



T.C.

DÜZCE ÜNİVERSİTESİ

TIP FAKÜLTESİ HALK SAĞLIĞI ANABİLİM DALI

ÜNİVERSİTE ÖĞRENCİLERİNDE TEKNOLOJİ İLE İLGİLİ

BAĞIMLILIKLAR VE İLİŞKİLİ FAKTÖRLER

TIPTA UZMANLIK TEZİ

HATİCE DELİBAŞ

DÜZCE – 2019



T.C.

DÜZCE ÜNİVERSİTESİ

TIP FAKÜLTESİ HALK SAĞLIĞI ANABİLİM DALI

**ÜNİVERSİTE ÖĞRENCİLERİNDE TEKNOLOJİ İLE İLGİLİ
BAĞIMLILIKLAR VE İLİŞKİLİ FAKTÖRLER**

TIPTA UZMANLIK TEZİ

HATİCE DELİBAŞ

DANIŞMAN

PROF. DR. ATILLA SENİH MAYDA

DÜZCE – 2019

ÖZET

Amaç:

Bu çalışmada, Düzce üniversitesi öğrencilerinde teknoloji ile ilgili bağımlılıkların boyutunu ve sosyodemografik özellikler, sahip olunan olanaklar ve ilgili teknolojileri kullanmaya başlama yaşı gibi faktörler ile ilişkisini belirlemek amaçlanmıştır.

Gereç ve Yöntem:

Araştırmanın evreni Düzce Üniversitesi merkez kampüsünde bulunan 4 yıllık öğrenim gören 13925 kişiden oluşmaktadır. Kesitsel tipte olan bu çalışmada örneklem büyüklüğü 1304 olarak hesaplanmıştır. Her fakülte bir tabaka kabul edilerek, tabakalı örnekleme yöntemi kullanılmıştır. Evren/Örneklem oranı üzerinden, örneklem genişliği yaklaşık 10 kişide bir olarak hesaplanmış, çalışmaya 1465 öğrenci dahil edilmiştir. Verilerin toplanmasında 67 sorudan oluşan bir anket formu ile birlikte geçerli ve güvenilir oldukları gösterilmiş, internet, akıllı telefon, sosyal medya ve dijital oyun ölçekleri kullanılmıştır. Ölçeklerden alınan puanların sosyodemografik özellikler, sahip olunan olanaklar ve ilgili teknolojileri kullanmaya başlama yaşı gibi faktörlerle olan ilişkileri incelenmiştir. Verilerin analizinde SPSS paket programı kullanılmış, Mann-Whitney U ve Kruskal-Wallis testleri ile birlikte, Spearman Korelasyon ve Çoklu Regresyon analizleri yapılmıştır. $P < 0,05$ anlamlı olarak kabul edilmiştir.

Bulgular:

Araştırmaya katılan 1465 öğrencinin %56,9'u kadın, %43,1'i erkektir. Çalışmada ölçeklerden alınan puan ortalamaları; internet bağımlılığında $28,07 \pm 8,46$, akıllı telefon bağımlılığında $26,59 \pm 11$, sosyal medya bağımlılığında $50,75 \pm 14,34$, dijital oyun bağımlılığında ise $13,41 \pm 6,87$ bulunmuştur. Ölçeklerde alınan puan ortalamaları, internet ve dijital oyun bağımlılıklarında erkeklerde, akıllı telefon ve sosyal medya bağımlılıklarında kadınlarda fazla bulunmuştur. Düzenli olarak spor yaptığını belirten kişilerde ortalama akıllı telefon ve sosyal medya bağımlılık puanları, sağlık durumunu ve akademik başarısını iyi olarak algılayanlarda ise ortalama puanlar dört bağımlılık türünde de düşük bulunmuştur. İnterneti sörf yapmak amacı ile kullananlarda internet, akıllı telefon ve sosyal medya bağımlılık puan ortalamaları daha yüksek, ödev yapmak amacı ile kullananlarda akıllı telefon ve sosyal medya bağımlılık puan ortalamaları daha düşük bulunmuştur. İnternet ile erken yaşlarda tanışanlarda dört bağımlılık türü de fazla, cep telefonu ve akıllı telefon ile erken yaşlarda tanışanlarda akıllı

telefon bağımlılığı, erken yaşlarda bilgisayar kullananlarda ise oyun bağımlılığı puan ortalamaları fazla bulunmuştur. İnternet, akıllı telefon ve sosyal medya bağımlılığı arasında güçlü korelasyon (0,694;0,662;0,730), dijital oyun bağımlılığı ile diğer bağımlılıklar arasında ise zayıf korelasyon bulunmaktadır (0,359;0,255;0,270).

