oyunlarına zamanla boks maçları, atletik oyunlar, ayı ve boğa güreşleri eklendi. Diğer bir

oyun da kadınların ve erkeklerin katıldığı aslanlarla, kaplanlarla veya panterlerle yapılan öldürücü mücadeleydi. En popüler olanı ise silahlarla donatılmış gladyatörlerin birbirleriyle öldüresiye dövüşmeleri idi (Tükenmez, 2009).

Türkler de diğer topluluklar gibi sporu sosyal, psikolojik, oyunlar, eğlenceler ve kültürlerin bir parçası olarak yapmaktaydılar. Spor; at, savaş, sefer, eğlence, yarışma ve oyunlarda kullanılan bir araç olmuş ve düğün gibi eğlencelerde cirit oyunları oynanmıştır. Spor ile eğitim faaliyetlerini birleştiren askerler, antrenmanlarla savaşa hazırlanmışlardır. Osmanlılar da spor, savaş eğitimi amacıyla yapılmıştır. Askeri kurumlarda beden eğitimi ve spor, acemi oğlan ve cambazhanelerde askeri talim olarak yapılmıştır. “Osmanlı devletinde spor tekkeleri açılmış ve bu tekkeler kişi ve toplumun çıkarlarının eşit olduğunu kabul etmiş, mensuplarını koruyarak bir sosyal güvenlik vazifesi görmüştür” (Mengütay, 1997).

Rönesans dönemine kadar yapılan sporlar içerisinde din etkisini görmek mümkündür. Rönesans’la birlikte spor bütünüyle din dışı bir etkinlik haline gelmiştir (Saltuk, 1995). Rönesans döneminde spor konusunda kaydedilen en önemli gelişme sporun ve oyunların tüm yarışmacılara açık olması gerekliliğidir. Rönesans boyunca kadınlar, önceki dönemlere göre belirgin bir şekilde spor etkinliklerine katılmaya başlamışlardır. Rönesans ile beraber insanlar yeni spor kulüpleri oluşturmuşlar ve diğer gruplarla yarışlar yapmaya başlamışlardır. Ancak liglerin ve standart kuralların ortaya çıkması, uluslararası spor etkinliklerinin organizasyonu ve sporun kurumsallaşması, oyundan mesleğe dönüşmesi sanayi devrimi ile gerçekleşmiştir (Tükenmez, 2009).

İnsanoğlu sanayi devriminin etkisiyle birlikte modern sporlarda kusursuzluğu aramaya başlamıştır. Başlangıç noktasından günümüze ulaşana kadar çeşitli değişimlere maruz kalmış olsa da spor; günümüzde estetik anlayışa sahip, insanları bir amaç ve gaye etrafında toplayabilen, birlik ve beraberliği sağlayan küresel bir etkinliktir. Modernleşen dünyanın etkisi altında kalan spor; başlıca iletişim araçlarından yararlanılarak, pazarlanabilen bir mal haline getirilmiştir. Dolayısıyla sporcular ve spor destekçileri spora başarı endeksli, maddi kazanç unsuru olarak bakmaya başlamışlardır.

2.4.2. Sporun Yararları

2.4.2.1. Fizyolojik Yararları

Sporun bilinen en eski özelliği fiziksel gelişimdir. İlkçağlarda insanın hayatta kalmak için yaptığı ilkel bedensel faaliyetlerin genelini onu güçlü tutma amacına yönelik olduğu bilinmektedir. Yerleşik topluma geçiş ve boş zamanın ortaya çıkmasından sonra insanlar bedensel faaliyetlerin, fiziksel ve biyolojik yararlarını fark etmişlerdir. Geçmişten günümüze gelinceye kadar insanlar sporun fayda ve yararlarının farkında olmuş ve sportif faaliyetlere yönelmişlerdir. Spor yapan kişilerde meydana gelen bazı fiziksel ve biyolojik değişimlerinden bazılarını şöyle sıralayabiliriz:

- Kişilerin daha enerjik bir organizmaya sahip olmasını sağlar
- Bedensel ve zihinsel yorgunluklara karşı vücut direncini artırır
- Vücut yağ oranını düşürür
- Bedensel işlerde yorulmayı erteler
- İç salgı bezlerinin düzenli çalışmasını sağlar
- Vücutta kılcal damar sayısı artar
- Kalp üzerinde olumlu etkilere yol açar (Özdenk, 2011).

2.4.2.2. Sosyolojik Yararları

Spor bir yaşam biçimidir. Bu yaşam biçimini tamamlayan, etkileyen ve sahip olduğu güçleri bireylerde özelleşen bir bütünlüğü olan spor insan yaşamına yön vermektedir (Kılıcıgil, 1998).

Nitelikli insan gücüne ulaşmanın yolu sağlıklı olmaktan geçer; insanın iradesini güçlendiren beden eğitimi ve spor aynı zamanda insanın kendine güven duymasında ve kişiliğinin oluşmasında da etkin bir rol oynar. Bununla birlikte sosyal ve ekonomik kalkınmanın da temel unsurları arasında yer alır. İnsanların grup çalışmasını kolaylaştırarak, karşılıklı dayanışmayı sağlar (Erkal, 1992).

Ortaöğretim sırasında sosyal bir gruba ait olma ve kimlik bulma arayışının yoğun olduğu gençlerin bu ihtiyaçlarının beden eğitimi ve spor yoluyla yararlı ve sağlıklı bir

şekilde yönlendirilmesi sağlıklı bir toplum oluşturma ve ulusal değerlere bağlı nesiller yetiştirme sürecine katkıda bulunacaktır (İnal, 2003).

2.4.2.3. Psikolojik Yararları

Bedenin, bireyin duygularını ifade kullanılması beden eğitimi ve spor davranışları ile mümkündür. Beden eğitimi ve spor ortamındaki etkileşim, duyguların kontrolü ve boşalımı için uygun imkânlar sağlar. Bunun yanında göstermiş olduğu psikolojik yararlar şöyle sıralanabilir:

- İradeyi kuvvetlendirir, zekâyı geliştirir
- Kişiliği olumlu yönde geliştirir, mücadele ve dayanma gücünü artırır
- Kendini ifade etme ve neleri gerçekleştirebileceğini ispatlama konusunda imkânlar sağlar
- Pozisyonlara ve sürpriz gelişen durumlara uyum sağlayabilme ve anında karar verebilme özelliklerini geliştirir.
- Bireyin duygularını kontrol edebilmesinde katkısı büyüktür
- Sorumluluk duygusunun oluşmasını sağlar
- İnsanın kendini yenilemesine yol açar ve hoşgörü duygularını geliştirir (Özdenk, 2011).

Özetle bireyler günlük yaşantılarının monotonluğundan ve stresinden büyük ölçüde spor sayesinde uzaklaşabilmekte ve spor yaparak kendilerine psikolojik ve sosyal faydalar sağlamaktadırlar. Psikolojik açıdan spor yapan bireylerde spor haz alma ve mutlu etme duygusu yaşatmaktadır. Çağımızın hastalığı olarak adlandırılan stresle başa çıkmada en önemli etken kuşkusuz spor yapmaktır. Bireylerin günlük yaşantıda karşılaştıkları monoton hayat tarzı ve anlayışını spor yolu ile ortadan kaldırmak mümkündür (Akça,2012).

2.4.2.4. Ekonomik Yararları

Sportif aktivitelere katılan insanların, katıldıkları spor dalı gereğince kullanmak ihtiyacı duydukları araç, gereç ve malzemeler vardır. Bazı ekipmanların kullanımı kurallar gereğince yarışmalarda zorunlu tutularak kişinin inisiyatifinden çıkarılmış dolayısıyla sporcular bu ekipmanları almakla yükümlü duruma gelmişlerdir. Kullanılan

bu malzemelerin üretiminde rol oynayan tüm birimlerin spor sanayisi içerisinde ekonomik olarak getirim elde etmeleri, sporun ekonomik yönden katkılarının açık bir göstergesidir (İnal, 2003).

Sportif faaliyetler iç ve dış turizmin hareketlenmesine olanak sağlar ayrıca insanları spora ve sporun yapılacağı bölgeye katkı sağlayacak harcamalara sevk eder. Sportif organizasyonlara katılan sporcuların veya izleyicilerin organizasyonun yapılacağı merkezlere yapacakları seyahatler turizm sektörünün hareketlenmesine sebep olur. Bu hareketlilik sonucunda maddi harcamalarda bulunulması, bölge halkı başta olmak üzere tüm ülke ekonomisini canlandırır bu da sporun ekonomiye olan katkısını ortaya koymaktadır (Akgün, 1989).

2.4.2.5. Kişisel Yararları

Bir milletin geleceğinin en büyük güvencelerinden biri iyi yetişmiş bilinçli ve sorumluluk sahibi bir gençliktir. Gençliğin eğitimi ve toplumla bütünleşmesi adına başarı sağlanması ise, toplumsal hedefler ve kültürel değerleri kazanmaları ile mümkün olacaktır. Gençlerin bilim, kültür ve sanatta olduğu gibi spor konusunda da geliştirilmesi, sahip olduğumuz kültürel miras ve medeniyeti dünyaya tanıtabilmek için büyük bir fırsattır (Atmaca, 2006).

Çocukluk çağında başlayıp sürdürülen sporun kişilik gelişimine katkıları bir hayli fazladır. Daha küçük yaştan itibaren toplumsal bir olguyu üstlenme sorumluluk bilincinin gelişmesi başvuru eğitim yollarının başında spor gelmektedir. Hangi spor dalı için olursa olsun yetenekleri için harcanan çaba düşüncenin gelişmesinde önemli rol oynar. Kişiyi bir amaç uğrunda çaba sarf etmesi bunun için benliğini kullanmasını ve fedakâr olmasını öğretir. Başarıya ulaşmanın tek yolunun çalışmak olduğunu ve başarılar arttıkça çevredeki kişilerin takdirini ve ilgisini kazanacağını öğretilir. Bireysel veya takım halinde yapılan sporlarda kişinin kendine düşen görevi en iyi biçimde yapması, onda sorumluluk, dayanışma, yardım, destek olabilme duygusunu geliştirir. Diğer yandan spor, ergenlik çağında karşılaşılan en önemli sorunlardan biri olan arkadaşlığı, iyi ilişki kurabilme ve samimi olabilme duygularını olumlu yönde geliştiren bir araçtır. Ortak bir amaçla çalışmaya yöneltmiş sevgiye, saygıya dayanan arkadaşlık ilişkileri hem çok sağlam olur

hem de gencin kişilik kazanmasına büyük katkılar sağlar. Gençlikte bu tür arkadaşlık kurmuş kişilerin toplumla ilişkileri daima daha kolay ve iyi olmuştur (Çetin, 1986).

Egzersizle sağlığı korumanın mümkün olduğu bilimsel bir gerçektir. Bütün olumsuzluklara rağmen organizmayı zinde ve sağlıklı tutmak için spor yapma gereksinimi bir zorunluluk olmuştur. Günümüzde spor yarışma amacının dışında kişiler tarafından sağlıklarını koruma arzusu ile yapılmakta ve diğer insanları da spor yapmaya davet etmektedir. Bu davet özellikle gelişmiş ülkelerde yerini bulmakta ve geniş kitleler tarafından kabul edilmektedir (Zorba, 2004).

2.4.2.6. Toplum Açısından Yararları

Sosyal hayata adapte olma sürecinin önemli bir sonucu rol öğrenmektir. Çocuklar kendilerine uygun olan sosyal rolleri öğrenirler, kaçınılmazdır ki tüm insanlar çocukken oyun, spor ve diğer aktivitelerle sosyalleşirler. Bu faaliyetler iyi yurttaş, iyi arkadaş, sorumluluk sahibi komşu, iyi öğrenci birlikte çalışma, ahbablık, liderlik vb. rolleri öğrenmede önemli hazırlık aşamalarıdır. Spora katılmanın bireylerin daha geniş kapsamlı sosyal işlere ve aktivitelere katılmalarını sağlayacak biçimde düşünmelerini kolayca görmek mümkündür (Yetim, 2006).

Gelişmiş dünya ülkelerinde sportif yarışmalar sosyalleşme sürecinin önemli bir aracı olarak kabul edilir. ABD de fikir olarak bu eğilimde olan yetişkinler, oyunlu aktiviteler düzenlemekte ve amaç edinmeyi, beceri geliştirmeyi ve ödül alma başarısının önemini vurgulayan spor programlarına katılması için çocuklarını teşvik etmektedirler. Çocuğun temel gelişiminde oyunun önemi büyüktür. Düzenlenmiş sportif oyunlar yoluyla çocukların hem kendi yaş gurupları ile bir arada olması sağlanır hem de kurallara ve kararlara uyma, yenme ve yenilme duygusunu hazmetme gibi deneyimler kazandırılır (Akt: Dursun, 2017).

Spor, insanlara grup aidiyeti duygusu vererek onları bir araya getirir. Spor bu işlevi birçok şekilde başarabilir. Sporun popülerliği, sosyal sınıf, ırk, cinsiyet ve yaş ayrımı gözetmeyen bir olgu olması, sosyal rollerini daha kolay yerine getirmesini sağlamaktadır. Toplumlar tarafından gözde hale gelen spor, gerilim ve çatışmanın sınırını aşarak insanlar ve toplum arasında iletişimin kurulmasını sağlar (Yetim, 2006).

Toplumunu meydana getiren fertlerin sağlıklı olarak yaşamlarına devam edebilmesi için en güzel hareket olan sporun teknik ve bilimsel metotlarla toplumun her kesiminde yapılması kaçınılmaz olmaktadır. Kişisel olarak güç ve becerilerini ortaya koymak, geliştirmek arzusu ile başlanılan spor; takımının, şehrinin hatta ülkesinin-milletinin becerisi ve başarısı haline gelmektedir (Çetin, 1986).

Spor, sadece sporla ilgilenenlerin değil aynı zamanda spor dünyası dışındaki kişilerin de dikey hareketliliğine olanak sağlar. Örneğin, bir fabrikada işçi olarak çalışan kişi aynı zamanda futbol hakemi olabilir ve hakemlikteki klasmanı yükseldikçe dikey hareketlilik söz konusudur. Yine bir şirket sahibi, tanınmış bir kulübün başkanlığına seçildiğinde dikey hareketlilik elde etmiş olur. Sporun sosyal hareketlilik sağlamada ki etkin rolünü fark eden pek çok insan, uzun vadede ulaşmak istedikleri hedefler için sporu destek olarak kullanmaktadırlar (Öztürk, 1998).

ÜÇÜNCÜ BÖLÜM

3. YÖNTEM

Bu kısımda çalışmaya ait olan, araştırmanın modeli, evren ve örneklem, veri toplama aracı, verilerin nasıl toplandığı ve toplanmış olan verilerin istatistiksel analizleri ile alakalı açıklamalar bulunmaktadır.

3.1. Araştırmanın Modeli

Bu araştırma “Tarama Modeli” olarak tasarlanmıştır. Günümüzde devam etmekte olan ya da geçmişte var olmuş bir durumu olduğu gibi tanımlamayı hedefleyen araştırma modelleri tarama modeli olarak adlandırılmaktadır. Bu modellerde temel hedef, var olan durumu olduğu halde betimleyebilmek olarak ifade edilebilir. Anlaşılacak istenen durumu uygun bir biçimde belirlemek asıl önemli olan noktadır (Karasar, 2010).

3.2. Evren ve Örneklem (Araştırma ve Çalışma Grubu)

Bu araştırmanın evreni 2017/2018 eğitim-öğretim döneminde Atatürk Üniversitesi’nde öğrenim görmekte olan öğrencilerden oluşmaktadır. Araştırmanın örneklemini ise Atatürk Üniversitesi Kazım Karabekir Eğitim Fakültesi’nde farklı bölümlerde eğitim-öğrenim hayatına devam eden ve gönüllü olarak tarama çalışmasına katılan öğrenciler oluşmaktadır.

3.3. Veri Toplama Araçları ve Verilerin Toplanması

Araştırmanın verilerinin elde edilebilmesi gayesiyle “Kişisel Bilgi Formu (KBF)” ile birlikte “İnternet Bağımlılığı Ölçeği (İBÖ)” kullanılmıştır. Uygulama öncesinde katılım sağlayan öğrencilere, ölçeklerle alakalı bilgilendirme sınıf ortamında araştırmacı tarafından yapılmıştır. Öğrencilerin tümünün, cevapları arasında, aynılık esasına bağlı kalınmıştır.

Bireylerin kişisel bilgilerini almak amacıyla kişisel bilgi formu araştırmacı ve danışman tarafından hazırlanmıştır. Bu formda araştırmanın amacına göre, Atatürk Üniversitesi öğrencilerin internet bağımlılık düzeylerine etkili olabileceği düşünülen özelliklerin saptanması hedeflenmiştir.

Araştırma verileri Atatürk Üniversitesi bünyesinde 2017/2018 eğitim öğretim dönemi Kazım Karabekir Eğitim Fakültesi'nde aktif olarak öğrenim gören öğrencilerden toplanmıştır. Araştırmada, Atatürk Üniversitesi bünyesinde öğrenim gören öğrencilerin internet bağımlılık düzeylerini belirlemek için farklı kişisel özelliklerine dair "Kişisel Bilgi Formu" ve internet bağımlılık düzeylerini saptamak amacıyla Hahn ve Jerusalem (2001) tarafından tasarlanmış ve Şahin ile Korkmaz (2011) tarafından Türkçeye uyarlaması yapılmış olan "İnternet Bağımlılığı" ölçeği kullanılmıştır. İnternet bağımlılığı ölçeği 19 maddeden oluşan 5'li likert tipi (1= Hiç Uygun Değil, 2= Biraz Uygun, 3= Uygun, 4= Oldukça Uygun, 5= Tamamen Uygun) bir ölçektir. Bu ölçekten elde edilebilecek olan tavan puan 95, taban puan ise 19'dur. Ölçeğin elde edilen puanlarının yüksek oluşu kişilerin internet bağımlılık seviyelerinin fazla olduğuna işaret etmektedir. Ölçeğin güvenilirliğini hesaplamak üzere veriler üzerinde iç tutarlılık analizleri yapılmıştır. Buna göre faktörlerin iç tutarlılık katsayılarından kontrol kaybı 0,90, aşırı online kalma isteği 0,88 ve sosyal ilişkilerde olumsuzluk 0,92 arasında değerler almış olup bunun yanında ölçeğin geneli için iç tutarlılık katsayısı 0,85 olarak belirlenmiştir (Şahin ve Korkmaz, 2011). Yapmış olduğumuz geçerlilik ve güvenilirlik analizinde ise kontrol kaybı 0,87, aşırı online kalma isteği 0,87 ve sosyal ilişkilerde olumsuzluk 0,91 arasında değerler almakta ve ölçeğin geneli için iç tutarlılık katsayısı ise 0,94 olarak tespit edilmiştir.

3.4. Verilerin Analizi

Araştırmada, ölçekler aracılığı ile elde edilen verilerin analiz edilebilmesi için önce verilerin işlenmesiyle ilgili çalışmalar yapılmıştır. Bunun için öncelikle, Atatürk Üniversitesi bünyesinde ki öğrencilerin doldurduğu ölçekler detaylı bir şekilde kontrol edilmiştir. Eksik veya yanlış doldurulan anketler değerlendirmeye alınmamıştır. Daha sonra araştırmaya uygun olan anketler bilgisayara aktarılıp, verilerin analizinde değerlendirilmeye tabi tutulmuştur. Verilerin analizini yapılırken, SPSS 22.0 paket programı vasıtasıyla veriler bilgisayara aktarılıp, işlenmiştir. Verilerin analiz edilmesinde

tanımlayıcı analiz teknikleri kullanılmıştır. Bunlar; frekans, aritmetik ortalama, standart hata, standart sapma ve yüzdellik dağılımdır. İki farklı bağımsız değişken ile internet bağımlılığı arasındaki ilişkiyi belirlemek için *Independent-Samples T Test* ve ikiden fazla farklı değişken ile internet bağımlılığı arasındaki ilişkiyi belirlemek için *One-Way Anova* testi yapılarak sonuçlar P: 0,05 önem düzeyine göre değerlendirilmiştir.



DÖRDÜNCÜ BÖLÜM

4. BULGULAR ve YORUM

Bu kısımda yapılan araştırma da elde edilen bulgular ve bu bulgulara ait yorumlar yer almaktadır. Tablo; 4.1,4.2,4.3,4.4,4.5,4.6,4.7,4.8,4.9,4.10,4.11,4.12’de demografik özelliklere ait sayı ve yüzde dağılımları ile Tablo 4.13,4.14,4.15,4.16’da spor yapma durumlarına ait sayı ve yüzde dağılımları sunulmuştur. İki farklı değişken ile internet bağımlılığı ölçeği arasındaki ilişkiyi belirlemek için yapılan *Independent-Samples T testi* analiz sonuçları Tablo 4.17,4.18,4.19,4.20,4.21,4.22,4.23’de sunulmuştur. İki'den fazla farklı değişken ile internet bağımlılığı ölçeği arasındaki ilişkiyi belirlemek için yapılan *One-Way Anova testi* analiz sonuçları Tablo 4.24, 4.25, 4.26, 4.27, 4.28, 4.29, 4.30, 4.31, 4.32’de sunulmuştur.

Tablo 4.1.

Araştırmaya Katılan Öğrencilerin Cinsiyet Dağılımları

Cinsiyet	Sayı (N)	Yüzde (%)	Toplam Yüzde (%)
Kadın	849	65,4	65,4
Erkek	449	34,6	100,0
Toplam	1298	100,0	

Araştırma 849 (%65,4) kadın ve 449 (%34,6) erkek olmak üzere toplam 1298 öğrenci üzerinde yapılmıştır.

Tablo 4.2.

Araştırmaya Katılan Öğrencilerin Yaş Dağılımları

Yaş	Sayı (N)	Yüzde (%)	Toplam Yüzde (%)
18 ve altı	81	6,2	6,2
19-21 yaş	817	62,9	69,2
22-24 yaş	304	23,4	92,6
25 ve üzeri	96	7,4	100,0
Toplam	1298	100,0	

Araştırmaya 817 (%62,9) kişi ile çoğunluk olarak 19-21 yaş arası, toplamda 1298 öğrenci katılmıştır. Diğer öğrencilerin dağılımlarına bakıldığında, 18 yaş ve altı 81 (%6,2), 22-24 yaş arası 304 (%23,4) ve 25 yaş ve üzeri 96 (%7,4) öğrenci katılmıştır.

Tablo 4.3.

Araştırmaya Katılan Öğrencilerin Öğrenim Gördükleri Bölümlere Göre Dağılımları

Öğrenim Görülen Bölüm	Sayı (N)	Yüzde(%)	Toplam Yüzde (%)
Türkçe ve Sosyal Bilimler Eğitimi	229	17,6	17,6
Eğitim Bilimleri Bölümü	130	10,0	27,7
Temel Eğitim Bölümü	141	10,9	38,5
Güzel Sanatlar Eğitimi Bölümü	140	10,8	49,3
Beden Eğitimi ve Spor Bölümü	179	13,8	63,1
Matematik ve Fen Bilimleri Eğitimi Bölümü	191	14,7	77,8
Yabancı Diller Eğitimi Bölümü	139	10,7	88,5
Bilgisayar ve Öğretim Teknolojileri Eğitimi Bölümü	76	5,9	94,4
Özel Eğitim Bölümü	73	5,6	100,0
Toplam	1298	100,0	

Araştırmaya, Türkçe ve Sosyal Bilimler Eğitimi Bölümü 229 (%17,6) öğrenci ile en yüksek katılımı gösterirken, en düşük katılım 73 (%5,6) öğrenci ile Özel Eğitim Bölümü tarafından sağlanmıştır. Diğer bölümlerin katılım sayıları incelendiğinde; Matematik ve Fen Bilimleri Eğitimi 191 (%14,7), Beden Eğitimi ve Spor Bölümü 179 (%13,8), Temel Eğitim Bölümü 141 (%10,9), Güzel Sanatlar Eğitimi Bölümü 140 (%10,8), Yabancı Diller Eğitimi Bölümü 139 (%10,7), Eğitim Bilimleri Bölümü 130 (%10,0) ve Bilgisayar ve Öğretim Teknolojileri Eğitimi Bölümü'nden 76 (%5,9) öğrenci katılmıştır.

Tablo 4.4.

Araştırmaya Katılan Öğrencilerin Öğrenim Düzeylerine Göre Dağılımları

Öğrenim Düzeyleri	Sayı (N)	Yüzde (%)	Toplam Yüzde (%)
1.sınıf	326	25,1	25,1
2.sınıf	459	35,4	60,5
3.sınıf	217	16,7	77,2
4.sınıf	296	22,8	100,0
Toplam	1298	100,0	

Araştırmaya 1.sınıftan 326 (%25,1), 2.sınıftan 459 (%35,4), 3.sınıftan 217 (%16,7) ve 4.sınıftan 296 (%22,8) öğrenci katılmıştır.

Tablo 4.5.

Araştırmaya Katılan Öğrencilerin Aile Yapılarına Göre Dağılımları

Aile Yapısı	Sayı (N)	Yüzde (%)	Toplam Yüzde (%)
Çekirdek Aile	912	70,3	70,3
Geniş Aile	316	24,3	94,6
Parçalanmış Aile	70	5,4	100,0
Toplam	1298	100,0	

Araştırmaya katılan öğrencilerden, 912 (%70,3) öğrencinin çekirdek aile yapısına sahip olduğu görülmektedir. Diğer öğrencilerden, 316 (%24,3) öğrencinin geniş aile ve 70 (%5,4) öğrencinin ise parçalanmış aile yapısına sahip oldukları gözlenmiştir.

Tablo 4.6.

Araştırmaya Katılan Öğrencilerin Günlük İnternet Kullanımlarına Göre Dağılımları

Günlük İnternet Kullanımı	Sayı (N)	Yüzde (%)	Toplam Yüzde (%)
1 Saatten Az	131	10,1	10,1
1-3 Saat	489	37,7	47,8
4-6 Saat	460	35,4	83,2
7 Saat ve Üzeri	218	16,8	100,0
Toplam	1298	100,0	

Araştırmaya katılan öğrencilere günlük ne kadar internet kullandıkları sorulduğunda; 131 (%10,1) öğrencinin 1 saatten az, 489 (%37,7) öğrencinin 1-3 saat arası, 460 (%35,4) öğrencinin 4-6 saat arası ve 218 (%16,8) öğrencinin 7 saat ve üzeri günlük internet kullandıklarını ifade ettikleri gözlenmektedir.

Tablo 4.7.

Araştırmaya Katılan Öğrencilerin Sürekli İnternet Bağlantı Durumlarına Göre Dağılımları

Sürekli Kullanılabilecek İnternet Bağlantınız Var Mı?	Sayı (N)	Yüzde (%)	Toplam Yüzde (%)
Evet	1082	83,4	83,4
Hayır	216	16,6	100,0
Toplam	1298	100,0	

Araştırmaya katılan 1082 (%83,4) öğrencinin sürekli kullanabileceği internet bağlantısı olduğu, 216 (%16,6) öğrencinin ise sürekli kullanabileceği internet bağlantısı olmadığı görülmektedir.

Tablo 4.8.

Araştırmaya Katılan Öğrencilerin Sosyal Medya Üyeliklerine Göre Dağılımları

Herhangi Bir Sosyal Medya Üyeliğiniz Var Mı?	Sayı (N)	Yüzde (%)	Toplam Yüzde (%)
Evet	1134	87,4	87,4
Hayır	164	12,6	100,0
Toplam	1298	100,0	

Araştırmaya katılan öğrencilere sorulan: “Herhangi bir sosyal medya üyeliğiniz var mı?” sorusuna, 1134 (%87,4) öğrencinin evet cevabı verdiği, 164 (%12,6) öğrencinin ise hayır cevabı verdiği gözlenmektedir.

Tablo 4.9.

Araştırmaya Katılan Öğrencilerin İnternete Erişim Sağlama Durumlarına Göre Dağılımları

İnternete En Çok Nereden Erişim Sağlıyorsunuz?	Sayı (N)	Yüzde (%)	Toplam Yüzde (%)
Hücrel Veri	642	49,5	49,5
Kablosuz Bağlantı	656	50,5	100,0
Toplam	1298	100,0	

Araştırmaya katılan öğrencilere, internete en çok nereden erişim sağladıkları sorulduğunda; 642 (%49,5) öğrencinin hücresel veri aracılığıyla internete erişim sağladığı, 656 (%50,5) öğrencinin ise kablosuz bağlantı aracılığıyla internete erişim sağladığını ifade ettikleri gözlenmektedir.

Tablo 4.10.

Araştırmaya Katılan Öğrencilerin İnternet Kullanım Amaçlarına Göre Dağılımları

İnterneti Hangi Amaçla Kullanıyorsunuz?	Sayı (N)	Yüzde (%)	Toplam Yüzde (%)
Araştırma-Eğitim	267	20,6	20,6
Eğlence-Boş zaman	307	23,7	44,2
Sosyal medya-İletişim	450	34,7	78,9
Birden Fazla Amaç	274	21,1	100,0
Toplam	1298	100,0	

Araştırmaya katılan öğrencilere sorulan: ‘‘İnterneti hangi amaçla kullanıyorsunuz?’’ sorusuna, 450 (%34,7) öğrencinin sosyal medya-iletişim, 307 (%23,7) öğrencinin eğlence-boş zaman, 267 (%20,6) öğrencinin araştırma-eğitim ve 274 (%21,1) öğrencinin ise birden fazla amaç için internet kullandıklarını ifade ettikleri gözlenmiştir.

Tablo 4.11.

Araştırmaya Katılan Öğrencilerin Ebeveynlerinin İnternet Kullanım Durumlarına Göre Dağılımları

Ebeveynleriniz İnternet Kullanıyorlar Mı?	Sayı (N)	Yüzde (%)	Toplam Yüzde (%)
Evet	833	64,2	64,2
Hayır	465	35,8	100,0
Toplam	1298	100,0	

Araştırmaya katılan öğrencilerden, 833 (%64,2) öğrencinin ebeveynlerinin internet kullandığı, 465 (%35,8) öğrencinin ebeveynlerinin ise internet kullanmadıkları görülmektedir.

Tablo 4.12.

Araştırmaya Katılan Öğrencilerin Ebeveynlerinin İnternet Kullanımlarını Denetlemelerine Göre Dağılımları

Ebeveynleriniz İnternet Kullanımınızı Denetler Mi?	Sayı (N)	Yüzde (%)	Toplam Yüzde (%)
Evet	191	14,7	14,7
Hayır	1107	85,3	100,0
Toplam	1298	100,0	

Araştırmaya katılan öğrenci ebeveynlerinden, 191'i (%14,7) öğrencilerin internet kullanımlarını denetlerken, 1107 (%85,3) ebeveynin ise öğrencilerin internet kullanımlarını denetlemedikleri görülmektedir.

Tablo 4.13.

Araştırmaya Katılan Öğrencilerin Spor Yapma Durumlarına Göre Dağılımları

Spor Yapıyor Musunuz?	Sayı (N)	Yüzde (%)	Toplam Yüzde (%)
Evet	546	42,1	42,1
Hayır	752	57,9	100,0
Toplam	1298	100,0	

Araştırmaya katılan öğrencilerden, 546 (%42,1) öğrencinin spor yaptığı, 752 (%57,9) öğrencinin ise spor yapmadığı gözlenmiştir.

Tablo 4.14.

Araştırmaya Katılan Öğrencilerin Haftalık Spor Yapma Saatlerine Göre Dağılımları

Haftada Kaç Saat Spor Yapıyorsunuz?	Sayı (N)	Yüzde (%)	Toplam Yüzde (%)
1 saat ve altı	187	34,2	34,2
2-3 saat	178	32,6	66,8
3-4 saat	78	14,3	81,1
5 saat ve üzeri	103	18,9	100,0
Toplam	546	100,0	

Araştırmaya katılan spor yapan öğrencilere haftalık kaç saat spor yaptıkları sorulduğunda; 187 (%34,2) kişi 1 saat ve altı, 178 (%32,6) kişi 2-3 saat arası, 78 (%14,3) kişi 3-4 saat arası ve 103 (%18,9) kişi ise 5 saat ve üzeri spor yaptıklarını ifade etmişlerdir.

Tablo 4.15.

Araştırmaya Katılan Öğrencilerin Spor Yapma Türlerine Göre Dağılımları

Ne Tür Spor Yapıyorsunuz?	Sayı (N)	Yüzde (%)	Toplam Yüzde (%)
Bireysel Spor	378	69,2	69,2
Takım Sportu	84	15,4	84,6
Her İkisi de	84	15,4	100,0
Toplam	546	100,0	

Spor yapan 546 öğrenciye ne tür spor yaptıkları sorulduğunda; 378 (%69,2) kişi bireysel spor, 84 (%15,4) kişi takım sporu, 84 (%15,4) kişi ise her iki spor türünü de yaptığını ifade etmiştir.

Tablo 4.16.

Araştırmaya Katılan Öğrencilerin Hangi Amaçla Spor Yaptıklarına Göre Dağılımları

Hangi Amaçla Spor Yapıyorsunuz?	Sayı (N)	Yüzde (%)	Toplam Yüzde (%)
Rekreasyon	195	35,7	35,7
Sağlık	289	52,9	88,6
Ekonomi	62	11,4	100,0
Toplam	546	100,0	

Spor yapan 546 öğrenciye hangi amaç doğrultusunda spor yaptıkları sorulduğunda; 289 (%52,9) kişinin sağlık amaçlı, 195 (%35,7) kişinin rekreasyon amaçlı ve 62 (%11,4) kişinin ise ekonomi amaçlı spor yaptıkları gözlenmektedir.

Tablo 4.17.

Araştırmaya Katılan Öğrencilerin Cinsiyetleri ile İnternet Bağımlılığı Alt Ölçeklerinden Aldıkları Puan Ortalamaları Arasındaki Farka İlişkin t Değerleri

Alt Boyutlar	Değişken	N	X	Ss	t	P
Kontrol Kaybı	Kadın	849	16,9317	6,81442	-,792	,423
	Erkek	449	17,2428	6,56195	-,802	
Aşırı Online Kalma İsteği	Kadın	849	9,6160	4,25441	-2,473	,014*
	Erkek	449	10,2339	4,32973	-2,460	
Sosyal İlişkilerde Olumsuzluk	Kadın	849	14,5324	7,34055	-2,675	,007*
	Erkek	449	15,6748	7,27743	-2,682	
Toplam	Kadın	849	41,0801	16,34809	-2,191	,027*
	Erkek	449	43,1514	15,93063	-2,208	

Tablo 4.17’de kadın ve erkek öğrencilerin internet bağımlılığı alt ölçeklerinden, aşırı online kalma isteği ve sosyal ilişkilerde olumsuzluk alt boyutlarında aldıkları puan ortalamaları arasında P; 0,05 düzeyinde anlamlı farklılık olduğu tespit edilmiştir. Erkek öğrencilerin puan ortalamalarının ($\bar{x}=10,2339$) aşırı online kalma isteği düzeyinin, kadın öğrencilerin puan ortalamalarından ($\bar{x}=9,6160$) yüksek olduğu gözlemlenmiştir. Bununla birlikte erkek öğrencilerin puan ortalamalarının ($\bar{x}=15,6748$) sosyal ilişkilerde olumsuzluk düzeyinin, kadın öğrencilerin puan ortalamalarına ($\bar{x}=14,5324$) göre yüksek olduğu da gözlemlenmiştir. Kontrol kaybı alt boyutunda cinsiyetler arasında P; 0,05 düzeyinde anlamlı farklılık bulunmamıştır.

Öğrencilerin cinsiyetleri ile internet bağımlılığı düzeyleri toplam puan ortalamaları arasında P; 0,05 düzeyinde anlamlı farklılık tespit edilmiştir.

Tablo 4.18.

Araştırmaya Katılan Öğrencilerin Sürekli Kullanabilecekleri İnternet Bağlantı Durumları ile İnternet Bağımlılığı Alt Ölçeklerinden Aldıkları Puan Ortalamaları Arasındaki Farka İlişkin t Değerleri

Alt Boyutlar	Değişken	N	X	Ss	t	P
Kontrol Kaybı	Evet	1082	17,3494	6,74252	3,735	,000*
	Hayır	216	15,4861	6,44402	3,850	
Aşırı Online Kalma İsteği	Evet	1082	10,0000	4,24743	3,212	,001*
	Hayır	216	8,9769	4,40343	3,136	
Sosyal İlişkilerde Olumsuzluk	Evet	1082	14,9982	7,37498	,776	,429
	Hayır	216	14,5741	7,14462	,792	
Toplam	Evet	1082	42,3475	16,19308	2,744	,006*
	Hayır	216	39,0370	16,16250	2,748	

Tablo 4.18 incelendiğinde, sürekli kullanılabilir internet bağlantı durumlarına göre öğrencilerin internet bağımlılığı alt ölçeklerinden aldıkları puan ortalamaları arasında P; 0,05 düzeyinde kontrol kaybı ve aşırı online kalma isteği alt boyutlarında anlamlı farklılık olduğu tespit edilmiştir. Kontrol kaybı alt boyutunda, sürekli kullanabileceği internet bağlantısı olan öğrencilerin puan ortalamalarının ($\bar{x}=17,3494$), sürekli kullanabileceği internet bağlantısı olmayan öğrencilerin puan ortalamalarından ($\bar{x}=15,4861$) yüksek olduğu gözlemlenmiştir. Bununla birlikte aşırı online kalma isteği alt

boyutunda, sürekli kullanabileceği internet bağlantısı olan öğrencilerin puan ortalamalarının ($\bar{x}=10,0000$), sürekli kullanabileceği internet bağlantısı olmayan öğrencilerin puan ortalamalarından ($\bar{x}=8,9769$) yüksek olduğu tespit edilmiştir. Sosyal ilişkilerde olumsuzluk alt boyutunda sürekli internet bağlantı durumuna göre P; 0,05 düzeyinde anlamlı farklılık bulunmamıştır.

Öğrencilerin sürekli kullanabilecekleri internet bağlantı durumları ile internet bağımlılığı düzeyleri toplam puan ortalamaları arasında P; 0,05 düzeyinde anlamlı farklılık tespit edilmiştir.

Tablo 4.19.

Araştırmaya Katılan Öğrencilerin Herhangi Bir Sosyal Medya Üyelik Durumları ile İnternet Bağımlılığı Alt Ölçeklerinden Aldıkları Puan Ortalamaları Arasındaki Farka İlişkin t Değerleri

Alt Boyutlar	Değişken	N	X	Ss	t	P
Kontrol Kaybı	Evet	1134	17,4065	6,71915	5,224	,000*
	Hayır	164	14,5000	6,23418	5,525	
Aşırı Online Kalma İsteği	Evet	1134	10,0750	4,28122	5,477	,000*
	Hayır	164	8,1341	3,95764	5,808	
Sosyal İlişkilerde Olumsuzluk	Evet	1134	15,1420	7,40233	2,776	,003*
	Hayır	164	13,4451	6,69608	2,992	
Toplam	Evet	1134	42,6235	16,21181	4,869	,000*
	Hayır	164	36,0793	15,20372	5,108	

Tablo 4.19’da herhangi bir sosyal medyaya üyelik durumlarına göre öğrencilerin internet bağımlılığı alt ölçeklerinden aldıkları puan ortalamaları arasında P; 0,05 düzeyinde kontrol kaybı, aşırı online kalma isteği ve sosyal ilişkilerde olumsuzluk alt boyutlarında anlamlı farklılık olduğu tespit edilmiştir. Kontrol kaybı alt boyutunda, herhangi bir sosyal medya üyeliği olan öğrenci puan ortalamalarının ($\bar{x}=17,4065$), herhangi bir sosyal medya üyeliği olmayan öğrenci puan ortalamalarından ($\bar{x}=14,5000$) yüksek olduğu tespit edilmiştir. Aşırı online kalma isteği alt boyutunda, herhangi bir sosyal medya üyeliği olan öğrenci puan ortalamalarının ($\bar{x}=10,0750$), olmayan öğrenci puan ortalamalarından ($\bar{x}=8,1341$) yüksek olduğu tespit edilmiştir. Sosyal ilişkilerde olumsuzluk alt boyutunda, herhangi bir sosyal medya üyeliği olan öğrenci puan ortalamalarının

($x=15,1420$), olmayan öğrenci puan ortalamalarından ($x=13,4451$) yüksek olduğu tespit edilmiştir.

Öğrencilerin sosyal medya üyelikleri ile internet bağımlılığı düzeyleri toplam puan ortalamaları arasında P; 0,05 düzeyinde anlamlı farklılık tespit edilmiştir.

Tablo 4.20.

Araştırmaya Katılan Öğrencilerin İnternete Erişim Sağlama Durumları ile İnternet Bağımlılığı Alt Ölçeklerinden Aldıkları Puan Ortalamaları Arasındaki Farka İlişkin t Değerleri

Alt Boyutlar	Değişken	N	X	Ss	t	P
Kontrol Kaybı	Hücresele veri	642	16,6838	6,95930	-1,885	,060
	Kablosuz ağ	656	17,3872	6,47858	-1,884	
Aşırı Online Kalma İsteği	Hücresele veri	642	9,5794	4,24824	-2,083	,037*
	Kablosuz ağ	656	10,0747	4,31778	-2,083	
Sosyal İlişkilerde Olumsuzluk	Hücresele veri	642	14,4159	7,31122	-2,491	,013*
	Kablosuz ağ	656	15,4284	7,33148	-2,491	
Toplam	Hücresele veri	642	40,6791	16,27637	-2,459	,014*
	Kablosuz ağ	656	42,8902	16,11941	-2,459	

Tablo 4.20 incelendiğinde, internete erişim sağlama durumlarına göre öğrencilerin internet bağımlılığı alt ölçeklerinden aldıkları puan ortalamaları arasında P;0,05 düzeyinde aşırı online kalma isteği ve sosyal ilişkilerde olumsuzluk alt boyutlarında anlamlı farklılık olduğu tespit edilmiştir. İnternet erişimini kablosuz ağ aracılığıyla sağlayan öğrenci puan ortalamalarının ($x=10,0747$) aşırı online kalma isteği düzeylerinin, hücresele veri aracılığıyla internet erişimi sağlayan öğrenci puan ortalamalarından ($x=9,5794$) yüksek olduğu tespit edilmiştir. Bunun yanında sosyal ilişkilerde olumsuzluk düzeylerinin, kablosuz ağ aracılığıyla internet erişimi sağlayan öğrenci puan ortalamalarının ($x=15,4284$), hücresele veri aracılığıyla internet erişimi sağlayan öğrenci puan ortalamalarından ($x=14,4159$) yüksek olduğu bulunmuştur. Kontrol kaybı alt boyutunda ise internete erişim sağlama durumuna göre P; 0,05 düzeyinde anlamlı farklılık bulunmamıştır.