Sonuç:

Üniversitede internet bağımlılığı puan ortalaması literatüre göre yüksek bulunmuştur. Teknolojik bağımlılıklar öğrencilerin akademik başarısını düşürmektedir. Öğrencilerin erken yaşta bilgisayar ve telefon kullanmaya başlamaları ve dijital oyun oynamaları bağımlılık riskini artırmaktadır. Teknolojik bağımlılıkların prevalansını ve risk faktörlerini belirlemeye yönelik çalışmalar yapılarak, önleme politikaları geliştirilebilir.

Anahtar kelimeler: Bilişim teknolojisi, bağımlılık, üniversite öğrencileri

ABSTRACT

Aim:

In this study, it was aimed to determine the extent of technology dependencies and its relationship with sociodemographic characteristics, opportunities and age of using related technologies in Düzce university students.

Materials and Methods:

The population of the study consisted of 13925 people studying at the central campus of Duzce University for 4 years. In this cross-sectional study, the sample size was calculated as 1304. Each faculty was accepted as a stratified and stratified sampling method was used. Based on the population / sample ratio, the sample size was calculated as approximately one in 10 people and 1465 students were included in the study. In the data collection, a questionnaire consisting of 67 questions was shown to be valid and reliable and internet, smartphone, social media and digital game scales were used. The relationship between the scores obtained from the scales and the factors such as sociodemographic characteristics, opportunities and age of using related technologies were examined. SPSS package program was used for data analysis, Mann-Whitney U and Kruskal-Wallis tests and Spearman Correlation and Multiple Regression analyzes were performed. $P < 0.05$ was considered significant.

Results:

Of the 1465 students participating in the research, 56.9% were women and 43.1% were men. In the study, pun means of scales; $28,07 \pm 8,46$ in internet addiction, $26,59 \pm 11$ in smartphone addiction, $50,75 \pm 14,34$ in social media addiction and $13,41 \pm 6,87$ in digital game addiction. The mean scores on the scales were higher in males in internet and digital game addictions, and females in smartphone and social media addictions. The average smartphone and social media addiction scores were found to be low in the individuals who stated that they regularly do sports, and the average scores were lower in all four addictive types in those who perceived their health status and academic success as good. Internet, smart phone and social media addiction scores averages were higher in those who use the internet for surfing, while the average of smart phone and social media addiction scores were lower in those who use the internet for surfing purposes. Four types of addiction were more common among those who met the internet at an early age, and the average of smartphone addiction

was higher in those who met mobile phones and smartphones at an early age, and the game addiction points were higher in those who used computers at an early age. There is a strong correlation (0,694; 0,662; 0,730) between internet, smartphone and social media addiction, and a weak correlation between digital game addiction and other addictions (0,359; 0,255; 0,270).

Conclusion:

The mean score of internet addiction in the university was higher than the literature. Technological dependencies reduce students' academic achievement. The fact that students start using computers and phones and play digital games at an early age increases the risk of addiction. Prevention policies can be developed by conducting studies to determine the prevalence and risk factors of technological dependencies.