Öğrencilerin internete erişim sağlama durumları ile internet bağımlılığı düzeyleri toplam puan ortalamaları arasında P; 0,05 düzeyinde anlamlı farklılık tespit edilmiştir.

Tablo 4.21.

Araştırmaya Katılan Öğrencilerin Ebeveynlerinin İnternet Kullanma Durumları ile İnternet Bağımlılığı Alt Ölçeklerinden Aldıkları Puan Ortalamaları Arasındaki Farka İlişkin t Değerleri

Alt Boyutlar	Değişken	N	X	Ss	t	P
Kontrol Kaybı	Evet	833	17,3770	6,64535	2,425	,015*
	Hayır	465	16,4344	6,83712	2,405	
Aşırı Online Kalma İsteği	Evet	833	10,0252	4,33463	2,201	,026*
	Hayır	465	9,4796	4,18795	2,222	
Sosyal İlişkilerde Olumsuzluk	Evet	833	15,2005	7,46961	1,795	,069
	Hayır	465	14,4387	7,07236	1,823	
Toplam	Evet	833	42,6026	16,24613	2,399	,016*
	Hayır	465	40,3527	16,11423	2,405	

Tablo 4.21 incelendiğinde, öğrencilerinin ebeveynlerinin internet kullanım durumlarına göre internet bağımlılığı alt ölçeklerinden aldıkları puan ortalamaları arasında, kontrol kaybı ve aşırı online kalma isteği alt boyutlarında P; 0,05 düzeyinde anlamlı farklılık olduğu tespit edilmiştir. Kontrol kaybı alt boyutunda, ebeveynleri internet kullanan öğrencilerin puan ortalamalarının ($\bar{x}=17,3770$), ebeveynleri internet kullanmayan öğrencilerin puan ortalamalarından ($\bar{x}=16,4344$) yüksek olduğu bulunmuştur. Aşırı online kalma alt boyutunda, ebeveynleri internet kullanan öğrencilerin puan ortalamalarının ($\bar{x}=10,0252$), ebeveynleri internet kullanmayan öğrencilerin puan ortalamalarından ($\bar{x}=9,4796$) yüksek olduğu tespit edilmiştir. Sosyal ilişkilerde olumsuzluk alt boyutunda ise öğrenci ebeveynlerinin internet kullanma durumuna göre P; 0,05 düzeyinde anlamlı farklılık bulunmamıştır.

Öğrencilerin ebeveynlerinin internet kullanma durumları ile internet bağımlılığı düzeyleri toplam puan ortalamaları arasında P; 0,05 düzeyinde anlamlı farklılık tespit edilmiştir.

Tablo 4.22.

Araştırmaya Katılan Öğrencilerin Ebeveynlerinin İnternet Kullanımlarını Denetleme Durumları ile İnternet Bağımlılığı Alt Ölçeklerinden Aldıkları Puan Ortalamaları Arasındaki Farka İlişkin t Değerleri

Alt Boyutlar	Değişken	N	X	Ss	t	P
Kontrol Kaybı	Evet	191	16,7487	6,55099	-,646	,509
	Hayır	1107	17,0894	6,75884	-,661	
Aşırı Online Kalma İsteği	Evet	191	9,6230	4,13894	-,721	,458
	Hayır	1107	9,8654	4,31522	-,743	
Sosyal İlişkilerde Olumsuzluk	Evet	191	15,5707	7,50396	1,312	,190
	Hayır	1107	14,8166	7,30452	1,288	
Toplam	Evet	191	41,9424	16,18322	,134	,893
	Hayır	1107	41,7715	16,24371	,135	

Tablo 4.22 incelendiğinde, ebeveynlerin öğrencilerin internet kullanımlarını denetleme durumlarına göre öğrencilerin internet bağımlılığı alt ölçeklerinden aldıkları puan ortalamaları arasında P; 0,05 düzeyinde kontrol kaybı, aşırı online kalma isteği ve sosyal ilişkilerde olumsuzluk alt boyutlarında anlamlı farklılık bulunmamıştır.

Ebeveynlerin öğrencilerin internet kullanımlarını denetleme durumları ile internet bağımlılığı düzeyleri toplam puan ortalamaları arasında P; 0,05 düzeyinde anlamlı farklılık bulunmamıştır.

Tablo 4.23.

Araştırmaya Katılan Öğrencilerin Spor Yapma Durumları ile İnternet Bağımlılığı Alt Ölçeklerinden Aldıkları Puan Ortalamaları Arasındaki Farka İlişkin t Değerleri

Alt Boyutlar	Değişken	N	X	Ss	t	P
Kontrol Kaybı	Evet	546	16,4249	6,65802	-2,811	,005*
	Hayır	752	17,4854	6,74649	-2,817	
Aşırı Online Kalma İsteği	Evet	546	9,5147	4,13674	-2,259	,023*
	Hayır	752	10,0585	4,38485	-2,280	
Sosyal İlişkilerde Olumsuzluk	Evet	546	14,7473	7,02931	-,754	,446
	Hayır	752	15,0585	7,55305	-,763	
Toplam	Evet	546	40,6868	15,63397	-2,102	,034*
	Hayır	752	42,6024	16,61109	-2,122	

Tablo 4.23’de spor yapma durumları ile öğrencilerin internet bağımlılığı alt ölçeklerinden aldıkları puan ortalamaları arasında P; 0,05 düzeyinde kontrol kaybı ve aşırı online kalma isteği alt boyutlarında anlamlı farklılık olduğu tespit edilmiştir. Kontrol kaybı alt boyutunda, spor yapmayan öğrencilerin puan ortalamalarının ($\bar{x}=17,4854$), spor yapan öğrencilerin puan ortalamalarından ($\bar{x}=16,4249$) yüksek olduğu bulunmuştur. Bununla birlikte aşırı online kalma isteği alt boyutunda, spor yapmayan öğrencilerin puan ortalamalarının ($\bar{x}=10,0585$), spor yapan bireylerin puan ortalamalarından ($\bar{x}=9,5147$) yüksek olduğu tespit edilmiştir. Sosyal ilişkilerde olumsuzluk alt boyutunda ise spor yapma durumuna göre P; 0,05 düzeyinde anlamlı farklılık bulunmamıştır.

Öğrencilerin spor yapma durumları ile internet bağımlılığı düzeyleri toplam puan ortalamaları arasında P; 0,05 düzeyinde anlamlı farklılık tespit edilmiştir.

Tablo. 4.24.

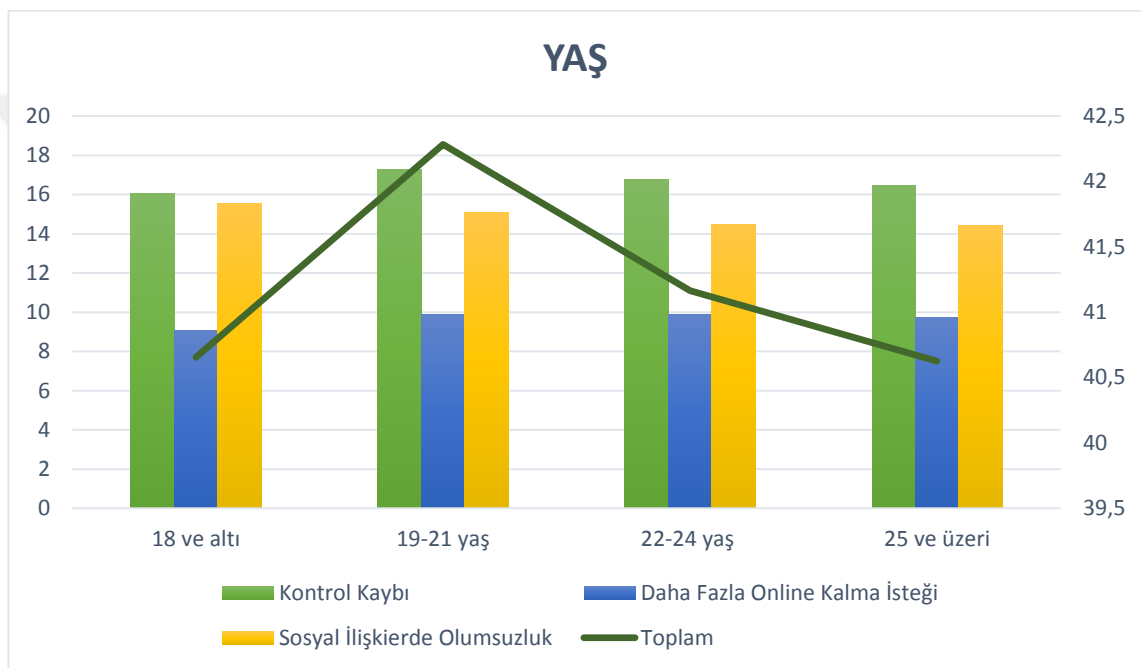
Katılımcıların Yaş Durumlarına Göre İnternet Bağımlılığı Ölçeğinden Aldıkları Puanların Ortalamaları ve Standart Sapmaları İle Ortalamalar Arası Farkların Anova Değerleri

Alt Boyutlar	Değişken	N	X	Ss	F	P
Kontrol Kaybı	18 ve altı (1)	81	16,0494	6,86276	1,361	,253
	19-21 (2)	817	17,2974	6,65784		
	22-24 (3)	304	16,7928	6,67589		
	25 ve üzeri (4)	96	16,4583	7,30525		
	Toplam	1298	17,0393	6,72726		
Daha Fazla Online Kalma İsteği	18 ve altı (1)	81	9,0494	4,02151	,986	,398
	19-21 (2)	817	9,8911	4,32181		
	22-24 (3)	304	9,8980	4,17514		
	25 ve üzeri (4)	96	9,7500	4,57453		
	Toplam	1298	9,8297	4,28903		
Sosyal İlişkilerde Olumsuzluk	18 ve altı (1)	81	15,5556	7,80385	,881	,450
	19-21 (2)	817	15,0942	7,50112		
	22-24 (3)	304	14,4737	6,69214		
	25 ve üzeri (4)	96	14,4167	7,47299		
	Toplam	1298	14,9276	7,33614		
Toplam	18 ve altı (1)	81	40,6543	15,86361	,698	,553
	19-21 (2)	817	42,2827	16,42771		
	22-24 (3)	304	41,1645	15,44796		
	25 ve üzeri (4)	96	40,6250	17,28598		
	Toplam	1298	41,7966	16,22871		

Tablo 4.24 incelendiğinde, farklı yaş gurubundaki öğrencilerin internet bağımlılığı alt ölçeklerinden aldıkları puan ortalamaları arasında P; 0,05 anlamlılık düzeyinde kontrol kaybı, aşırı online kalma isteği ve sosyal ilişkilerde olumsuzluk alt boyutlarında anlamlı farklılık bulunmamıştır.

Farklı yaş grubundaki öğrencilerin yaş durumları ile internet bağımlılığı düzeyleri toplam puan ortalamaları arasında P; 0,05 düzeyinde anlamlı farklılık bulunmamıştır.

Farklı yaş grubundaki öğrencilerin internet bağımlılığı ölçeğinden aldıkları puan ortalamaları arasındaki ilişkiyle alakalı dağılım Grafik 4.1’de görülmektedir.



Grafik 4.1. Katılımcıların Yaş Durumlarına Göre İnternet Bağımlılığı Ölçeğinden Aldıkları Puan Ortalamalarının Grafikselleştirilmesi

Tablo. 4.25.

Katılımcıların Öğrenim Durumlarına Göre İnternet Bağımlılığı Ölçeğinden Aldıkları Puanların Ortalamaları ve Standart Sapmaları İle Ortalamalar Arası Farkların Anova Değerleri

Alt Boyutlar	Değişken	N	X	Ss	F	P	Fark
Kontrol Kaybı	Türkçe ve Sosyal Bilimler Eğitimi (1)	229	17,3188	7,25649			
	Eğitim Bilimleri (2)	130	16,5000	6,18983			
	Temel Eğitim (3)	141	18,3830	7,08888			
	Güzel Sanatlar (4)	140	15,7786	6,29156			
	Beden Eğitimi ve Spor (5)	179	16,7095	6,76362	2,818	,019*	3>4,9
	Matematik ve Fen Bilimleri (6)	191	17,1937	6,24746			
	Yabancı Diller (7)	139	17,4460	6,33734			
	Bilgisayar ve Öğretim Teknolojileri (8)	76	18,4605	7,54089			
	Özel Eğitim Bölümü (9)	73	15,0959	6,27642			
Daha Fazla Online Kalma İsteği	Türkçe ve Sosyal Bilimler Eğitimi (1)	229	9,8428	4,19500			
	Eğitim Bilimleri (2)	130	9,2615	4,20512			
	Temel Eğitim (3)	141	10,7163	4,54553			
	Güzel Sanatlar (4)	140	9,4071	4,34136			
	Beden Eğitimi ve Spor (5)	179	9,9497	4,18031	2,033	,040*	3>9
	Matematik ve Fen Bilimleri (6)	191	9,8482	4,22436			
	Yabancı Diller (7)	139	9,8993	4,20196			
	Bilgisayar ve Öğretim Teknolojileri (8)	76	10,4737	4,77067			
	Özel Eğitim Bölümü (9)	73	8,7534	3,92917			
Sosyal İlişkilerde olumsuzluk	Türkçe ve Sosyal Bilimler Eğitimi (1)	229	14,6288	7,09196			
	Eğitim Bilimleri (2)	130	14,2308	6,83758			
	Temel Eğitim (3)	141	15,0922	7,29961			
	Güzel Sanatlar (4)	140	15,1857	7,72326			
	Beden Eğitimi ve Spor (5)	179	15,5251	7,38608	1,918	,450	--
	Matematik ve Fen Bilimleri (6)	191	15,5759	7,32647			
	Yabancı Diller (7)	139	14,1942	6,89978			
	Bilgisayar ve Öğretim Teknolojileri (8)	76	16,5263	8,24051			
	Özel Eğitim Bölümü (9)	73	12,8630	7,60175			

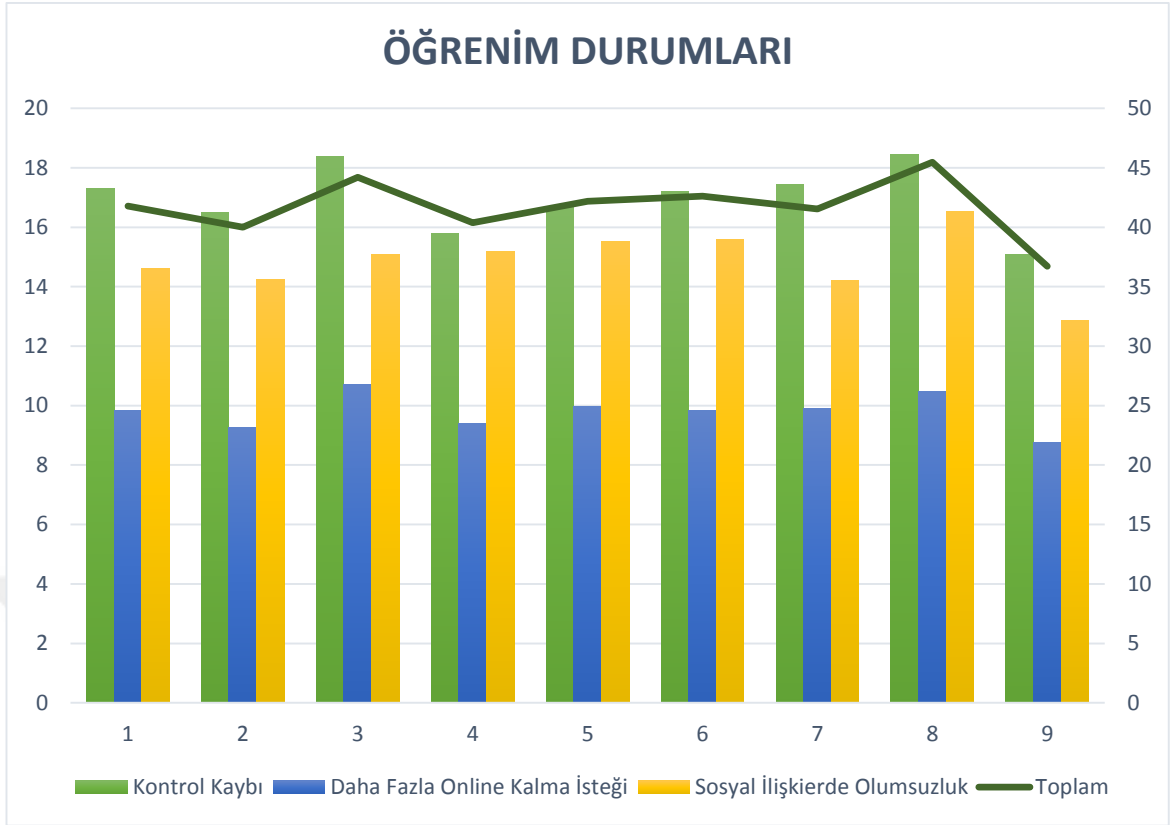
Tablo 4.25. (Devamı)

	Türkçe ve Sosyal Bilimler Eğitimi	(1)	229	41,7904	16,55135			
	Eğitim Bilimleri	(2)	130	39,9923	15,45310			
	Temel Eğitim	(3)	141	44,1915	16,40075			
	Güzel Sanatlar	(4)	140	40,3714	16,74194			
Toplam	Beden Eğitimi ve Spor	(5)	179	42,1844	16,17859	2,194	,026*	3>2,4,9 8>3,4,9,2
	Matematik ve Fen Bilimleri	(6)	191	42,6178	16,14459			
	Yabancı Diller	(7)	139	41,5396	14,07293			
	Bilgisayar ve Öğretim Teknolojileri	(8)	76	45,4605	18,60999			
	Özel Eğitim	(9)	73	36,7123	15,67950			

Tablo 4.25 incelendiğinde, farklı bölümlerde öğrenim gören öğrencilerin internet bağımlılığı alt ölçeklerinden aldıkları puan ortalamaları arasında P; 0,05 anlamlılık düzeyine göre kontrol kaybı ve daha fazla online kalma isteği alt boyutlarında anlamlı farklılık tespit edilmiştir. Kontrol kaybı alt boyutunda, temel eğitim alanında öğrenim gören öğrencilerin puan ortalamalarının ($x=18,3830$), güzel sanatlar alanında ($x=15,7786$) ve özel eğitim ($x=15,0959$) alanında öğrenim gören öğrencilerin puan ortalamalarından daha yüksek olduğu bulunmuştur. Daha fazla online kalma isteği alt boyutunda, temel eğitim alanında öğrenim gören öğrencilerin puan ortalamalarının ($x=10,7163$), özel eğitim alanında eğitim gören öğrenci puan ortalamalarından ($x=8,7534$) yüksek olduğu tespit edilmiştir. Sosyal ilişkilerde olumsuzluk alt boyutunda farklı bölümlerde öğrenim görme durumuna göre P;0,05 düzeyinde anlamlı farklılık bulunmamıştır.

Öğrencilerin öğrenim durumları ile internet bağımlılığı düzeyleri toplam puan ortalamaları arasında P; 0,05 düzeyinde anlamlı farklılık tespit edilmiştir.

Farklı bölümlerde öğrenim gören öğrencilerin internet bağımlılığı ölçeğinden aldıkları puan ortalamaları arasındaki ilişkiyle alakalı dağılım Grafik 4.2'de görülmektedir.



Grafik 4.2. Katılımcıların Öğrenim Durumlarına Göre İnternet Bağımlılığı Ölçeğinden Aldıkları Puan Ortalamalarının Grafikselsel Görünümü

Tablo. 4.26.