Key Words: Information technology, addiction, university students

İÇİNDEKİLER

| | Sayfalar |
|---|-----------|
| Özet | i |
| İngilizce Özet (Abstract) | iii |
| İçindekiler | v |
| Tablo Dizini | vii |
| Grafik Dizini | ix |
| Simgeler ve Kısaltmalar Dizini | x |
| 1. GİRİŞ VE AMAÇ | 1 |
| 2. GENEL BİLGİLER | 3 |
| 2.1. Bağımlılık | 3 |
| 2.1.1. Bağımlılığın Tanımı | 3 |
| 2.1.2. Bağımlılığın Çeşitleri | 3 |
| 2.2. Teknoloji ve Yaygınlığı | 4 |
| 2.3. Teknoloji Bağımlılığı | 8 |
| 2.3.1. Teknoloji Bağımlılığının Gelişimi | 8 |
| 2.3.2. Teknoloji Bağımlılığı Ölçütleri | 8 |
| 2.3.3. Bağımlılığı Pekiştirici Unsurlar | 12 |
| 2.3.4. Teknoloji Bağımlılığının Etkileri | 13 |
| 2.3.5. Dünya Dağlık Örgütü'nün Faaliyetleri | 14 |
| 2.3.6. Teknoloji Bağımlılığının Tedavisi | 15 |
| 2.4. İnternet Bağımlılığı | 16 |
| 2.4.1. İnternetin Tarihçesi | 16 |
| 2.4.2. İnternetin Kullanım Alanları | 17 |
| 2.4.3. İnternet Bağımlılığının Tanımı | 18 |
| 2.5. Akıllı Telefon Bağımlılığı | 20 |
| 2.6. Sosyal Medya Bağımlılığı | 23 |
| 2.7. Dijital Oyun Bağımlılığı | 25 |
| 3. GEREÇ VE YÖNTEM | 28 |
| 3.1. Araştırmanın Yeri ve Zamanı | 28 |
| 3.2. Araştırmanın Evreni ve Örneklemi | 28 |
| 3.2.1. Araştırmanın Evreni | 28 |

| | |
|---|-----------|
| 3.2.2. Araştırmanın Örneklemi | 28 |
| 3.3. Araştırmanın Tipi | 28 |
| 3.4. Araştırmanın Değişkenleri | 29 |
| 3.4.1. Bağımlı Değişkenler | 29 |
| 3.4.2. Bağımsız Değişkenler | 29 |
| 3.5. Araştırmanın Hipotezleri | 29 |
| 3.6. Araştırmaya Katılma Kriterleri | 29 |
| 3.7. Araştırmaya Katılmama Kriterleri | 30 |
| 3.8. Veri Toplama Araçları ve Yöntemi | 30 |
| 3.8.1. Veri Toplama Araçları | 30 |
| 3.8.2. Veri Toplama Yöntemi | 32 |
| 3.9. Verilerin Değerlendirilmesi | 32 |
| 3.10. Etik Kurul Onayı ve İzinler | 33 |
| 3.11. Araştırmanın Bütçesi | 33 |
| 3.12. Araştırmanın Kısıtlılıkları | 33 |
| 4. BULGULAR | 35 |
| 5. TARTIŞMA | 61 |
| 6. SONUÇ | 74 |
| 7. ÖNERİLER | 75 |
| 8. KAYNAKLAR | 76 |
| 9. EKLER | 90 |
| 9.1. Anket Formu (Ek-1) | 90 |
| 9.2. Etik Kurul Onay Formu (Ek-2) | 93 |
| 9.3. Fen Edebiyat Fakültesi İzin Formu (Ek-3) | 95 |
| 9.4. Teknoloji Fakültesi İzin Formu (Ek-4) | 96 |
| 9.5. Sağlık Bilimleri Fakültesi İzin Formu (Ek-5) | 97 |
| 9.6. Orman Fakültesi İzin Formu (Ek-6) | 98 |
| 9.7. İşletme Fakültesi İzin Formu (Ek-7) | 99 |
| 9.8. Eğitim Fakültesi İzin Formu (Ek-8) | 100 |
| 9.9. Spor Bilimleri Fakültesi İzin Formu (Ek-9) | 101 |
| 9.10. Tıp fakültesi İzin Formu (Ek-10) | 102 |
| 9.11. Mühendislik Fakültesi İzin Formu (Ek-11) | 103 |

TABLO DİZİNİ

| Tablolar | Sayfalar |
|--|-----------------|
| Tablo 1. İnternet Bağımlılığı ile ilgili Yapılan Bazı Çalışmalar | 19 |
| Tablo 2. Akıllı Telefon Bağımlılığı ile ilgili yapılan bazı çalışmalar | 22 |
| Tablo 3. Sosyal Medya Bağımlılığı ile ilgili yapılan bazı çalışmalar | 25 |
| Tablo 4. Dijital Oyun Bağımlılığı ile ilgili yapılan bazı çalışmalar | 27 |
| Tablo 5. Katılımcıların sosyodemografik özelliklerine göre dağılımı | 36 |
| Tablo 6. Katılımcıların yaşadıkları yerdeki bazı özelliklerinin dağılımı | 37 |
| Tablo 7. Katılımcıların sahip oldukları teknolojik aletlerin dağılımı | 37 |
| Tablo 8. Katılımcıları bazı yaşam alışkanlıklarına göre dağılımları | 38 |
| Tablo 9. Katılımcıların sağlık ve akademik başarı durumlarının dağılımı | 38 |
| Tablo 10. Katılımcıların internet kullanım amaçlarına göre dağılımı | 39 |
| Tablo 11. Katılımcıların bilgisayar, telefon ve/veya televizyona ayırdıkları günlük süreler | 40 |
| Tablo 12. Katılımcıların farklı teknolojilerle ilk tanıştıkları yaşların ortalamaları | 41 |
| Tablo 13. Katılımcıların ölçeklerden aldıkları puan ortalamaları | 41 |
| Tablo 14. Katılımcıların sosyo-demografik özelliklerine göre farklı teknolojik bağımlılıklara ilişkin ölçek puan ortalamaları | 43 |
| Tablo 15. Katılımcıların fakülte ve sınıflarına göre farklı teknolojik bağımlılıklara ilişkin ölçek puan ortalamaları | 44 |
| Tablo 16. Katılımcıların ailevi değişkenlerine göre farklı teknolojik bağımlılıklara ilişkin ölçek puan ortalamaları | 46 |
| Tablo 17. Katılımcıların yaşadıkları yerdeki bazı olanaklara göre farklı teknolojik bağımlılıklara ilişkin ölçek puan ortalamaları | 47 |
| Tablo 18. Katılımcıların sahip oldukları teknolojik aletlere göre farklı teknolojik bağımlılıklara ilişkin ölçek puan ortalamaları | 48 |
| Tablo 19. Katılımcıların sağlık ve akademik başarı durumlarına göre farklı teknolojik bağımlılıklara ilişkin ölçek puan ortalamaları | 50 |
| Tablo 20. Katılımcıların internet kullanım amaçlarına göre farklı teknolojik bağımlılıklara ilişkin ölçek puan ortalamaları | 52 |
| Tablo 21. Bilgisayar, telefon ve televizyona ayrılan günlük süreler ile farklı teknolojik bağımlılıklara ilişkin ölçek puanlarının korelasyonu | 54 |

| | |
|--|----|
| Tablo 22. Farklı teknolojilerin ilk kez kullanıldığı yaşlar ile farklı teknolojik bağımlılıklara ilişkin ölçek puanlarının korelasyonu | 55 |
| Tablo 23. Farklı teknolojik bağımlılıkların kendi aralarındaki korelasyonu | 56 |
| Tablo 24. İnternet Bağımlılığı ile ilişkili faktörler | 57 |
| Tablo 25. Akıllı Telefon Bağımlılığı ile ilişkili faktörler | 58 |
| Tablo 26. Sosyal Medya Bağımlılığı ile ilişkili faktörler | 59 |
| Tablo 27. Dijital Oyun Bağımlılığı ile ilişkili faktörler | 60 |



GRAFİK DİZİNİ

| Grafikler | Sayfalar |
|--|----------|
| Grafik 1. Dünya genelinde ve Türkiye’de bilişim teknolojileri kullanım oranları | 5 |
| Grafik 2. Hanelerde bilişim teknolojileri bulunma oranlarının yıllara göre değişimi | 6 |
| Grafik 3. Türkiye’de bilgisayar ve internet kullanım oranlarının yıllara göre değişimi | 7 |
| Grafik 4. Türkiye’de son 3 ay içerisinde bilgisayar ve internet kullanım oranlarının yıllara göre değişimi | 7 |
| Grafik 5. Dünyada en sık kullanılan sosyal medya platformları ve kullanıcı sayıları | 24 |
| Grafik 6. Türkiye’de en sık kullanılan sosya medya platformları ve kullanım yüzdeleri | 24 |
| Grafik 7. Katılımcıların eğitim gördükleri fakülte ve sınıflara göre dağılımı | 35 |
| Grafik 8. Farklı çalışmalarda internet bağımlılığı ortalamaları | 61 |
| Grafik 9. Farklı çalışmalarda akıllı telefon bağımlılığı ortalamaları | 61 |
| Grafik 10. Farklı çalışmalarda sosyal medya bağımlılığı ortalamaları | 62 |
| Grafik 11. Farklı çalışmalarda dijital oyun bağımlılığı ortalamaları | 62 |