Katılımcıların Sınıf Düzeylerine Göre İnternet Bağımlılığı Ölçeğinden Aldıkları Puanların Ortalamaları ve Standart Sapmaları İle Ortalamalar Arası Farkların Anova Değerleri

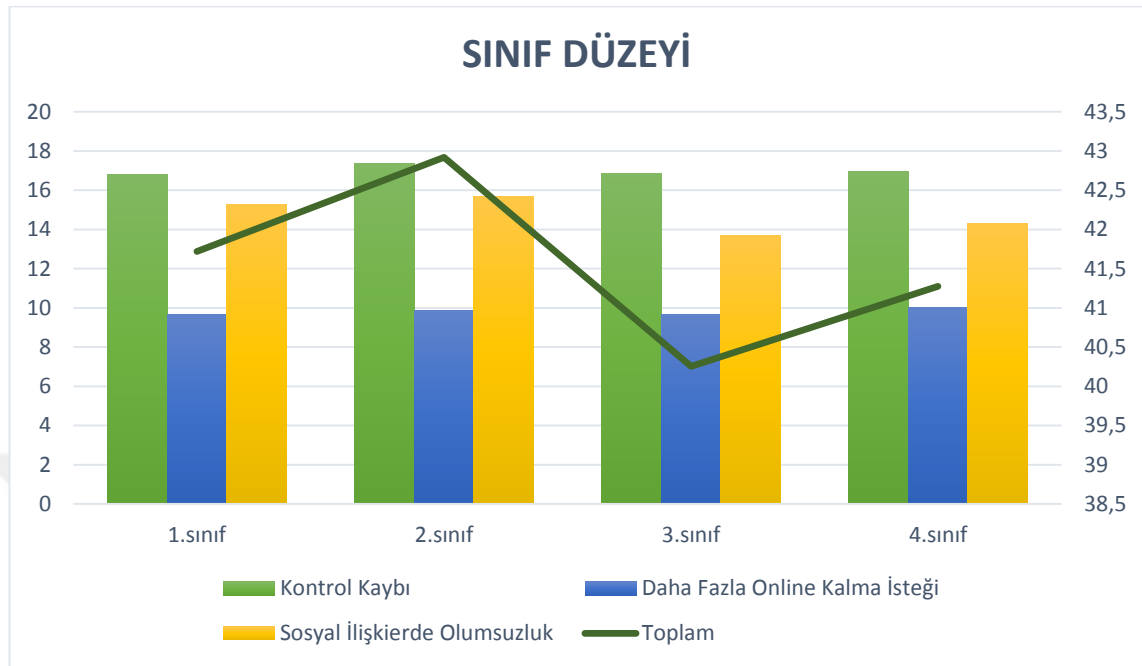
Alt Boyutlar	Değişken	N	X	Ss	F	P	Fark
Kontrol Kaybı	1.sınıf	326	16,7853	6,79524	,564	,639	--
	2.sınıf	459	17,3595	6,66505			
	3.sınıf	217	16,8756	6,51055			
	4.sınıf	296	16,9426	6,91646			
Daha Fazla Online Kalma İsteği	1.sınıf	326	9,6687	4,45705	,462	,709	--
	2.sınıf	459	9,8867	4,09497			
	3.sınıf	217	9,6866	4,36457			
	4.sınıf	296	10,0236	4,35027			
Sosyal İlişkilerde Olumsuzluk	1.sınıf	326	15,2638	7,46959	4,606	,006*	2>3
	2.sınıf	459	15,6732	7,48871			
	3.sınıf	217	13,6912	6,43785			
	4.sınıf	296	14,3074	7,43218			
Toplam	1.sınıf	326	41,7178	16,32215	1,493	,215	--
	2.sınıf	459	42,9194	16,48647			
	3.sınıf	217	40,2535	14,72260			
	4.sınıf	296	41,2736	16,72559			

Tablo 4.26 incelendiğinde, farklı sınıf düzeyinde öğrenim gören öğrencilerin internet bağımlılığı alt ölçeklerinden aldıkları puan ortalamaları arasında P; 0,05 anlamlılık düzeyine göre sosyal ilişkilerde olumsuzluk alt boyutunda anlamlı farklılık tespit edilmiştir. Sosyal ilişkilerde olumsuzluk alt boyutunda, 2.sınıf düzeyinde öğrenim gören öğrenci puan ortalamalarının ($x=15,6732$), 3.sınıf düzeyinde öğrenim gören öğrenci puan ortalamalarından ($x=13,6912$) yüksek olduğu tespit edilmiştir. Kontrol kaybı ve daha fazla online kalma isteği alt boyutlarında öğrencilerin öğrenim düzeyleri durumlarına göre P; 0,05 düzeyinde anlamlı farklılık bulunmamıştır.

Öğrencilerin sınıf düzeyleri ile internet bağımlılığı düzeyleri toplam puan ortalamaları arasında P; 0,05 düzeyinde anlamlı farklılık bulunmamıştır.

Farklı sınıf düzeylerinde öğrenim gören öğrencilerin internet bağımlılığı

ölçeğinden aldıkları puan ortalamaları arasındaki ilişkiyle alakalı dağılım Grafik 4.3’de görülmektedir.



Grafik 4.3. Katılımcıların Sınıf Düzeylerine Göre İnternet Bağımlılığı Ölçeğinden Aldıkları Puan Ortalamalarının Grafikselsel Görünümü

Tablo. 4.27.

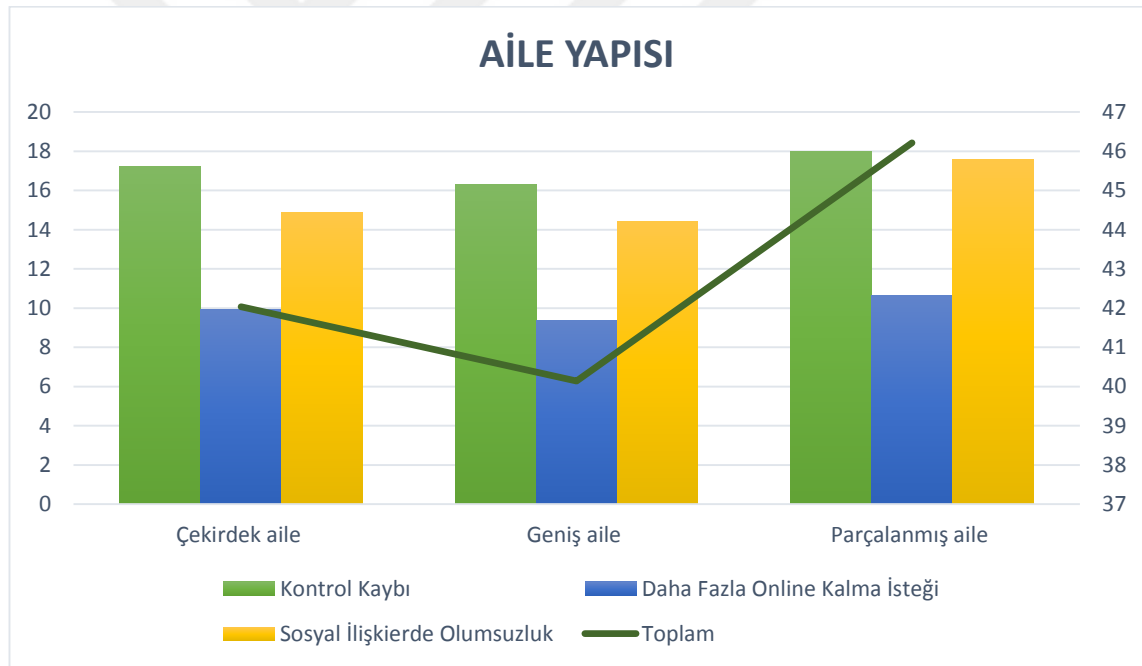
Katılımcıların Aile Yapılarına Göre İnternet Bağımlılığı Ölçeğinden Aldıkları Puanların Ortalamaları ve Standart Sapmaları İle Ortalamalar Arası Farkların Anova Değerleri

Alt Boyutlar	Değişken	N	X	Ss	F	P	Fark
Kontrol Kaybı	Çekirdek aile (1)	912	17,2193	6,73492	2,959	,052	--
	Geniş aile (2)	316	16,3038	6,67305			
	Parçalanmış aile (3)	70	18,0143	6,68221			
Daha Fazla Online Kalma İsteği	Çekirdek aile (1)	912	9,9189	4,28921	3,040	,048*	--
	Geniş aile (2)	316	9,3956	4,23648			
	Parçalanmış aile (3)	70	10,6286	4,39753			
Sosyal İlişkilerde Olumsuzluk	Çekirdek aile (1)	912	14,8947	7,29193	5,297	,003*	3>1,2
	Geniş aile (2)	316	14,4367	7,02913			
	Parçalanmış aile (3)	70	17,5714	8,70877			
Toplam	Çekirdek aile (1)	912	42,0329	16,26519	4,367	,013*	3>1,2
	Geniş aile (2)	316	40,1361	15,70251			
	Parçalanmış aile (3)	70	46,2143	17,28859			

Tablo 4.27’de farklı aile yapılarına mensup öğrencilerin, daha fazla online kalma isteği ve sosyal ilişkilerde olumsuzluk alt boyutlarında, internet bağımlılığı alt ölçeklerinden aldıkları puan ortalamaları arasında P; 0,05 anlamlılık düzeyine göre anlamlı farklılık tespit edilmiştir. Sosyal ilişkilerde olumsuzluk alt boyutunda, parçalanmış aile yapısına mensup öğrenci puan ortalamalarının ($\bar{x}=17,5714$), çekirdek aile ($\bar{x}=14,8947$) ve geniş aile ($\bar{x}=14,4367$) yapılarına mensup öğrenci puan ortalamalarından daha yüksek olduğu tespit edilmiştir. Kontrol kaybı alt boyutunda aile yapısı durumuna göre P; 0,05 düzeyinde anlamlı farklılık bulunmamıştır.

Öğrencilerin aile yapısı durumları ile internet bağımlılığı düzeyleri toplam puan ortalamaları arasında P; 0,05 düzeyinde anlamlı farklılık tespit edilmiştir.

Farklı aile yapılarına mensup öğrencilerin internet bağımlılığı ölçeğinden aldıkları puan ortalamaları arasındaki ilişkiyle alakalı dağılım Grafik 4.4’de görülmektedir.



Grafik 4.4. Katılımcıların Aile Yapılarına Göre İnternet Bağımlılığı Ölçeğinden Aldıkları Puan Ortalamalarının Grafikselleştirilmesi

Tablo. 4.28.

Katılımcıların Günlük İnternet Kullanım Durumlarına Göre İnternet Bağımlılığı Ölçeğinden Aldıkları Puanların Ortalamaları ve Standart Sapmaları İle Ortalamalar Arası Farkların Anova Değerleri

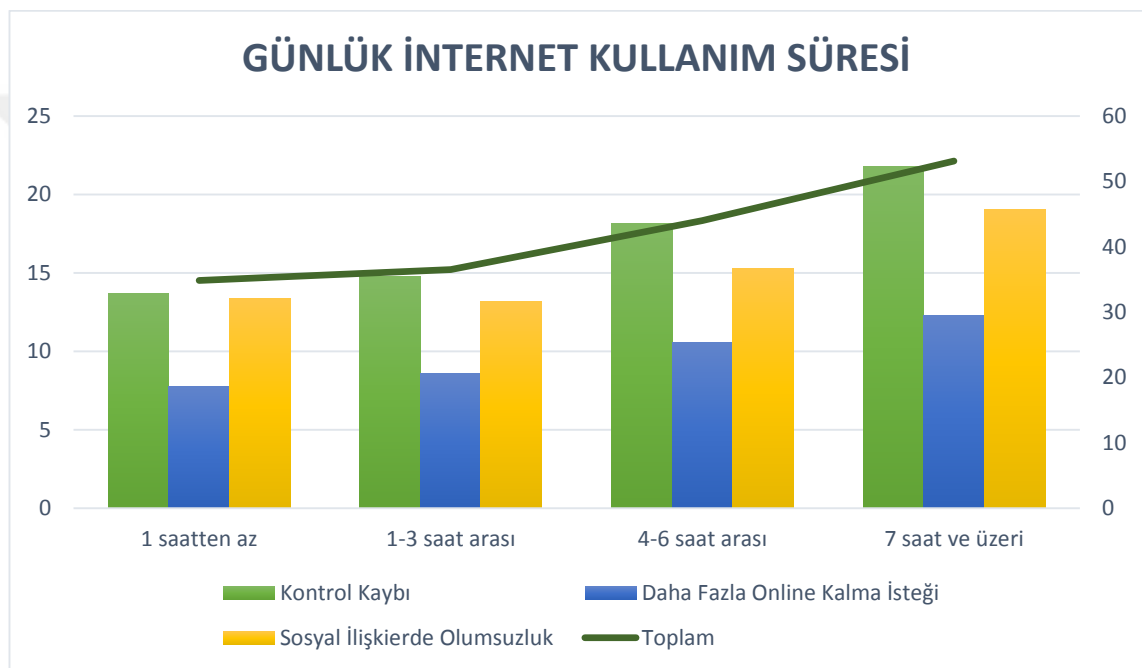
Alt Boyutlar	Değişken	N	X	Ss	F	P	Fark
Kontrol Kaybı	1 saatten az (1)	131	13,7252	6,23890	82,649	,000*	4>1,2,3 3>1,2
	1-3 saat (2)	489	14,7607	5,65885			
	4-6 saat (3)	460	18,1630	6,44987			
	7 saat ve üzeri (4)	218	21,7706	6,60838			
Daha Fazla Online Kalma İsteği	1 saatten az (1)	131	7,7634	3,53626	59,168	,000*	4>1,2,3 3>1,2
	1-3 saat (2)	489	8,5992	3,73053			
	4-6 saat (3)	460	10,5522	4,27226			
	7 saat ve üzeri (4)	218	12,3073	4,39229			
Sosyal İlişkilerde Olumsuzluk	1 saatten az (1)	131	13,3435	7,07734	37,571	,000*	4>1,2,3 3>1,2
	1-3 saat (2)	489	13,1656	6,24230			
	4-6 saat (3)	460	15,3043	7,30258			
	7 saat ve üzeri (4)	218	19,0367	8,09099			
Toplam	1 saatten az (1)	131	34,8321	15,37688	74,203	,000*	4>1,2,3 3>1,2
	1-3 saat (2)	489	36,5256	13,78523			
	4-6 saat (3)	460	44,0196	15,56705			
	7 saat ve üzeri (4)	218	53,1147	16,17134			

Tablo 4.28 incelendiğinde, günlük internet kullanım süreleri farklı olan öğrencilerin internet bağımlılığı alt ölçeklerinden aldıkları puan ortalamaları arasında $P < 0,05$ anlamlılık düzeyine göre kontrol kaybı, daha fazla online kalma isteği ve sosyal ilişkilerde olumsuzluk alt boyutlarında anlamlı farklılık tespit edilmiştir. Kontrol kaybı alt boyutunda, 7 saat ve üzeri günlük internet kullanımı gerçekleştiren öğrenci puan ortalamalarının ($x=21,7706$), 1 saatten az ($x=13,7252$), 1-3 saat arası ($x=14,7607$) ve 4-6 saat arası ($x=18,1630$) günlük kullanım sürelerinin puan ortalamalarından daha yüksek çıktığı tespit edilmiştir. Daha fazla online kalma isteği alt boyutunda, 7 saat ve üzeri günlük internet kullanımı gerçekleştiren öğrenci puan ortalamalarının ($x=12,3073$), 1 saatten az ($x=7,7634$), 1-3 saat arası ($x=8,5992$) ve 4-6 saat arası ($x=10,5522$) günlük kullanım sürelerinin puan ortalamalarından daha yüksek çıktığı tespit edilmiştir. Sosyal ilişkilerde olumsuzluk alt boyutunda, 7 saat ve üzeri günlük internet kullanımı gerçekleştiren öğrenci puan

ortalamalarının ($\bar{x}=19,0367$), 1 saatten az ($\bar{x}=13,3435$), 1-3 saat arası ($\bar{x}=13,1656$) ve 4-6 saat arası ($\bar{x}=15,3043$) günlük kullanım sürelerinin puan ortalamalarından daha yüksek çıktığı tespit edilmiştir.

Öğrencilerin günlük internet kullanım durumları ile internet bağımlılığı düzeyleri toplam puan ortalamaları arasında P; 0,05 düzeyinde anlamlı farklılık tespit edilmiştir.

Günlük internet kullanım süreleri farklı olan öğrencilerin internet bağımlılığı ölçeğinden aldıkları puan ortalamaları arasındaki ilişkiyle alakalı dağılım Grafik 4.5’de görülmektedir.



Grafik 4.5. Katılımcıların Günlük İnternet Kullanım Sürelerine Göre İnternet Bağımlılığı Ölçeğinden Aldıkları Puan Ortalamalarının Grafikselsel Görünümü

Tablo. 4.29.

Katılımcıların İnternet Kullanım Amaçlarına Göre İnternet Bağımlılığı Ölçeğinden Aldıkları Puanların Ortalamaları ve Standart Sapmaları İle Ortalamalar Arası Farkların Anova Değerleri

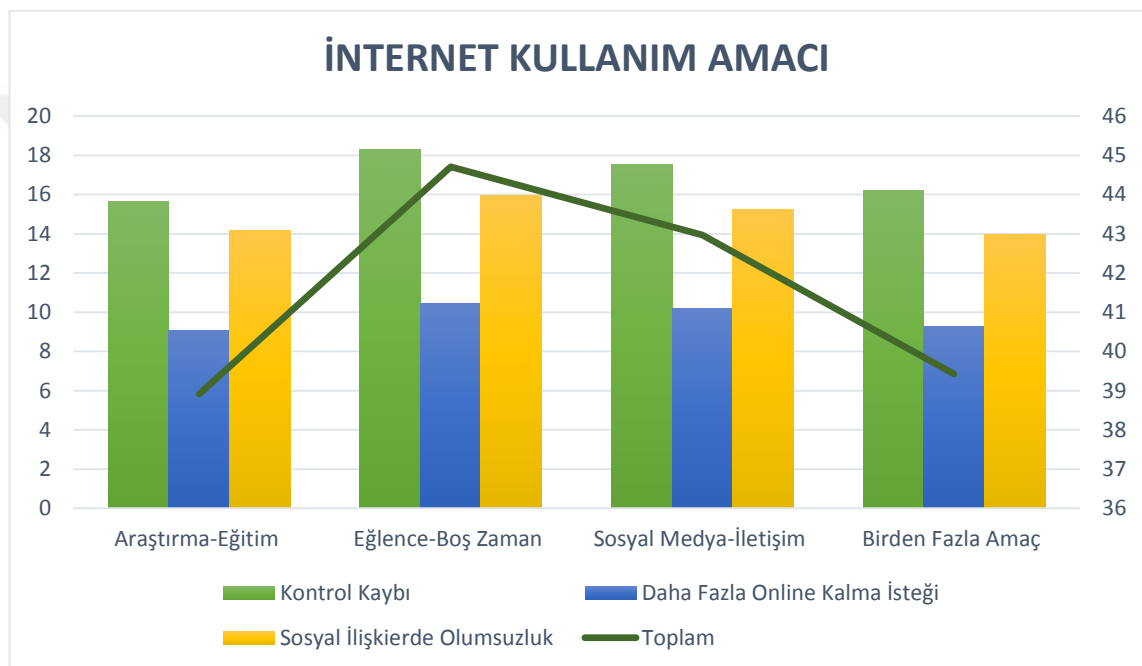
Alt Boyutlar	Değişken	N	X	Ss	F	P	Fark
Kontrol Kaybı	Araştırma-Eğitim (1)	267	15,6442	6,77268	9,997	,000*	2,3>1,4
	Eğlence-Boş Zaman (2)	307	18,3160	6,83999			
	Sosyal Medya-İletişim (3)	450	17,5222	6,73029			
	Birden Fazla Amaç (4)	274	16,1752	6,20516			
Daha Fazla Online Kalma İsteği	Araştırma-Eğitim (1)	267	9,0749	4,18038	7,681	,000*	2,3>1,4
	Eğlence-Boş Zaman (2)	307	10,4463	4,43245			
	Sosyal Medya-İletişim (3)	450	10,2000	4,28443			
	Birden Fazla Amaç (4)	274	9,2664	4,07779			
Sosyal İlişkilerde Olumsuzluk	Araştırma-Eğitim (1)	267	14,1910	7,23693	4,706	,003*	2>1,4
	Eğlence-Boş Zaman (2)	307	15,9446	7,36447			
	Sosyal Medya-İletişim (3)	450	15,2467	7,50436			
	Birden Fazla Amaç (4)	274	13,9818	6,96325			
Toplam	Araştırma-Eğitim (1)	267	38,9101	16,11004	9,006	,000*	2,3>1,4
	Eğlence-Boş Zaman (2)	307	44,7068	16,37626			
	Sosyal Medya-İletişim (3)	450	42,9689	16,40845			
	Birden Fazla Amaç (4)	274	39,4234	15,14507			

Tablo 4.29’da internet kullanım amaçları farklı olan öğrencilerin internet bağımlılığı alt ölçeklerinden aldıkları puan ortalamaları arasında P; 0,05 anlamlılık düzeyine göre kontrol kaybı, daha fazla online kalma isteği ve sosyal ilişkilerde olumsuzluk alt boyutlarında anlamlı farklılık tespit edilmiştir. Kontrol kaybı alt boyutlarında, eğlence-boş zaman ($x=18,3160$) ve sosyal medya-iletişim ($x=17,5222$) amaçlı internet kullanımı gerçekleştiren öğrenci puan ortalamalarının, araştırma-eğitim ($x=15,6442$) ve birden fazla amaç ($x=16,1752$) adına internet kullanan öğrenci puan ortalamalarından daha yüksek olduğu tespit edilmiştir. Daha fazla online kalma isteği alt boyutunda, eğlence-boş zaman ($x=10,4463$) ve sosyal medya-iletişim ($x=10,2000$) amaçlı internet kullanımı gerçekleştiren öğrenci puan ortalamalarının, araştırma-eğitim ($x=9,0749$) ve birden fazla amaç ($x=9,2664$) adına internet kullanan öğrenci puan ortalamalarından daha yüksek olduğu tespit edilmiştir. Sosyal ilişkilerde olumsuzluk alt boyutunda ise, eğlence-boş zaman

amaçlı internet kullanımı gerçekleştiren öğrencilerin puan ortalamalarının ($\bar{x}=15,9446$), araştırma-eğitim ($\bar{x}=14,1910$) ve birden fazla amaç ($\bar{x}=13,9818$) adına kullanan öğrencilerin puan ortalamalarından daha yüksek olduğu görülmüştür.