SİMGELER VE KISALTMALAR

ADSL: Asymmetric Digital Subscriber Line

APA: American Psychiatric Association

ARPA: The Advanced Research Projects Agency (Gelişmiş Savunma Araştırmaları Projeleri Birimi)

ARPANET: Advanced Research Projects Agency Network (Gelişmiş Araştırma Projeleri Dairesi Ağı)

ATBÖ: Akıllı Telefon Bağımlılığı Ölçeği

DOBÖ: Dijital Oyun Bağımlılığı Ölçeği

DSM: The Diagnostic and Statistical Manual of Mental Disorders

DSÖ/WHO: Dünya Sağlık Örgütü / World Health Organization

GPRS: General Packet Radio Service

ICD: International Statistical Classification of Diseases and Related Health Problems

İBÖ: İnternet Bağımlılığı Ölçeği

SMBÖ: Sosyal Medya Bağımlılığı Ölçeği

SPSS: Statistical Package for the Social Sciences

SS: Standart Sapma

TDK: Türk Dil Kurumu

TÜİK: Türkiye İstatistik Kurumu

1. GİRİŞ VE AMAÇ

Teknoloji, insanların faaliyetlerini kolaylaştırmak ve sürelerini kısaltmada kullanılan sistemlerdir (1). Bilişim ise kişilerin günlük hayatta kullandıkları bilgilerini düzenleme, paylaşma, yeniden işleme yapabilmesini sağlayan teknolojiler olarak tanımlanmaktadır (2). Bilişim Teknolojileri, bilişim alanında kullanılan araç ve gereçlerin oluşturduğu sistemlerdir (3).

Bilişim teknolojileri toplum bazında yaygın olarak kullanılmakla birlikte günlük yaşamda kullanım alanları çok geniştir ve bireylerin hayatlarını oldukça kolaylaştırmaktadır. Dünya nüfusunun %54'ü internet, %66'i cep telefonu, %43'si de sosyal medya kullanıcısıdır (4). Türkiye İstatistik Kurumu (TÜİK) "Hanehalkı Bilişim Teknolojileri Kullanım Araştırması"nın 2018 yılı sonuçlarına göre, 16-74 yaş grubundaki kişilerden bilgisayar kullananların oranı yüzde 59,6, internet kullananların oranı yüzde 72,9 olup, geçen yıla göre %10,6 artmıştır (5). Bilişim teknolojilerinin artan kullanım oranları birtakım sorunları da beraberinde getirmektedir. Kişinin teknoloji kullanımı üzerinde kontrolünün kaybolması ve teknolojiyi ölçsüz ve sınırsız kullanması çok ciddi zararlara sebep olabilir (6).

Bağımlılık, kişilerin sosyal yaşamlarının ve sağlık durumlarının zarar görmesine rağmen, belirli bir takıntılı durumu tekrarlamaya yönelik engellenemeyen istek duymaları ve bunu sürdürmeleri hali olarak tanımlanmaktadır (7).

Türkiye Yeşilay Cemiyeti tarafından, Türkiye'de 2014 yılına kadar teknoloji bağımlılığı konusunda yayınlanan kitap, makale ve tez çalışmaları tasnif edilerek, "Türkiye Davranışsal Bağımlılık Çalışmaları Bibliyografyası" oluşturulmuştur. Bibliyografyada internet bağımlılığı konusunda 458, televizyon bağımlılığı konusunda 155, bilgisayar bağımlılığı konusunda 87, oyun bağımlılığı konusunda 52, cep telefonu bağımlılığı konusunda ise 32 yayın bulunmaktadır (8).