Öğrencilerin internet kullanım amaçları ile internet bağımlılığı düzeyleri toplam puan ortalamaları arasında P; 0,05 düzeyinde anlamlı farklılık tespit edilmiştir.

İnternet kullanım amaçları farklı olan öğrencilerin internet bağımlılığı ölçeğinden aldıkları puan ortalamaları arasındaki ilişkiyle alakalı dağılım Grafik 4.6'da görülmektedir.



Grafik 4.6. Katılımcıların İnternet Kullanım Amaçlarına Göre İnternet Bağımlılığı Ölçeğinden Aldıkları Puan Ortalamalarının Grafikselleştirilmesi

Tablo. 4.30.

Katılımcıların Haftalık Spor Yapma Sürelerine Göre İnternet Bağımlılığı Ölçeğinden Aldıkları Puanların Ortalamaları ve Standart Sapmaları İle Ortalamalar Arası Farkların Anova Değerleri

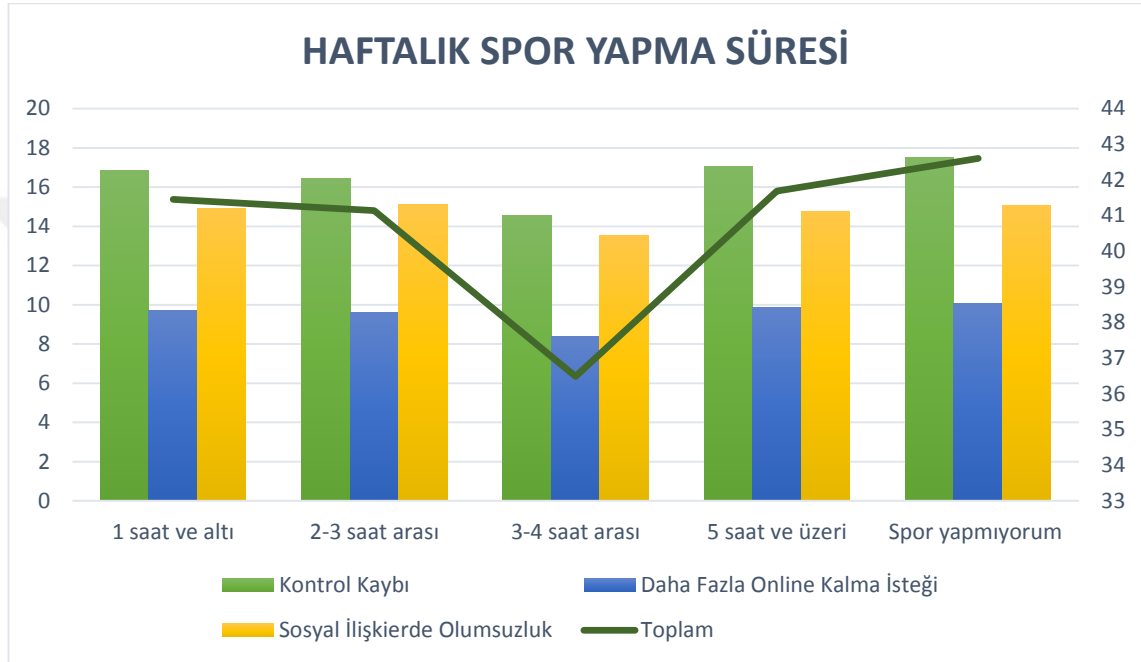
Alt Boyutlar	Değişken	N	X	Ss	F	P	Fark
Kontrol Kaybı	1 saat ve altı (1)	187	16,8289	6,47349			
	2-3 saat (2)	178	16,4438	6,65873			
	3-4 saat (3)	78	14,5641	6,25350	3,896	,004*	5>3
	5 saat ve üzeri (4)	103	17,0680	7,11428			
	Spor yapmıyorum (5)	752	17,4854	6,74649			
Daha Fazla Online Kalma İsteği	1 saat ve altı (1)	187	9,7219	4,10189			
	2-3 saat (2)	178	9,5787	4,16428			
	3-4 saat (3)	78	8,3846	3,47993	2,952	,019*	5>3
	5 saat ve üzeri (4)	103	9,8835	4,50773			
	Spor yapmıyorum (5)	752	10,0585	4,38485			
Sosyal İlişkilerde Olumsuzluk	1 saat ve altı (1)	187	14,9037	6,63660			
	2-3 saat (2)	178	15,1180	7,42972			
	3-4 saat (3)	78	13,5385	6,68531	,806	,521	--
	5 saat ve üzeri (4)	103	14,7379	7,26388			
	Spor yapmıyorum (5)	752	15,0585	7,55305			
Toplam	1 saat ve altı (1)	187	41,4545	14,93217			
	2-3 saat (2)	178	41,1404	16,58014			
	3-4 saat (3)	78	36,4872	13,44130	2,659	,031*	3<1,2,4,5
	5 saat ve üzeri (4)	103	41,6893	16,43229			
	Spor yapmıyorum (5)	752	42,6024	16,61109			

Tablo 4.30 incelendiğinde, haftalık spor yapma süreleri farklı olan öğrencilerin internet bağımlılığı alt ölçeklerinden aldıkları puan ortalamaları arasında P; 0,05 anlamlılık düzeyine göre kontrol kaybı ve daha fazla online kalma isteği alt boyutlarında anlamlı farklılık tespit edilmiştir. Kontrol kaybı alt boyutunda, spor yapmayan öğrencilerin puan ortalamalarının ($\bar{x}=17,4854$), 3-4 saat arası spor yapan öğrencilerin puan ortalamalarından ($\bar{x}=14,5641$) yüksek olduğu görülmektedir. Bununla birlikte daha fazla online kalma alt boyutunda spor yapmayan öğrencilerin puan ortalamalarının ($\bar{x}=10,0585$), 3-4 saat arası spor yapan öğrencilerin puan ortalamalarından ($\bar{x}=8,3846$) yüksek olduğu bulunmuştur. Sosyal ilişkilerde olumsuzluk alt boyutunda haftalık spor yapma durumuna

göre P; 0,05 düzeyinde anlamlı farklılık bulunmamıştır.

Öğrencilerin haftalık spor yapma durumları ile internet bağımlılığı düzeyleri toplam puan ortalamaları arasında P; 0,05 düzeyinde anlamlı farklılık tespit edilmiştir.

Haftalık spor yapma süreleri farklı olan öğrencilerin internet bağımlılığı ölçeğinden aldıkları puan ortalamaları arasındaki ilişkiyle alakalı dağılım Grafik 4.7’de görülmektedir.



Grafik 4.7. Katılımcıların Haftalık Spor Yapma Sürelerine Göre İnternet Bağımlılığı Ölçeğinden Aldıkları Puan Ortalamalarının Grafikselleştirilmesi

Tablo 4.31.

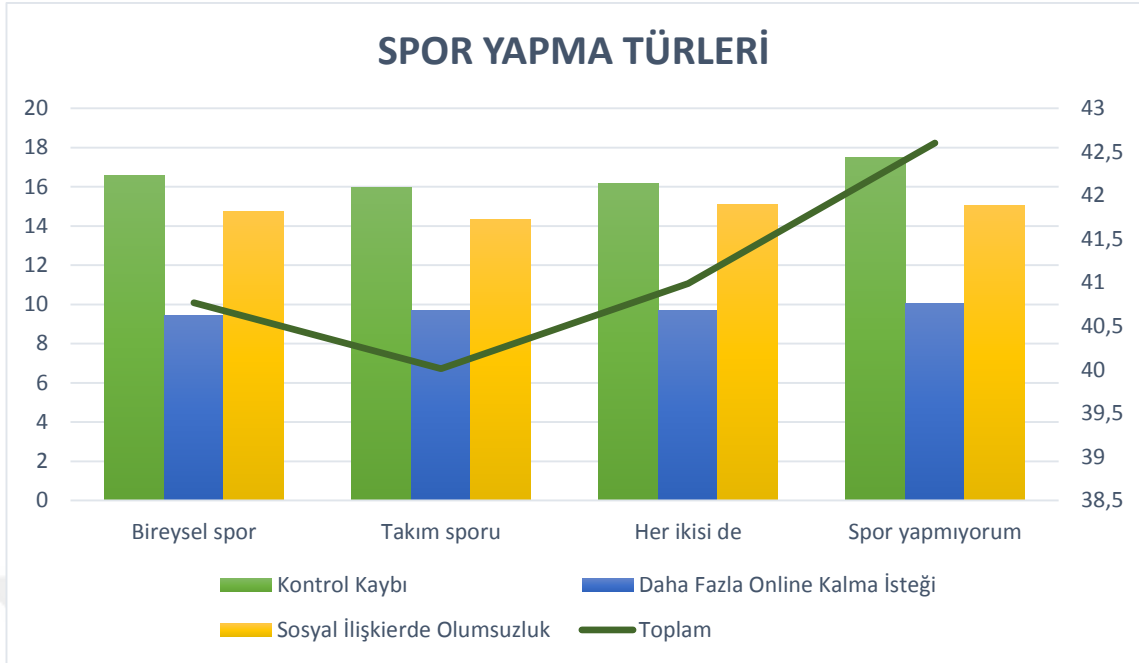
Katılımcıların Yaptıkları Spor Türü Durumlarına Göre İnternet Bağımlılığı Ölçeğinden Aldıkları Puanların Ortalamaları ve Standart Sapmaları İle Ortalamalar Arası Farkların Anova Değerleri

Alt Boyutlar	Değişken	N	X	Ss	F	P
Kontrol Kaybı	Bireysel spor (1)	378	16,5820	6,63564	2,870	,143
	Takım sporu (2)	84	15,9643	6,85380		
	Her ikisi de (3)	84	16,1786	6,61171		
	Spor yapmıyorum (4)	752	17,4854	6,74649		
Daha Fazla Online Kalma İsteği	Bireysel spor (1)	378	9,4312	4,09007	1,854	,136
	Takım sporu (2)	84	9,7024	4,21638		
	Her ikisi de (3)	84	9,7024	4,30125		
	Spor yapmıyorum (4)	752	10,0585	4,38485		
Sosyal İlişkilerde Olumsuzluk	Bireysel spor (1)	378	14,7566	6,96288	,341	,796
	Takım sporu (2)	84	14,3452	6,94990		
	Her ikisi de (3)	84	15,1071	7,45915		
	Spor yapmıyorum (4)	752	15,0585	7,55305		
Toplam	Bireysel spor (1)	378	40,7698	15,63467	1,532	,204
	Takım sporu (2)	84	40,0119	15,57531		
	Her ikisi de (3)	84	40,9881	15,85742		
	Spor yapmıyorum (4)	752	42,6024	16,61109		

Tablo 4.31 incelendiğinde, spor yapma türleri farklı olan öğrencilerin internet bağımlılığı alt ölçeklerinden aldıkları puan ortalamaları arasında kontrol kaybı, daha fazla online kalma isteği ve sosyal ilişkilerde olumsuzluk alt boyutlarında spor yapma türüne göre P; 0,05 düzeyinde anlamlı farklılık bulunmamıştır.

Öğrencilerin spor yapma türleri ile internet bağımlılığı düzeyleri toplam puan ortalamaları arasında P; 0,05 düzeyinde anlamlı farklılık bulunmamıştır.

Spor yapma türleri farklı olan öğrencilerin internet bağımlılığı ölçeğinden aldıkları puan ortalamaları arasındaki ilişkiyle alakalı dağılım Grafik 4.8'de görülmektedir.



Grafik 4.8. Katılımcıların Yaptıkları Spor Türlerine Göre İnternet Bağımlılığı Ölçeğinden Aldıkları Puan Ortalamalarının Grafikselleştirilmesi

Tablo 4.32.

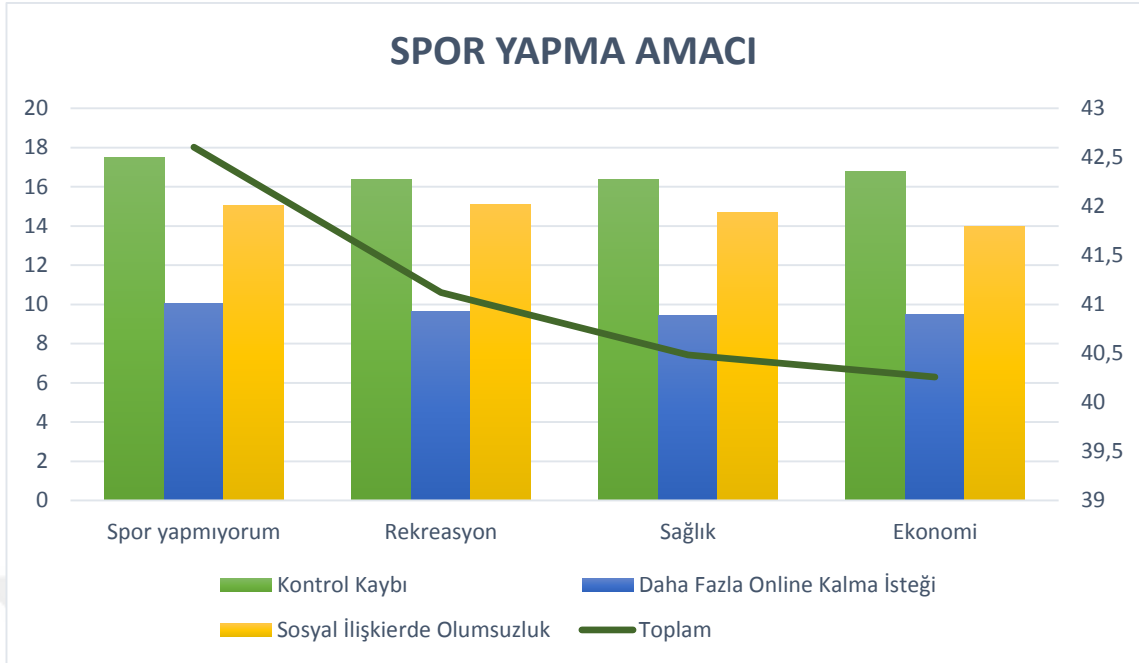
Katılımcıların Spor Yapma Amaçlarına Göre İnternet Bağımlılığı Ölçeğinden Aldıkları Puanların Ortalamaları ve Standart Sapmaları İle Ortalamalar Arası Farkların Anova Değerleri

Alt Boyutlar	Değişken	N	X	Ss	F	P
Kontrol Kaybı	Spor yapmıyorum (1)	752	17,4854	6,74649	2,706	,076
	Rekreasyon (2)	195	16,3897	6,59599		
	Sağlık (3)	289	16,3668	6,68932		
	Ekonomi (4)	62	16,8065	6,80125		
Daha Fazla Online Kalma İsteği	Spor yapmıyorum (1)	752	10,0585	4,38485	1,804	,145
	Rekreasyon (2)	195	9,6513	4,22333		
	Sağlık (3)	289	9,4291	4,16616		
	Ekonomi (4)	62	9,4839	3,75802		
Sosyal İlişkilerde Olumsuzluk	Spor yapmıyorum (1)	752	15,0585	7,55305	,564	,639
	Rekreasyon (2)	195	15,0821	7,35572		
	Sağlık (3)	289	14,6886	6,99702		
	Ekonomi (4)	62	13,9677	6,10286		
Toplam	Spor yapmıyorum (1)	752	42,6024	16,61109	1,547	,200
	Rekreasyon (2)	195	41,1231	15,69868		
	Sağlık (3)	289	40,4844	15,87868		
	Ekonomi (4)	62	40,2581	14,44258		

Tablo 4.32 incelendiğinde, spor yapma amaçları farklı olan öğrencilerin internet bağımlılığı alt ölçeklerinden aldıkları puan ortalamaları arasında kontrol kaybı, daha fazla online kalma isteği ve sosyal ilişkilerde olumsuzluk alt boyutlarında spor yapma amaçlarına göre P; 0,05 düzeyinde anlamlı farklılık bulunmamıştır.

Öğrencilerin spor yapma amaçları ile internet bağımlılığı düzeyleri toplam puan ortalamaları arasında P; 0,05 düzeyinde anlamlı farklılık bulunmamıştır.

Spor yapma amaçları farklı olan öğrencilerin internet bağımlılığı ölçeğinden aldıkları puan ortalamaları arasındaki ilişkiyle alakalı dağılım Grafik 4.9'de görülmektedir.



Grafik 4.9. Katılımcıların Spor Yapma Amaçlarına Göre İnternet Bağımlılığı Ölçeğinden Aldıkları Puan Ortalamalarının Grafikselleştirilmesi

BEŞİNCİ BÖLÜM

5. SONUÇ ve ÖNERİLER

Bu araştırma, üniversitede farklı bölümlerde öğrenim gören öğrencilerin internet bağımlılık düzeyleri ile spor ve farklı değişkenler arasındaki ilişkilerini incelenmiştir. Yapılan araştırmada Atatürk Üniversitesi'nde farklı bölümlerde öğrenim gören 449 erkek 849 kadın olmak üzere toplam 1298 örnek birey üzerinde çalışılmıştır. Çalışmaya katılan örnek bireylerin çoğunluğunu 19-21 yaş arası üniversite öğrencileri oluşturmaktadır.

Öğrencilerin cinsiyetleri ile internet bağımlılığı alt ölçeklerinden aldıkları puanların arasında aşırı online kalma isteği ve sosyal ilişkilerde olumsuzluk alt boyutlarında anlamlı farklılık olduğu bulunmuştur. Erkek öğrencilerin aşırı online kalma isteği ve sosyal ilişkilerde olumsuzluk alt boyutlarındaki puan ortalamalarının kadın öğrencilerin puan ortalamalarından yüksek olduğu tespit edilmiştir. Kontrol kaybı alt boyutunda ise cinsiyetler arasında anlamlı farklılık bulunmamıştır.

Usta (2017), internet bağımlılığıyla alakalı 200 üniversite öğrencisi üzerinde yapmış olduğu çalışmada erkek öğrencilerin internet bağımlılığı puan ortalamalarının, kadın öğrencilerin puan ortalamalarından yüksek olduğu sonucunu bulmuştur. Kır ve Sulak (2014), 337 üniversite öğrencisi üzerinde yaptıkları çalışmada erkeklerin internet bağımlılığı puan ortalamalarının, kadınların puan ortalamalarından yüksek olduğunu bildirmişlerdir. Soydan (2015), 393 üniversite öğrencisi üzerinde yapmış olduğu çalışmada benzer şekilde erkeklerin internet bağımlılığı puan ortalamalarının, kadınların internet bağımlılığı puan ortalamalarından yüksek olduğunu bulmuştur. Bununla birlikte, Çakır ve diğerleri (2011), 996 üniversite öğrencisi üzerinde yaptıkları çalışmada erkeklerin internet bağımlılığı puan ortalamalarının, kadınların internet bağımlılığı puan ortalamalarından yüksek olduğunu bildirmişlerdir.

Simkova ve Cincera (2004), 341 üniversite öğrencisini üzerinde yapmış oldukları çalışmada, cinsiyetlerine göre karşılaştırıldığında 142 kız öğrenciden yüzde 1'inin bağımlı; 199 erkek öğrenciden yüzde 9'unun bağımlı olduğu sonucunu elde etmişlerdir. Bunun sonucunda üniversite öğrencileri içinde erkek öğrencilerin internet bağımlılığı

konusunda sıklıkla sorun yaşadıkları görülmüştür (Akt: Balcı ve Gülnar, 2009).

Scherer (1997), Jiang (2014), Willoughby (2008), Morahan-Martin (2005), Kim ve diğerleri (2006) yaptığı çalışmalarda aynı şekilde erkeklerde internet bağımlılığının daha yüksek olduğunu belirtmişlerdir. Çalışma sonuçları elde etmiş olduğumuz verilerle paralellik göstermektedir. Dolayısıyla bu çalışmalar çalışma verilerimizi destekler niteliktedirler.