Literatürde konu ile ilgili yapılmış birçok çalışma mevcuttur. Dünya Sağlık Örgütü tarafından yayınlanan Tokyo Bildirgesinde, ülkelere ve yaş gruplarına göre yapılan çalışmalarda internet bağımlılığı sıklığının % 0-90 gibi geniş bir aralıkta değiştiği belirtilmiştir (9). Amerika'da yapılmış 18 araştırmanın incelendiği bir derleme çalışmasında problemlili internet kullanım sıklığının % 0-26,3 arasında değiştiği

belirtilmiştir (10). Ülkemizde yapılan bazı çalışmalarda ise problemli internet kullanımı ve internet bağımlılığı sıklıkları % 6-25,8 arasında değişmektedir (11-14).

İnternet, bilgisayar ve akıllı telefon kullanımının artışı nedeniyle yaşanan sağlık sorunları birçok ülkede önemli halk sağlığı problemi haline gelmiştir (15,16). Bağımlılık kişinin bedensel, ruhsal ve sosyal hayatını olumsuz etkiler. Toplumun felaketi sayılabilecek bağımlılıkları engellemek ancak iyi bir koruyucu halk sağlığı yaklaşımıyla mümkün olur.

Bu çalışmada amaç, Düzce üniversitesi öğrencilerinde teknoloji ile ilgili bağımlılıkların boyutunu belirlemek ve sosyodemografik özellikler, sahip olunan olanaklar ve ilgili teknolojileri kullanmaya başlama yaşı gibi faktörler ile ilişkisini saptamaktır. Bununla birlikte elde edilen sonuçlara göre, teknoloji bağımlılığı ile ilgili risklere dikkat çekerek, halk sağlığı açısından sorunun çözüm yollarını ortaya koymak için geliştirilecek stratejilere ve yapılacak olan diğer çalışmalara katkıda bulunmak amaçlanmıştır.

2. GENEL BİLGİLER

2.1. Bağımlılık

2.1.1. Bağımlılığın Tanımı

Bağımlılık, herhangi bir maddenin tedavi amaçlı olmaksızın, fizyolojik bir gereksinime yanıt vermeden giderek artan miktarda kullanılmasıdır (17). Kişinin bir madde kullanımını veya bir aktiviteyi, zararlı etkilerine rağmen durduramamasına yol açan karmaşık bir beyin hastalığıdır (18). DSM-4'e göre bağımlılığın çeşitli ölçütleri vardır. Buna göre aşağıdaki durumlardan üç tanesinin varlığı bağımlılık tanısı için yeterlidir.

1. Tolerans gelişmesi (kullanılan madde miktarının aynı etkiyi sağlamak için giderek arttırılması)
2. Madde kesildiğinde ya da azaltıldığında fiziksel veya ruhsal yoksunluk belirtilerinin ortaya çıkması
3. Madde kullanımını kontrol altına almak ya da bırakmak için yapılan çabaların boşa çıkması
4. Maddeyi sağlamak, kullanmak ya da bırakmak için büyük zaman harcanması
5. Madde kullanımı nedeni ile sosyal, mesleki ve kişisel etkinliklerin azaltılması ya da tamamen bırakılması
6. Maddenin planlandığından daha uzun süre ve fazla miktarda alınması
7. Fiziksel ya da ruhsal sorunların ortaya çıkmasına ya da artmasına rağmen madde kullanımının sürdürülmesi (19)

2.1.2. Bağımlılığın Çeşitleri

Bağımlılık, madde bağımlılığı (fiziksel bağımlılık) ve madde dışı bağımlılıklar (davranış bağımlılıkları) olarak iki ana kategoriye ayrılmıştır. Madde bağımlılığı tarihsel olarak daha eskilere dayanırken, davranış bağımlılıkları yeni bir araştırma alanıdır ve geniş bir bağımlılık listesine sahiptir (18). Davranışsal bağımlılık ile fiziksel bağımlılık arasındaki fark; davranışsal bağımlılıkta bağımlı olunan madde ya da eylem arayışı içeren aktiviteler ve bununla bağlantılı patolojik kullanım özelliklerinin varlığına ilişkin bulguların, fiziksel bağımlılıkta ise genel olarak toleransın ve yoksunluğun varlığı olarak belirtilmiştir (20). Bununla birlikte tolerans ve yoksunluk gibi bedensel belirtilerin ortaya çıkması davranışsal bağımlılıklarda

fiziksel bağımlılıklar kadar görülme de davranışsal bağımlılık ölçütleri arasında da yer almaktadır. Çünkü bir davranışın bağımlılık olabilmesi için zihinsel meşguliyet, duygudurum değişkenliği, tolerans, yoksunluk, kişilerarası çatışma ve tekrarlama gibi ölçütleri içermesi gerekmektedir (14). Bu bağlamda Griffiths tarafından hazırlanan davranışsal bağımlılık tanı ölçütlerinde bu ölçütlere büyük oranda yer verilmiştir.