Erkeklerin kadınlara nazaran daha fazla internet kullanmasının nedenleri olarak: Kadınlara oranla daha rahat ve sosyal bir çevrede yetişmiş olmaları varsayılabilir. Bunlara ek olarak; bağımlılık oranlarının yüksek olması cinsel içerikli siteler, sanal kumar ve sanal oyunlara erkeklerin daha meyilli olmalarından kaynaklanıyor olabilir.

Öğrencilerin sürekli kullanılabilir internet bağlantı durumları ile internet bağımlılığı alt ölçeklerinden aldıkları puanların arasında kontrol kaybı ve aşırı online kalma isteği alt boyutlarında anlamlı farklılık olduğu tespit edilmiştir. Her iki alt boyutta da, sürekli kullanabileceği internet bağlantısı olan öğrencilerin puan ortalamalarının, sürekli kullanabileceği internet bağlantısı olmayan öğrencilerin puan ortalamalarından yüksek olduğu görülmektedir. Sosyal ilişkilerde olumsuzluk alt boyutunda sürekli internet bağlantı durumuna göre anlamlı farklılık bulunmamıştır.

Özdemir (2016) çalışmasında, 407 üniversite öğrencisinin %92,6'sının sürekli kullanabilecekleri internet bağlantıları olduğunu, %7,4'ün ise sürekli kullanabileceği internet bağlantıları olmadığını ifade etmiştir. Çetinkaya (2013), 476 ilköğretim okulu öğrencisinin %74'ünün sürekli internet bağlantısı olduğunu, %26'sının ise sürekli internet bağlantısı olmadığını ifade etmiştir. Aynı çalışmada sürekli internet bağlantısı olan öğrencilerin internet bağımlılığı puan ortalamalarının daha yüksek çıktığı bulunmuştur.

Sürekli kullanılabilir internete bağlantısı durumu ile internet bağımlılığı arasında ki ilişkiyi ölçen benzer teşkil edecek araştırmalar kısıtlıdır. Gerek internet kullanım sürelerinin gerekse sosyal medya üyelik ortalamalarının yüksek oluşu; kullanıcıların internete erişimde zorluk çekmedikleri ve muhtemelen büyük çoğunlukla sürekli kullanabilecekleri internet bağlantısına sahip oldukları anlamına gelebilir.

Öğrencilerin herhangi bir sosyal medya üyelikleri olma durumları ile internet bağımlılığı alt ölçeklerinden aldıkları puanların arasında kontrol kaybı, aşırı online kalma isteği ve sosyal ilişkilerde olumsuzluk alt boyutlarında anlamlı farklılık olduğu tespit edilmiştir. Her üç alt boyutta ayrı ayrı incelendiğinde, herhangi bir sosyal medya üyesi olan öğrenci puan ortalamalarının daha yüksek olduğu tespit edilmiştir.

Üniversite öğrencileri üzerinde yapılan bir araştırmada, çalışmaya katılan 350 öğrencinin %85,9'unun sosyal ağ sitelerini kullandığı belirlenmiştir (Vural ve Bat, 2010). Benzer şekilde Toraman (2013), 1302 kişi üzerinde yaptığı çalışmada katılımcıların büyük çoğunluğunun (%89,6) sosyal ağ sitelerine üye olduklarını belirtmiştir.

Sulak (2015), 337 üniversite öğrencisi üzerinde yaptığı çalışmada, herhangi bir sosyal medya üyesi bulunanların, herhangi bir sosyal medya üyesi olmayanlara oranla internet bağımlılık puan ortalamalarının anlamlı farklılaştığını belirtmiştir. Kaya (2011), 672 kişi üzerinde yaptığı çalışmada sosyal medya üyesi ile internet bağımlılığı arasında anlamlı ilişki olduğunu tespit etmiştir. Bu bağlamda araştırma sonucumuz ile literatürde yapılan çalışmaların sonuçları örtüşmektedir.

Sosyal medyaya erişim sağlayabilmek adına internet bağlantısı olmasının gerekliliğinden ayrıca sosyal medya çeşitliliğinin artmasına ve insanların sanal profil oluşturma istekliliğinden dolayı üyelikleri olan kişilerin internet bağımlılıklarının yüksek olduğu ifade edilebilir. Bununla birlikte kullanıcıların kendi profillerinin kontrolü ve takip edilen kişilerin akışını kontrol etme istekliliğinin alışkanlığa dönüşmesinden dolayı da bağımlılık düzeylerinin yüksek olduğu savunulabilir.

Öğrencilerin internete erişim sağlama durumları ile internet bağımlılığı alt ölçeklerinden aldıkları puanların arasında aşırı online kalma isteği ve sosyal ilişkilerde olumsuzluk alt boyutlarında anlamlı farklılık olduğu tespit edilmiştir. İnternet erişimini kablosuz ağ aracılığıyla sağlayan öğrenci puan ortalamalarının, aşırı online kalma isteği ve sosyal ilişkilerde olumsuzluk alt boyutlarında, hücresel veri aracılığıyla internet erişimi sağlayan öğrenci puan ortalamalarından yüksek olduğu tespit edilmiştir. Kontrol kaybı alt boyutunda ise internete erişim sağlama durumuna göre anlamlı farklılık bulunmamıştır.

Evde, okulda, kütüphanede, kafelerde ve birçok mekanda kablosuz ağa erişim imkanının sağlanmasından dolayı kişilerin kablosuz ağa daha yaygın bağlanıldığı

düşünülebilir. Hücresel verinin daha bireysel olmasından ötürü imkanlar doğrultusunda sürekli kullanımı sağlanamayabilir. Kişi çoğu alanda mevcut olan kablosuz ağ sayesinde internet bağlantısı kopmadan erişimine devam edebilir. Bu sebepten ötürü internet bağımlılığı oranlarının yüksekliği savunulabilir.

Öğrencilerinin ebeveynlerinin internet kullanım durumları ile internet bağımlılığı alt ölçeklerinden aldıkları puanların arasında kontrol kaybı ve aşırı online kalma isteği alt boyutlarında anlamlı farklılık olduğu tespit edilmiştir. Her iki alt boyutta da, öğrencilere yöneltilen “Ebeveynleriniz internet kullanıyorlar mı?” sorusuna “evet” cevabı verenlerin puan ortalamalarının yüksek olduğu bulunmuştur. Sosyal ilişkilerde olumsuzluk alt boyutunda ise öğrenci ebeveynlerinin internet kullanma durumuna göre anlamlı farklılık bulunmamıştır.

Günümüzde internetin yaygınlaşması hemen hemen her işin internet aracılığıyla yapılabiliyor olması karşısında öğrenci ebeveynlerinin de kayıtsız kalamadıkları ifade edilebilir.

Ebeveynlerin öğrencilerin internet kullanımlarını denetleme durumları ile internet bağımlılığı alt ölçeklerinden aldıkları puanların arasında kontrol kaybı, aşırı online kalma isteği ve sosyal ilişkilerde olumsuzluk alt boyutlarında anlamlı farklılık bulunmamıştır. Yapmış olduğumuz bu çalışmaya göre ebeveynlerin öğrencilerin internet kullanımlarını denetleme durumların, internet bağımlılığı üzerinde herhangi bir etkisi olmadığı gözlemlenmiştir.

Öğrencilerin spor yapma durumları ile internet bağımlılığı alt ölçeklerinden aldıkları puanların arasında kontrol kaybı ve aşırı online kalma isteği alt boyutlarında anlamlı farklılık olduğu tespit edilmiştir. Her iki alt boyutta da, spor yapmayan öğrencilerin puan ortalamalarının daha yüksek olduğu bulunmuştur. Sosyal ilişkilerde olumsuzluk alt boyutunda ise spor yapma durumuna göre anlamlı farklılık bulunmamıştır.

Turan (2015), 397 üniversite öğrencisinin spor yapma durumlarını incelediği çalışmasında 302 (%76,1) katılımcının spor yaptığını, 95 (%23,9) katılımcının ise spor yapmadığını ayrıca internet bağımlılığı riski düzeyinde anlamlı farklılık saptanamadığını ifade etmiştir.

Özdemir (2016), 407 üniversite öğrencisinin spor yapma durumlarını incelediği çalışmasında, katılımcılardan 121 (%29,7) öğrencinin spor yaptığını ifade etmiştir. Spor

yapmayanların internet bağımlılığı puan ortalamasının yüksek olmasına rağmen aralarında anlamlı bir ilişki bulunmadığını da ifade etmiştir.

Alaçam (2012), 2096 üniversite öğrencisi üzerinde internet bağımlılık düzeylerine göre bireylerin spor aktivitelerine katılma düzeylerini araştırmıştır. Yaptığı bu çalışmada herhangi bir spor aktivitesine katılma durumu, internet bağımlılığı olan grupta %61,5, riskli internet bağımlılığı olan grupta %44 ve ortalama internet kullanımı olan grupta %31,9 olarak bulunmuştur.

Spor yapan bireylerin, spor yapmayan bireylere nazaran daha sosyal oldukları savunulabilir. Spor yapan bireyler, spor sayesinde yeni çevreler edinerek yeni topluluklar içerisine girebilirler. Buna karşın spor yapmayan bireyler ise aidiyet duygusu eksikliklerini sanal dünya da gidermeye çalışıyor olabilirler. Bunun doğal sonucu olarak da internet bağımlılık puanlarının yüksek çıktığı düşünülebilir.

Farklı yaş gurubundaki öğrencilerin internet bağımlılığı alt ölçeklerinden aldıkları puanların arasında kontrol kaybı, aşırı online kalma isteği ve sosyal ilişkilerde olumsuzluk alt boyutlarında anlamlı farklılık bulunmamıştır. Buna karşın; Greenfield (1999), Bölükbaş (2003) ve Doğan (2013) yaptıkları araştırmalarda internet bağımlılığı ile yaş arasında anlamlı farklılaşma olduğunu bildirmişlerdir. Diğer taraftan Üçkardeş (2010), Şahin (2011), Alaçam (2012) ve Şaşmaz ve diğerleri (2013) yapmış oldukları çalışmalarda ise internet bağımlılığı ile yaş arasında anlamlı bir farklılaşma tespit edememişlerdir.

Yapılan bu araştırma yalnızca üniversite öğrencilerini kapsadığından dolayı yaş grubu aralığı geniş değildir. Bu sebepten dolayı internet bağımlılığı ve yaş arasındaki ilişkiyi sağlıklı bir şekilde yorumlamak güçleşmektedir. İnternet bağımlılığı ve yaş arasındaki ilişkiyi gözlemleyebilmek adına örneklem yaş aralığı geniş tutulduğunda daha verimli bulgular elde edilebilir.

Farklı bölümlerde öğrenim gören öğrencilerin internet bağımlılığı alt ölçeklerinden aldıkları puanların arasında kontrol kaybı ve daha fazla online kalma isteği alt boyutlarında anlamlı farklılık tespit edilmiştir. Kontrol kaybı alt boyutunda, Temel Eğitim alanında öğrenim gören öğrencilerin puan ortalamalarının, Güzel Sanatlar alanında ve Özel eğitim alanında öğrenim gören öğrencilerin puan ortalamalarından daha yüksek olduğu bulunmuştur. Daha fazla online kalma isteği alt boyutunda, Temel Eğitim

alanında öğrenim gören öğrencilerin puan ortalamalarının, Özel Eğitim alanında eğitim gören öğrenci puanlarından yüksek olduğu tespit edilmiştir. Sosyal ilişkilerde olumsuzluk alt boyutunda farklı bölümlerde öğrenim görme durumuna göre anlamlı farklılık bulunmamıştır.

Sulak (2015) yaptığı çalışmada, eğitim fakültesinde öğrenim gören 337 öğrencinin internet bağımlılığı toplam puanlarında, Bilgisayar Öğretim ve Teknolojileri bölümünde öğrenim gören öğrencilerin diğer bölümlerle karşılaştırıldığında lehine sonuç elde ettiğini ifade etmiştir. Benzer sonuçlar Kaya (2011) ve Tutgun (2009)'un yapmış olduğu çalışmada problemlerli internet kullanımı ölçeğinden alınan toplam puanlar Bilgisayar Öğretim ve Teknolojileri bölümünde öğrenim gören öğrenciler lehine anlamlı bir farklılaşma göstermiştir. Bilgisayar ve Öğretim Teknolojileri Öğretmenliği öğrencilerinin lehine olan bu sonucun beklenen bir sonuç olduğu düşünülebilmektedir. Fakat yapmış olduğumuz çalışmada elde ettiğimiz farklı sonuçlar, diğer bölümlerde öğrenim gören öğrenciler üzerinde yapılan farklı çalışmaların sonuçlarıyla çelişmektedir.

Farklı sınıf düzeyinde öğrenim gören öğrencilerin internet bağımlılığı alt ölçeklerinden aldıkları puanların arasında sosyal ilişkilerde olumsuzluk alt boyutunda anlamlı farklılaşma bulunmuştur. Sosyal ilişkilerde olumsuzluk alt boyutunda 2.sınıf düzeyinde öğrenim gören öğrenci puan ortalamalarının, 3.sınıf düzeyinde öğrenim gören öğrenci puan ortalamalarından yüksek olduğu tespit edilmiştir. Kontrol kaybı ve daha fazla online kalma isteği alt boyutlarında öğrencilerin sınıf düzeyi durumlarına göre anlamlı farklılık bulunmamıştır.

Sevindik (2011) ve Sulak (2015) çalışmalarında, öğrencilerin internet bağımlılığı toplam puanlarında, 4.sınıfta öğrenim gören öğrenciler lehine anlamlı farklılaşma tespit etmişlerdir. Döner (2011) ve Kaya (2011)'nin çalışmalarına göre ise sınıf değişkenine göre herhangi bir farklılaşma saptanmamıştır.

Çalışmalarda farklı bulgular elde edilmesinin nedeni olarak; kısıtlı örneklem grubu, sosyalleşmede farklılıklar, farklı kültür ve coğrafya faktörü ile öğrenim görülen bölümün etkisinin olabileceği ifade edilebilir. Bununla birlikte 2. Sınıf düzeyinde öğrenim gören üniversite öğrencilerin geçiş döneminde olmaları, okul ve okulun getirdiği sosyal çevreye adapte olmaya çalışmaları internet bağımlılık puan ortalamalarının yüksek çıkmasının nedeni olarak gösterilebilir.

Farklı aile yapılarına mensup öğrencilerin internet bağımlılığı alt ölçeklerinden aldıkları puanların arasında daha fazla online kalma isteği ve sosyal ilişkilerde olumsuzluk alt boyutlarında anlamlı farklılık tespit edilmiştir. Sosyal ilişkilerde olumsuzluk alt boyutunda, parçalanmış aile yapısına mensup öğrenci puan ortalamalarının, çekirdek aile ve geniş aile yapılarına mensup öğrenci puan ortalamalarından daha yüksek olduğu tespit edilmiştir. Kontrol kaybı alt boyutunda aile yapısı durumuna göre anlamlı farklılık bulunmamıştır.

Parçalanmış aileye mensup olan öğrencilerin bağımlılık puan ortalamalarının yüksek çıkmasının temel nedeni, gerçek yaşamlarında yaşamış oldukları olumsuz olaylardan sanal dünya vasıtasıyla arınabileceklerini düşünmeleri olarak ifade edilebilir. Bununla birlikte ebeveynlerinin ayrı olmasının yalnızlık ve psikolojik sorunlara neden olabileceğinden ötürü öğrencilerin gerçek kimliklerini saklayarak sanal dünyada istedikleri kişi olma ve istedikleri kişi gibi davranabilmeleri imkânı bulabilmeleri bağımlılıklarının yüksek çıkmasının nedeni olarak ifade edilebilir.

Öğrencilerin günlük internet kullanım süre durumları ile internet bağımlılığı alt ölçeklerinden aldıkları puanların arasında kontrol kaybı, daha fazla online kalma isteği ve sosyal ilişkilerde olumsuzluk alt boyutlarında anlamlı farklılık tespit edilmiştir. Her üç alt boyut ayrı ayrı incelendiğinde, 7 saat ve üzeri günlük internet kullanımı gerçekleştiren öğrenci puan ortalamalarının, her üç alt boyut altındaki; 1 saatten az, 1-3 saat arası ve 4-6 saat arası günlük kullanım sürelerinin puan ortalamalarından daha yüksek çıktığı tespit edilmiştir.

Reyhanlıoğlu (2015), 128 üniversite öğrenci üzerinde yaptığı çalışmada, öğrencilerin günlük internet kullanım süreleri ile internet bağımlılık düzeylerinin yükselmesi arasında doğru orantı olduğunu ifade etmiştir. İnterneti 7 saat ve üzeri kullananların internet bağımlılığı oranları, 7 saat altında günlük internet kullananların bağımlılık oranlarından daha fazladır. Hawi (2012), yaptığı çalışma sonucunda bağımlı kullanıcıların günlük ortalama 6,5 saat internet kullandıklarını ifade ederken, bağımlı olmayan kullanıcılarda bu sürenin 3 saat olduğunu belirtmiştir. Bu çalışma bulgularına paralel olarak, Kubey ve diğerleri (2001) internet bağımlısı olduğunu belirten grubun diğer öğrencilere kıyasla internette iki kat daha fazla çevrimiçi zaman geçirdiklerini

saptamışlardır. Balta ve Horzum (2008) da haftada sekiz saatten fazla internete bağlı kalan öğrencilerin internet bağımlılık düzeylerinin daha yüksek olduğunu belirtmişlerdir.

İnternet bağımlılığıyla ilgili daha önce yapılan araştırmalarda, bağımlı kullanıcıların haftalık veya günlük internet kullanım sürelerinin bağımlı olmayan kullanıcılara kıyasla önemli ölçüde fazla olduğu ve internet kullanım süresi ile internet bağımlılığı arasında doğru orantılı bir ilişki olduğu ortaya çıkmıştır (Cengizhan, 2003; Günüş, 2009). Bu görüşte bizim elde etmiş olduğumuz çalışma verilerimizi desteklemektedir.

Öğrencilerin internet kullanım amaç durumları ile internet bağımlılığı alt ölçeklerinden aldıkları puanların arasında kontrol kaybı, daha fazla online kalma isteği ve sosyal ilişkilerde olumsuzluk alt boyutlarında anlamlı farklılık tespit edilmiştir. Kontrol kaybı ve daha fazla online kalma isteği alt boyutlarında, eğlence-boş zaman ve sosyal medya-iletişim amaçlı internet kullanımı gerçekleştiren öğrenci puan ortalamalarının her iki alt boyut içerisinde de araştırma-eğitim ve birden fazla amaç adına internet kullanan öğrenci puan ortalamalarından daha yüksek olduğu tespit edilmiştir. Sosyal ilişkilerde olumsuzluk alt boyutunda ise, eğlence-boş zaman amaçlı internet kullanımı gerçekleştiren öğrencilerin puan ortalamalarının, araştırma-eğitim ve birden fazla amaç adına internet kullanan öğrencilerin puan ortalamalarından daha yüksek olduğu görülmüştür.

Soydan (2015), 393 üniversite öğrencisinden %57,7'sinin interneti en çok sosyal medya için kullandığını ifade etmiştir. Benzer şekilde, Özdemir (2016) de 407 üniversite öğrencisinin %82,1'nin interneti en çok sosyal medya için kullandığını ifade etmiştir.

Özkan (2010) çalışmasında, katılımcıların %49,3'ünün interneti eğitim amaçlı kullandıklarını ifade etmiştir. Tahiroğlu ve diğerleri (2008) çalışmalarında, internet kullanımını eğitim amaçlı sağlayan öğrencilerin bağımlılık puan ortalamalarının daha düşük olduğu sonucuna ulaşmıştır.

Has (2015) 372 üniversite öğrencisi üzerinde yapmış olduğu çalışmada, eğlence amacıyla girenlerin internet bağımlılık düzeyleri puan ortalamalarının diğer amaçlarla internet erişimi sağlayanlardan daha yüksek olduğunu ifade etmiştir.

Canan (2010), 1034 üniversite öğrencisi üzerinde çalışmış ve katılımcıların büyük çoğunluğunu oluşturan 603 kişinin iletişim amaçlı internet kullanımını gerçekleştirdiklerini ifade etmiştir.

İnternet kullanım amaçlarıyla alakalı farklı araştırmalar incelendiğinde; Lam ve diğerleri (2009) ve Jang ve diğerleri (2008) yaptıkları çalışmalara katılanların çoğunluğunun interneti eğlence amaçlı kullandıklarını ifade etmiştir. Hawi (2012) katılımcıların büyük çoğunluğunun (%84,2) iletişim amaçlı interneti kullandıklarını aktarmıştır (akt: Çetinkaya, 2013). Bu da internet kullanım amaçları ile ilgili literatüre bakıldığında yapılan araştırmaların farklı sonuçlar elde ettiğini göstermektedir.

Öğrencilerin haftalık spor yapma süre durumları ile internet bağımlılığı alt ölçeklerinden aldıkları puanların arasında kontrol kaybı ve daha fazla online kalma isteği alt boyutlarında anlamlı farklılaşma bulunmuştur. Spor yapmayan öğrencilerin puan ortalamalarının her iki alt boyutta da, 3-4 saat arası spor yapan öğrencilerin puan ortalamalarından yüksek olduğu görülmektedir. Sosyal ilişkilerde olumsuzluk alt boyutunda haftalık spor yapma durumuna göre anlamlı farklılık bulunmamıştır.

İnternet bağımlılığı ve spor değişkeni arasındaki ilişkiyi araştıran çalışmalar kısıtlıdır. Buna karşın; Ergin ve diğerleri (2013) 386 üniversite öğrencisi üzerinde yaptıkları çalışmada, düzenli spor yapanlarda riskli-bağımlı oranı %9,5 iken yapmayanlarda %3,8 olarak bildirmişlerdir. Alaçam (2012), düzenli spor yapma durumu sorgulandığında internet bağımlılığı olan grupta %38,5, riskli internet bağımlılığı olan grupta %40,5 ve ortalama internet kullanımı olan grupta %28,1 olarak bulunmuştur.

Spor yapan bireylerin, spor yapmayan bireylere nazaran daha sosyal oldukları savunulabilir. Spor yapan bireyler, spor sayesinde yeni çevreler edinerek yeni topluluklar içerisine girebilirler. Buna karşın spor yapmayan bireyler ise aidiyet duygusu eksikliklerini sanal dünya da gidermeye çalışıyor olabilirler. Bunun doğal sonucu olarak da internet bağımlılık puanlarının yüksek çıktığı düşünülebilir.

Spor yapma türleri farklı olan öğrencilerin internet bağımlılığı alt ölçeklerinden aldıkları puanların arasında kontrol kaybı, daha fazla online kalma isteği ve sosyal ilişkilerde olumsuzluk alt boyutlarında spor yapma türüne göre anlamlı farklılaşma bulunmamıştır.

Spor yapma amaçları farklı olan öğrencilerin internet bağımlılığı alt ölçeklerinden

aldıkları puanların arasında kontrol kaybı, daha fazla online kalma isteği ve sosyal ilişkilerde olumsuzluk alt boyutlarında spor yapma amaçlarına göre anlamlı farklılaşma bulunmamıştır.

Araştırmadan elde ettiğimiz verilerin ışığında bundan daha sonra ki çalışmalar için aşağıdaki önerilere yer verilmiştir;

- İnternet hakkında detaylı bilgiler verilerek, internetin olumlu ve olumsuz yönlerinin anlatılıp, olabildiğince erken yaşlarda öğrencilerin bilinçlenmeleri sağlanmalıdır. Gerekli görüldüğü takdirde okullarda uzman kişiler tarafından seminerler verilmesi faydalı olabilir.
- Araştırma bulgularına göre, en çok sosyal medya-iletişim ve eğlence-boş zaman amacıyla internet kullanılmaktadır. Bu yoğun kullanımı bilgiye ulaşımında, araştırma yapılmasında ve akademik başarıyı olumlu etkileyecek alanlara yöneltmek amacıyla çalışmalar yapılması faydalı olabilir.
- İnternet bağımlılığının yüksek çıkmasına neden olan alanlarda daha geniş kapsamlı yeni araştırmalar yapılması faydalı olabilir. Bulunan sonuçlara göre internet bağımlılığını azaltacak önlemler alınabilir.
- Spor yapan bireylerin internet bağımlılık puanlarının daha düşük çıkmasından dolayı, öğrencileri sportif aktivitelere ve/veya tiyatro, sinema ve/veya benzeri faaliyetlere yönlendirip, daha sosyal bir hayat sürmeleri üzerine bir çalışma yapılabilir.
- Spor ve internet bağımlılığı arasındaki ilişkiyi inceleyen yeni çalışmalara ihtiyaç vardır. Böylece literatür zenginleşecek ve yapılacak olan çalışmalara örnek teşkil edecek bulgulara ulaşılabilir. Kolaylaşacaktır.
- İnternet bağımlılığı hakkında daha geniş kitleler üzerinde çalışılarak, örneklem grubunun geniş tutulması ve yapılan çalışmaların karşılaştırılması faydalı olabilir.
- Yapılan bu araştırmada, internet bağımlılığı ile ilgili elde edilen sonuçların alan yazınında ki bazı değişkenler ile birlikte farklılıklara sahip olması bu konuların başka araştırmalar tarafından güncellenmesi gerektiğini ortaya koymaktadır.

KAYNAKÇA

- Akbal, A. ve Balık, H.H. (2006, Şubat). *TCP/IP'nin dünü, bugünü, yarını*. Akademik Bilişim 2006 Konferansı. Pamukkale üniversitesi, Denizli. -
- Akça, N.Ş. (2012). *Özel spor merkezlerine üye olan bireylerin spora yönelme nedenleri ve beklentilerinin gerçekleşme düzeyleri*. Yayınlanmamış yüksek lisans tezi. Ankara Üniversitesi Sağlık Bilimleri Enstitüsü, Ankara.
- Akgün, N. (1989). *Egzersiz fizyolojisi*. Ankara: Gökçe Matbaacılık.
- Akinoğlu, P. (2002). *Eğitim ve sosyalleşme açısından internet kullanımı: İstanbul Örneği* (Doktora tezi). Sakarya Üniversitesi Sosyal Bilimler Enstitüsü, Sakarya.
- Alaçam, H. (2012). *Denizli bölgesi üniversite öğrencilerinde internet bağımlılığının görülme sıklığı ve yetişkin dikkat eksikliği hiperaktivite bozukluğu ile ilişkisi* (Uzmanlık tezi). Pamukkale Üniversitesi Tıp Fakültesi, Denizli.
- Altun, A. (2003). Yurdum İnternet'i 10 Yasında. <http://www.internetarsivi.metu.edu.tr/10yil.php>. 5 Ocak 2017'de alınmıştır.
- Arısoy, Ö. (2009). İnternet bağımlılığı ve tedavisi. *Psikiyatride güncel yaklaşımlar*, 1:55-67.
- Ateş Çöl, I., Sönmez, M.B., Vardar, M.E. (2016). Alkol bağımlısı olan hastalarda içsel farkındalığın değerlendirilmesi. *Arch Neuropsychiatr*. 53, 17-22.
- Atmaca, A. (2006). *Spor nasıl yapılır? Spor ve sosyal aktiviteler*. İstanbul: Timaş Yayınları.
- Balcı, Ş. ve Gülnar B. (2009). Üniversite öğrencileri arasında internet bağımlılığı ve internet bağımlılığının profili. *Selçuk Üniversitesi İletişim Fakültesi Akademik Dergisi*, S: 6.
- Balta, Ç.Ö. ve Horzum, M.B. (2008). Web tabanlı öğretim ortamındaki öğrencilerin internet bağımlılığını etkileyen faktörler. *Ankara Üniversitesi Eğitim Bilimleri Fakültesi Dergisi*, 41(1): 187-205.

- Barry, W., Anabel, Q.H., Jeffrey, B., and Wenhong, C. (2002, October). *Examining the internet in everyday life*. Euricom Conference on e-Democracy, Nijmegen, Netherlands.
- Bayraktar, F., (2001). *İnternet kullanımının ergen gelişimindeki rolü* (Yüksek lisans tezi). Ege Üniversitesi Sosyal Bilimler Enstitüsü, İzmir.
- Bayzan, Ş. (2011). *Dünyada internetin güvenli kullanımına yönelik uygulama örnekleri ve Türkiye’de bilinçlendirme faaliyetlerinin incelenmesi ve Türkiye için öneriler*. Ankara: Bilgi Teknolojileri ve İletişim Kurumu.
- Bilge, F. (2012). Bir grup ilköğretim öğrencisinde bilgisayara yönelik bağımlılık eğilimi değerlendirmesi. *Hacettepe Üniversitesi Eğitim Fakültesi Dergisi*, 43: 96-105.
- Bozkur, B. (2013). *İlköğretim II. kademe öğrencilerinde internet bağımlılığının çeşitli değişkenlere göre incelenmesi*. Yayınlanmamış yüksek lisans tezi. Ankara Üniversitesi Eğitim Bilimleri Enstitüsü, Ankara.
- Bölükbaş, K. (2003). *İnternet kafeler ve internet bağımlılığı üzerine sosyolojik bir araştırma: Diyarbakır örneği*. Yayınlanmamış yüksek lisans tezi. Dicle Üniversitesi Sosyal Bilimler Enstitüsü, Diyarbakır.
- Büyük Larousse (1986). *Sözlük ve Ansiklopedisi*, (Cilt 21) İstanbul: Milliyet.
- Can, M.Ş. (2007). *İlköğretim II. kademe öğrencilerinde görülen “Madde Bağımlılığı” alışkanlığı: Sakarya ili örneği* (Yüksek lisans tezi). Sakarya Üniversitesi, Sakarya.
- Canan, F. (2010). *Üniversite öğrencilerinde internet bağımlılığı, disosiyatif belirtiler ve sosyodemografik özellikler arasındaki ilişki* (Uzmanlık tezi). Düzce Üniversitesi Tıp Fakültesi Psikiyatri Anabilim Dalı, Düzce.
- Cengizhan, C. (2003). *Bilgisayar ve internet bağımlılığı*. 9. Türkiye’de İnternet Konferansı, İstanbul.
- Cengizhan, C. (2005). Öğrencilerin bilgisayar ve internet kullanımında yeni bir boyut: “İnternet Bağımlılığı”. *Marmara Üniversitesi Atatürk Eğitim Fakültesi Eğitim Bilimleri Dergisi*, (22): 83-98.

- Ceyhan, A.A. (2011). University Students' problematic internet use and communication skills according to the internet use purposes educational sciences. *Theory & Practice*, 11(1): 69-77.
- Cömert, I.T. (2010). *Diğer bağımlılıklar: Bilgisayar ve internet bağımlılığı*. İstanbul: Yeniden yayınları.
- Çağıltay, K. (1997). *İnternet*. Ankara: METU Yayınları.
- Çakır, Ö., Ayas, T., Horzum, MB. (2011). An investigation of university students' internet and game addiction with respect to several variables. *Ankara University, Journal of Faculty of Educational Sciences*, 44(2): 95-117.
- Çalık, D. ve Çınar, Ö. P., (2009, Aralık). *Geçmişten günümüze bilgi yaklaşımları bilgi toplumu ve internet*. 14.Türkiye'de İnternet Konferansı, Bilgi Üniversitesi, İstanbul.
- Çetin, H.N. (1986). *Türkiye'de sporun yaygınlaştırılması*. Gazi Üniversitesi Spor Bilimleri Enstitüsü, Ankara.
- Çetin, Y., Özcan, S., Taş, H.Y. (2013). Sigara ile mücadelede toplumsal bilinç. *Emek ve Toplum*. 2(4): 152-175.
- Çetinkaya, M. (2013). *İlköğretim öğrencilerinde internet bağımlılığının incelenmesi* (Yüksek lisans tezi). Dokuz Eylül Üniversitesi Eğitim Bilimleri Enstitüsü, İzmir.
- Çoban, A., Gümüşel, O. (2008). *Alkol ve madde bağımlılığı*. İstanbul: NP Yayınları.
- Çöpür, M., Elmas, İ. ve Can, Y. (1995). Madde bağımlılığı ve antisosyal kişilik. *Kriz Dergisi*, 3(2): 194-196.
- Davis, R.A. (2001). A cognitive-behavioral model of pathological internet use. *Computer in Human Behavior*, 17: 187-195.
- Demirci, A. (2006). *İlköğretimde beden eğitimi uygulamaları*. İstanbul: Değişim Yayınları.
- Derin, S. (2013). *Lise öğrencilerinde internet bağımlılığı ve öznel iyi oluş*. Yayınlanmamış yüksek lisans tezi. Hacettepe Üniversitesi Sosyal Bilimler Enstitüsü, Ankara.

- Dever, A. (2008). *Sosyolojik Boyutlarıyla Spor* (Yüksek lisans tezi). Cumhuriyet Üniversitesi Sosyal Bilimler Enstitüsü, Sivas.
- Dever, A. (2010). *Spor sosyolojisi: Tarihsel ve güncel boyutlarıyla spor ve toplum*. İstanbul: Başlık Yayın Grubu.
- Dinç, M. (2010). *İnternet bağımlılığı*. İstanbul: Ferfir Yayınları.
- Doğan, A. (2013). *İnternet bağımlılığı yaygınlığı* (Yüksek lisans tezi). Dokuz Eylül Üniversitesi Eğitim Bilimleri Enstitüsü, İzmir.
- Doğan, O. (2005). *Spor psikolojisi*. Adana: Nobel Kitabevi.
- Doruk, D. (2007). *Öğrenme isteksizliğinin internet kullanımıyla ilişkilendirilmesi*. Yayınlanmamış yüksek lisans tezi. Beykent Üniversitesi Sosyal Bilimler Enstitüsü, İstanbul.
- Döner, C. (2011). *İlköğretim öğrencilerinde internet bağımlılığının farklı değişkenlere göre incelenmesi*. Yayınlanmamış yüksek lisans tezi. Ankara Üniversitesi Eğitim Bilimleri Enstitüsü, Ankara.
- Dursun, M. (2017). *Üniversite öğrencilerinin eğitimde teknoloji kullanımına ilişkin tutumlarının spor ve farklı değişkenler açısından incelenmesi* (Yüksek lisans tezi). Atatürk Üniversitesi Eğitim Bilimleri Enstitüsü Beden Eğitimi ve Spor Öğretmenliği Anabilim Dalı, Erzurum.
- Ekinci, A. (2002). Aziz Antonius'un baştan çıkarılması: Bir kötü alışkanlık olarak internet. *COGITO Dergisi*, 30: 227-235.
- Ergin, A., Uzun, S.U., Bozkurt, A.İ. (2013). Tıp fakültesi öğrencilerinde internet bağımlılığı sıklığı ve etkileyen etmenler. *Pamukkale Tıp Dergisi*, 6(3):134-142.
- Erkal, M.E. Güven, Ö., Ayan, D. (1998). *Sosyolojik açıdan spor*. İstanbul: Der Yayınları.
- Erkal, N. (1992). *Sosyolojik açıdan spor*. İstanbul: Kutsun Yayınları.
- Fişek, K. (2003). *Sporun anatomisi*. İstanbul: Ygs Yayınları.
- Fişek, K. (2003). *Yüz soruda Türkiye spor tarihi*. İstanbul: Fişek Yayınları.
- Gillet, B. (1975). *Spor tarihi*. İstanbul: Gelişim Yayınları.

- Göka, E. ve Tıkır, B. (2012). İnternet bağımlılığı gerçek mi, efsane mi? *Eğitim-Öğretim ve Bilim Araştırma Dergisi*. 8: 24.
- Gökhan, N., Olgun, P., Gürses, Ç. (1979). *Sportif yetenek araştırma metodu türkiye uygulaması*. İstanbul: TSV Yayınları.
- Gönül, A.S. (2002). Patolojik internet kullanımı: internet bağımlılığı kötüye kullanımı. *Yeni Symposium*, 40(3): 105-110.
- Greenfield, D.N. (1999). Psychological characteristics of compulsive internet use: A preliminary analysis. *CyberPsychology and Behavior*, 403-412.
- Griffiths, M. (2004). *Children and internet uptake: Issues for parents and teachers*. *Education and Health*, 22(2): 32.
- Griffiths, M.D. (1996). Behavioral addictions: An issue for everybody. *Journal of Workplace Learning*. 8: 19-25.
- Günüç, S. (2009). *İnternet Bağımlılık Ölçeği'nin geliştirilmesi ve bazı demografik değişkenler ile internet bağımlılığı arasındaki ilişkilerin incelenmesi* (Yüksek lisans tezi). Yüzüncü Yıl Üniversitesi, Van.
- Hahn, A., Jerusalem, M. (2001). *Internetsucht: Reliabilität und validität in der online-Forschung*. http://psilab.educat.hu-berlin.de/ssi/publikationen/internetsucht_online-forschung_2001b.pdf
- Hane halkı Bilişim Teknolojileri Kullanım Araştırması Sonuçları, (2011). T.C. Başbakanlık Türkiye İstatistik Kurumu Haber Bülteni. Sayı: 170
- Has, Z. (2015). *Üniversite öğrencilerinde internet bağımlılığının yaşam kalitesine etkisi: Sakarya ili örneği* (Yüksek lisans tezi). Üsküdar Üniversitesi Sosyal Bilimler Enstitüsü Klinik Psikoloji Anabilim Dalı, İstanbul.
- Hawi, N.S. (2012). Internet addiction among adolescents in Lebanon. *Computers in Human Behavior*, 28: 1044–1053.
- IWS (2017). Internet World Stats: Usage and population Statistics. <http://www.internetworldstats.com> 16 Kasım 2017' de alınmıştır.
- İçel, K. (1998). *Kitle haberleşme hukuku*. İstanbul: Beta Yayınları.

- İmamoğlu, F. (1992). İki binli yıllara doğru Türk sporu üzerine bazı gözlemler. *Gazi Eğitim Fakültesi Dergisi*, 8(1): 9-19.
- İnal, A. N. (2003). *Beden eğitimi ve spor bilimi*. Ankara: Nobel Yayınları.
- Jiang, Q. (2014). Internet addiction among young people in China: Internet connectedness, online gaming and academic performance decrement. *Internet Research*, 2-20.
- Kalkan, M. ve Kaygusuz, C. (2013). *İnternet bağımlılığı sorunlar ve çözümler*. Ankara: Anı Yayıncılık.
- Kandeğer, A., Bozkurt, H., (2016). Obeziteye giden kral yolu: gıda bağımlılığı olgu sunumu. *Bağımlılık Dergisi*, 17(3): 135-138.
- Karaküçük, S., Yenel, F., (1999). Spor köşe yazarlarının okuyucuya yansıttığı görüşlerin bir analizi. *Sosyal Araştırmalar Dergisi*, 3(2): 94.
- Karaman, M.K. ve Kurtoğlu, M. (2009). *Öğretmen adaylarının internet bağımlılığı hakkındaki görüşleri*. 7. Akademik Bilişim Konferansı Bildirileri, Harran Üniversitesi, Şanlıurfa.
- Karasar, N. (2010). *Bilimsel araştırma yöntemi*. Nobel Yayın Dağıtım, Ankara.
- Kaya, A., 2011. *Öğretmen adaylarının sosyal ağ sitelerini kullanım durumları ve internet bağımlılığı düzeyleri*. Yayınlanmamış yüksek lisans tezi. Ege Üniversitesi Fen Bilimleri Enstitüsü, İzmir.
- Kılıçgil, E. (1998). *Sosyal çevre ve spor ilişkileri*. Ankara: Bağırhan Yayınevi.
- Kır, İ., Sulak, Ş. (2014). Eğitim Fakültesi öğrencilerinin internet bağımlılık düzeylerinin incelenmesi. *Elektronik Sosyal Bilgiler Dergisi*, 13(51): 150-167.
- Kim, K., Ryu, E., Chon, M.Y., Yeun, E.J., Choi, S.Y., Seo, J.S., Nam, B.W. (2006). Internet addiction in Korean adolescents and its relation to depression and suicidal ideation: A questionnaire survey. *Int J Nurs Study*, 43:185–192.
- Kim, J.U. (2007). A reality therapy group counseling program as an internet addiction recovery method for college students in Korea: *International Journal of Reality Therapy*, 26(2): 3-9.
- Köknel, Ö. (1998). *Bağımlılık: Alkol ve madde bağımlılığı*. İstanbul: Altın Kitaplar.

- Köse, D., Çınar, N. ve Akduran, F. (2012). Hemşirelik öğrencilerinde internet bağımlılığının kişilik özellikleri ve zaman yönetimi ile ilişkisi. *Sakarya Üniversitesi Fen Bilimleri Enstitüsü Dergisi*, 16 (3): 227-233.
- Kraut, R., Patterson, M., Lundmark, V., Kiesler S., Muko-padhyay, T., Scherlis, W. (1998). Internet paradox: A social technology that reduces social involvement and psycho-logical well-being?. *Am Psychol* ; 53:1017-1031.
- Kubey, R.W., Lavin, M.J. ve Barrows, J.R., (2001). Internet use and collegiate academic performance decrements: Early findings. *Journal of Communication*, 51: 366-382.
- Lin, S.S.J ve Tsai, C.C. (2002). Sensation seeking and internet dependence of Taiwanese high school adolescents. *Computers in Human Behavior*, 18 (4): 411-426.
- Mengütay, S. (1997). *Morpa spor ansiklopedisi*. İstanbul: Orhan Ofset.
- Morahan-Martin J. (2005). Internet abuse: Addiction, disorder, symptom, alternative explanations. *Soc. Sci. Comput Rev*; 23: 39-48.
- Muslu, G.K. and Bolışık, B. (2009). Çocuk ve gençlerde internet kullanımı. *TAF Preventive Medicine Bulletin*, 8(5).
- Nakilcioğlu, İ.H., (2007, Ocak). *İletişimden Bilişime: İnternet kültüründen kesitler*. Akademik Bilişim 2007 Konferansı, Dumlupınar Üniversitesi, Kütahya.
- Odabaşıoğlu, G., Öztürk, Ö., Genç, Y. ve Pektaş, Ö. (2007). On olguluk bir seri ile internet bağımlılığı klinik görünümleri. *Bağımlılık Dergisi*, 8 (1): 46–51.
- Okin, J.R. (2005). The internet revolution the not-for-dummies guide to the history, technology, and use of the internet. *Ironbound Press*. s.5. <http://www.ironboundpress.com/pdf/intrev-chap0.pdf> 29 Kasım 2017'de alınmıştır.
- Ozan, M. (2013). *Sporcularda kol ve bacak wingate testleri ile anaerobik gücün değerlendirilmesi* (Yüksek lisans tezi). Selçuk Üniversitesi Sağlık Bilimleri Enstitüsü, Konya.
- Ögel, K. (2001a). *Madde bağımlılarına yaklaşım ve tedavi*. İstanbul: Kültür Sanat Yayıncılık.

- Ögel, K. (2001b). *İnsan, yaşam ve bağımlılık tartışmalar ve gerekçeler*. İstanbul: IQ Kültür Sanat Yayıncılık.
- Ögel, K. (2010). *Sigara, alkol ve madde kullanım bozuklukları: Tanı, tedavi ve önleme*. İstanbul: Yeniden Yayınları.
- Ögel, K. (2012). *İnternet bağımlılığı: İnternetin psikolojisini anlamak ve bağımlılıkla başa çıkmak*. İstanbul: Türkiye İş Bankası Kültür Yayınları.
- Özdemir, G. (2016). *On dokuz mayıs üniversitesi tıp fakültesi öğrencilerinde internet bağımlılığı ve depresyon arasındaki ilişkinin değerlendirilmesi* (Uzmanlık tezi). Ankara Üniversitesi Tıp Fakültesi Aile Hekimliği Anabilim Dalı, Ankara.
- Özdenk, S. (2011). *Düzenli egzersizin Fırat Üniversitesi Beden Eğitimi ve Spor Yüksek Okulu öğrencilerinin problem çözme becerileri üzerine etkisi*. Yayımlanmamış yüksek lisans tezi. Fırat Üniversitesi Sağlık Bilimler Enstitüsü, Elazığ.
- Özkan, E. (2010). *İlköğretim II. kademe öğrencilerinin bilgisayar-internet kullanım durumlarının değerlendirilmesi: Uşak İli Örneği*. Yayımlanmamış yüksek lisans tezi. Kocatepe Üniversitesi Sosyal Bilimler Enstitüsü, Afyon.
- Öztürk, F. (1998). *Toplumsal Boyutlarıyla Spor*. Ankara: Bağırhan Yayınevi.
- Öztürk, Ö., Odabaşoğlu, G., Eraslan, D., Genç, Y., Kalyoncu, Ö.A. (2007). İnternet bağımlılığı: Kliniği ve tedavisi. *Bağımlılık Dergisi*, 8, 36-41.
- Pınarcı, G. (2014). *Üniversite öğrencilerinde kumar oynama, patolojik kumar bağımlılığı ve ilişkili karakter özellikleri*. Yayımlanmış yüksek lisans tezi. Ege Üniversitesi Madde Bağımlılığı Toksikoloji ve İlaç Bilimleri Enstitüsü, İzmir.
- Pratarelli, M.E., Browne, B. L., Johnson, K. (1999). The bits and bytes of computer/Internet addiction: A factor analytic approach. *Behavior Research Methods, Instruments & Computers*, 31(2): 305-314.
- Reyhanlıoğlu, E.N. (2015). *Türkiye'deki üniversite öğrencilerinin internete bağımlılık düzeyleri ile sıkıntıya dayanma, başa çıkma stratejileri, kişilik özellikleri ve bazı demografik değişkenler arasındaki ilişki* (Yüksek lisans tezi). Üsküdar Üniversitesi Sosyal Bilimler Enstitüsü Klinik Psikoloji Anabilim Dalı, İstanbul.
- Saltuk, S. (1999). *Antik Stadyumlar*. İstanbul: İnkilap Kitapevi.

- Sarıalp, R. (2001). *Düşünceler ve denemeler: Tarih, kültür, spor*. İstanbul: Temel Yayınlar.
- Sato, T. (2006). *Internet addiction among students: prevalence and psychological problems in Japan*. *Clinical Topics in Japan*, 49(7): 279-283.
- Scherer, K. (1997). *College life on-line: Healthy and unhealthy internet use, journal of college student development*. <http://findarticles.com/> 5 Aralık 2017'de alınmıştır.
- Sevim, Y. (2002). *Antrenman Bilgisi*. Ankara: Nobel Yayınları.
- Sevindik, F. (2011). *Fırat Üniversitesi öğrencilerinde problemlili internet kullanımı ve sağlıklı yaşam biçimi davranışlarının belirlenmesi*. Yayınlanmamış doktora tezi. İnönü Üniversitesi Sağlık Bilimleri Enstitüsü, Malatya.
- Shapira, N.A., Goldsmith, T.D., Keck, P.E. (2000). *Psychiatric features of individuals with problematic internet use*. *Journal of Affective Disorders*, 57: 267-272
- Shim, Y.S. (2004). *The impact of the internet on teen-agers' interpersonal communication behaviors: The relationship between internet use and desire for face-to-face communication* (Doctoral Dissertation). Southern Illinois University, Carbondale, USA.
- Simkova, B. ve Cincera, J. (2004). Internet addiction disorder and chatting in the Czech Republic. *CyberPsychology Behavior*, 7 (5): 536-539.
- Solak, H., Görmüş, I. S., Solak, T., Görmüş, N. (2002). *Spor ve kalbimiz*. Ankara: Nobel Yayınları.
- Soydan, Z.M. (2015). *Üniversite öğrencilerinin internet bağımlılığı ile depresyon ve yaşam doyumu arasındaki ilişki* (Yüksek Lisans tezi). Haliç Üniversitesi Sosyal Bilimler Enstitüsü Psikoloji Anabilim Dalı Uygulamalı Psikoloji Programı, İstanbul.
- Sulak, Ş. (2015). *Eğitim fakültesi öğrencilerinin internet bağımlılık düzeylerinin incelenmesi* (Yüksek lisans tezi). Sütçü İmam Üniversitesi Sosyal Bilimler Enstitüsü Eğitim Bilimleri Ana Bilim Dalı, Kahramanmaraş.
- Suler, J.R. (1999). To get what you need: Healthy and pathological internet use. *Cyberpsychology and Behavior*, 2(5): 355-393.

- Symonds, M. (1999). The Net Imperative: A Survey of Business and the Internet. Economist Newspaper, <https://www.google.com/search?q=The+NetImperative&oq=The+Net+Imperative&aqs=chrome..69i57j0j69i64l2.1174j0j4&sourceid=chrome&ie=UTF-8> 02 Aralık 2017’de alınmıştır.
- Şahan, H. (2008). Üniversite öğrencilerinin sosyalleşme sürecinde spor aktivitelerinin rolü. *KMU İİBF Dergisi*, 10: 261-278.
- Şahin, C. ve Korkmaz, Ö. (2011). İnternet bağımlılığı ölçeğinin Türkçe’ye uyarlanması. *Selçuk Üniversitesi Ahmet Keleşoğlu Eğitim Fakültesi Dergisi*, 32: 101-115.
- Şahin, M. (2007). *Madde bağımlılığı konusunda Türkiye’de yapılmış olan lisansüstü tezler üzerine bir değerlendirme* (Yüksek lisans dönem projesi). Ankara Üniversitesi Sağlık Bilimler Enstitüsü, Ankara
- Şahin, M. (2011). *İlköğretim Okulu öğrencilerindeki internet bağımlılığı* (Yüksek lisans tezi). Yeditepe Üniversitesi Sosyal Bilimler Enstitüsü, İstanbul.
- Şaşmaz, T., Öner, S., Kurt, A.Ö., Yapıcı, G., Yazıcı, A.E., Buğdaycı, R., Şiş, M. (2013). Prevalence and risk factors of internet addiction in high school students. *European Journal of Public Health*. 24(1): 15-20.
- Tahiroğlu, A., Çelik, G.G., Uzel, M., Özcan, N., Avcı, A. (2008). Internet use among Turkish adolescents. *Cyberpsychology and Behavior*, 11(5): 537- 543.
- Tarhan, N. ve Nurmedov, S. (2011). *Bağımlılık: Sanal veya gerçek*. İstanbul: Timaş Yayınları.
- Toraman, M. (2013). *İnternet bağımlılığı ve sosyal ağ kullanım düzeylerinin ortaöğretim öğrencilerinin akademik başarıları ile ilişkisinin incelenmesi* (Yüksek lisans tezi). Fırat Üniversitesi Eğitim Bilimleri Enstitüsü Bilgisayar ve Öğretim Teknolojileri Eğitimi, Elazığ.
- Turan, R.T. (2015). *Başkent üniversitesi öğrencilerinde internet bağımlılığı sıklığı ve ilişkili faktörler* (Uzmanlık tezi). Başkent Üniversitesi Tıp Fakültesi Aile Hekimliği Anabilim Dalı, Ankara.

- Tutgun, A. (2009). *Öğretmen adaylarının problemlili internet kullanımlarının incelenmesi* (Yüksek lisans tezi). Marmara Üniversitesi Eğitim Bilimleri Enstitüsü, İstanbul.
- Tükenmez, M. (2009). *Toplum, bilim ve spor*. İstanbul: Kaynak Yayınları.
- Türkiye İstatistik Kurumu (2017). Yılı Hane halkı Bilişim Teknolojileri Kullanımı Araştırması. <http://www.tuik.gov.tr/HbPrint.do?id=24862> 23 Kasım 2017'de alınmıştır.
- Usta, S. (2017). *Üniversite öğrencilerinde internet bağımlılığı ve duygusal zeka arasındaki ilişkinin incelenmesi* (Yüksek lisans tezi). Beykent Üniversitesi Sosyal Bilimler Enstitüsü Psikoloji Anabilim Dalı Klinik Psikoloji Bilim Dalı, İstanbul.
- Üçkardeş, E. A. (2010). *Mersin Üniversitesi öğrencileri arasında internet bağımlılığının değerlendirilmesi* (Uzmanlık tezi). Mersin Üniversitesi Tıp Fakültesi, Mersin.
- Vardar, E., Vardar, S., Toksöz, İ., Süt, N., (2012). Egzersiz bağımlılığı ve psikopatolojik özelliklerinin değerlendirilmesi. *Düşünen Adam Psikiyatri ve Nörolojik Bilimler Dergisi*, 25(1): 51-57.
- Vural, B.Z. ve Bat, M. (2010). Yeni bir iletişim ortamı olarak sosyal medya: Ege Üniversitesi İletişim Fakültesi'ne yönelik bir araştırma. *Journal of Yasar University*, 20(5): 348-382.
- Welsh, L. (1999). *Internet use: An exploration of coping style, locus of control and expectancies* (Doctoral dissertation). Northeastern University, Boston, USA.
- Whang, L.S., Lee, S., Chang, G. (2003). Internet over-users psychological profiles: A behavior sampling analysis on internet addiction. *CyberPsychology and Behavior* 6 (2): 143-150.
- Willoughby, T.A. (2008). Short-term longitudinal study of internet and computer game use by adolescent boys and girls: Prevalence, frequency of use, and psychosocial predictors. *Developmental Psychology*, 44: 195-204.
- Yeşilay, (2017). *Bağımlılık Nedir*. <http://www.yesilay.org.tr/tr/bagimlilik/bagimlilik-nedir> 29 Kasım 2017'de alınmıştır.
- Yetim, A. (2006). *Sosyoloji ve spor*. İstanbul: Morpa Kültür Yayınları.

- Yılmaz, D. (2010). *Çocuk ruh sağlığı ve hastalıkları anabilim dalına başvuran çocuk ve ergenlerde bilgisayar oyunu ve internet kullanımı ile utangaçlık ve sosyal fobi ilişkisinin incelenmesi* (Uzmanlık tezi). Uludağ Üniversitesi Tıp Fakültesi, Bursa.
- Yılmaz, S. (2006), *İnternet ve internet kafelerin ilk ve ortaöğretim öğrencilerine etkileri: İstanbul Örneği* (Yüksek lisans tezi). Sakarya üniversitesi Sosyal Bilimler Enstitüsü Sosyoloji Anabilim Dalı, Sakarya.
- Young, K.S. (2004). Internet addiction: A new clinical phenomenon and its consequences. *American Behavioral Scientist*, 48(4): 402-415.
- Young, K.S. (1996). Internet addiction the emergence of a new clinical disorder. *CyberPsychology and Behavior*, 1(3): 237-244.
- Zheng, R., Burrow-Sanchez, J., Drew, C. (2010). *Adolescent online social communication and behavior: Relationship formation on the internet*. Information Science Reference, USA.
- Zorba, E. (2004). *Yaşam boyu spor*. İstanbul: Marmara İletişim Basın Yayın Dağıtım.

EKLER

EK 1. Üniversite Öğrencilerinin İnternet Bağımlılığı Düzeylerinin Spor ve Farklı Değişkenler Açısından İncelenmesi Anketi

KİŞİSEL BİLGİ FORMU

Değerli Katılımcılar;

Bu çalışmanın amacı; Spor yapan ve yapmayan üniversite öğrencilerinin internet bağımlılığı düzeyini incelemektir. Çalışma; kişisel bilgi formu ve internet bağımlılık ölçeği olmak üzere 2 bölümden oluşmaktadır. Bu veriler bilimsel bir çalışmada kullanılacaktır. Bu bağlamda Sorulara vereceğiniz samimi cevaplar çalışmanın objektifliği açısından yararlı olacaktır. Desteğiniz için teşekkür ederim.

Yüksek Lisans Öğrencisi
Hasan Ceyhun CAN

Kişisel Bilgi Formu

- | | |
|-------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------|----------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------|
| <p>1. Cinsiyetiniz
<input type="checkbox"/> Kadın <input type="checkbox"/> Erkek</p> <p>2. Yaşınız
<input type="checkbox"/> 18 ve altı <input type="checkbox"/> 19-21 yaş
<input type="checkbox"/> 22-24 yaş <input type="checkbox"/> 25 yaş ve üzeri</p> <p>3. Öğrenim görmekte olduğunuz bölüm
.....</p> <p>4. Öğrenim görmekte olduğunuz sınıf
<input type="checkbox"/> 1. Sınıf <input type="checkbox"/> 2. Sınıf
<input type="checkbox"/> 3. Sınıf <input type="checkbox"/> 4. Sınıf</p> <p>5. Aile yapınız
<input type="checkbox"/> Çekirdek aile <input type="checkbox"/> Geniş aile
<input type="checkbox"/> Parçalanmış aile</p> <p>6. Sürekli kullanabileceğiniz bir internet bağlantınız var mı?
<input type="checkbox"/> Evet <input type="checkbox"/> Hayır</p> <p>7. Herhangi bir sosyal ağ sitesine üye misiniz? (Facebook, twitter, instagram gibi)
<input type="checkbox"/> Evet <input type="checkbox"/> Hayır</p> <p>8. İnterneti günlük kaç saat kullanıyorsunuz?
<input type="checkbox"/> 1 saatten az <input type="checkbox"/> 1 - 3 saat
<input type="checkbox"/> 4 - 6 saat <input type="checkbox"/> 7 saat ve üzeri
<input type="checkbox"/> İnternet kullanmıyorum</p> | <p>9. İnternete en çok nereden erişim sağlıyorsunuz?
.....</p> <p>10. İnterneti hangi amaçla kullanıyorsunuz?
.....</p> <p>11. Ebeveynleriniz internet kullanıyorlar mı?
<input type="checkbox"/> Evet <input type="checkbox"/> Hayır</p> <p>12. İnternet kullanımınızı ebeveynleriniz denetler mi?
<input type="checkbox"/> Evet <input type="checkbox"/> Hayır</p> <p>13. Spor yapıyor musunuz?
<input type="checkbox"/> Evet <input type="checkbox"/> Hayır</p> <p>14. Haftada kaç saat spor yapıyorsunuz?
<input type="checkbox"/> 1 saat ve altı <input type="checkbox"/> 2-3 saat arası <input type="checkbox"/> 3-4 saat arası
<input type="checkbox"/> 5 saat ve üzeri <input type="checkbox"/> Spor yapmıyorum</p> <p>15. Ne tür spor yapıyorsunuz?
<input type="checkbox"/> Bireysel spor <input type="checkbox"/> Takım sporu <input type="checkbox"/> Her ikisi
<input type="checkbox"/> Spor yapmıyorum</p> <p>16. Hangi amaçla spor yapıyorsunuz?
.....</p> |
|-------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------|----------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------|

Lütfen arka sayfaya geçiniz.

İNTERNET BAĞIMLILIĞI ÖLÇEĞİ

AÇIKLAMA: Aşağıda internet kullanımıyla ilgili çeşitli durumlar verilmiştir. Sizden, her ifadeyi dikkatlice okumanız ve kendiniz için doğru olan ifadenin üzerine (X) işaretini koymanız istenmektedir. Lütfen boş madde bırakmayınız ve her durum için bir işaretleme yapınız.		(1) Hiç uygun değil	(2) Biraz uygun	(3) Uygun	(4) Oldukça uygun	(5) Tamamen uygun
1.	İnternete uzun süreli bağlanmadığımda aklım internetle meşguldür.	(1)	(2)	(3)	(4)	(5)
2.	İnternete bağlı olup çevrimiçi olmadığında aklım sürekli olarak internete takılıp kalıyor.	(1)	(2)	(3)	(4)	(5)
3.	Çok uzun süre internetten uzak kalmışsam, huzursuz ve sinirli oluyorum.	(1)	(2)	(3)	(4)	(5)
4.	İnternette önceden planladığımdan daha çok zaman harcıyorum.	(1)	(2)	(3)	(4)	(5)
5.	İnternette birkaç dakikalığına sörf yapmayı girip, bir türlü bırakamıyorum.	(1)	(2)	(3)	(4)	(5)
6.	İnternette geçirdiğim zamanı azaltmayı denedim ama sonuç alamadım.	(1)	(2)	(3)	(4)	(5)
7.	İnternet için harcayabileceğim paradan çok daha fazlasını harcıyorum.	(1)	(2)	(3)	(4)	(5)
8.	İnternette geçirdiğim zaman, başlangıçtaki dönemle karşılaştırılınca gitgide artıyor.	(1)	(2)	(3)	(4)	(5)
9.	İnternete daha fazla zaman ayırma isteğim, geçmişe göre sürekli artıyor.	(1)	(2)	(3)	(4)	(5)
10.	Başlangıçta sadece yapmam gereken işler için çevrimiçi etkinliklere vakit ayırırken, şimdi internete daha fazla zaman ayırıyorum.	(1)	(2)	(3)	(4)	(5)
11.	İnternet etkinlikleri günlük yaşamımı giderek daha fazla yönlendiriyor.	(1)	(2)	(3)	(4)	(5)
12.	İnternet kullanmaya başladığımdan beri, bazı arkadaşlarım benden uzaklaştı.	(1)	(2)	(3)	(4)	(5)
13.	Çok değer verdiğim kişiler, internette çok fazla zaman harcadığımdan benden şikâyetçi oluyorlar.	(1)	(2)	(3)	(4)	(5)
14.	Okul/meslek/aile ve benzeri yaşamımdaki verimliliğim internet kullanmam yüzünden azalıyor.	(1)	(2)	(3)	(4)	(5)
15.	Çok değer verdiğim kişiler bende, internet kullanmaya başladığımdan beri olumsuz yönde değişiklikler olduğunu söylüyorlar.	(1)	(2)	(3)	(4)	(5)
16.	İnternette daha fazla zaman geçirebilmek için sık sık sorumluluklarımı aksatıyorum.	(1)	(2)	(3)	(4)	(5)
17.	İnternet yüzünden bazen randevularımı kaçırıyorum.	(1)	(2)	(3)	(4)	(5)
18.	Çevrimiçi dünyayı keşfettiğim andan itibaren başkalarıyla daha az zaman geçiriyorum.	(1)	(2)	(3)	(4)	(5)
19.	İnternetle öylesine sık ve yoğun meşgul oluyorum ki bazen işverenlerimle /okulla /aile bireyleri ve benzeri ile sorunlarım oluyor.	(1)	(2)	(3)	(4)	(5)

ÖZGEÇMİŞ

20.04.1993 tarihinde Kastamonu'da doğdu. İlk ve orta öğrenimini Sinop'da tamamladı. 2011 yılında Kastamonu Üniversitesi Beden Eğitimi ve Spor Yüksek Okulu, Beden Eğitimi ve Spor Öğretmenliği bölümüne başladı ve 2015 yılında mezun oldu. Lisans eğitimi süresince öğrenci değişim programlarından yararlanarak; Erasmus programıyla Polonya/Varşova ve Mevlana değişim programıyla da Kırgızistan/Bişkek de eğitim gördü. 2016 yılında Atatürk Üniversitesi, Eğitim Bilimleri Enstitüsü, Beden Eğitimi ve Spor Öğretmenliği Anabilim Dalı'nda tezli yüksek lisansa başladı. Yabancı dil olarak İngilizce bilmektedir.