Griffiths'in davranışsal bağımlılık tanı ölçütleri:

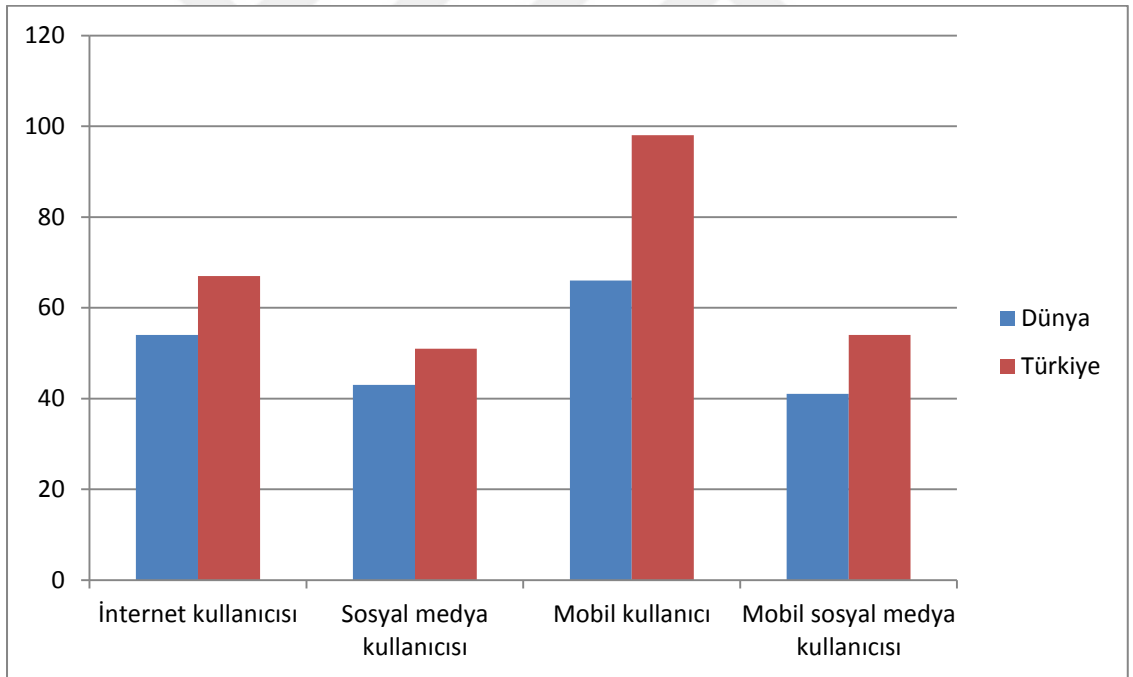
1. Dikkat Çekme: Belirli bir eylemin kişinin yaşamında en önemli şey haline gelmesi ve kişinin düşüncelerine, duygularına ve davranışlarına hakim olmasıdır (Örneğin, internet kullanıcıları, internette olmasalar bile bağlanacakları zamanı düşünürler).
2. Duygudurum değişikliği: Bu durum, belirli bir etkinlik ile uğraşma sonucu kişinin belirttiği öznel deneyimleri ile ilgili olup, bir baş etme stratejisi olarak görülebilir. (Örneğin, internete bağımlı kişilerde, internete bağlandıklarında bir "canlanma" görülmektedir).
3. Tolerans: Öncekilere benzer etkinin oluşması için, özel eylemin miktarının artırılması ya da bu aktivite için harcanan zamanın giderek artırılması süreci. (Örneğin, bir internet kullanıcısının başlangıçta daha az sürede elde ettiği duygudurumunu elde edebilmesi için internette kaldığı süreyi arttırması).
4. Yoksunluk: Bunlar belirli bir eylem devam etmediğinde ya da aniden kesildiğinde ortaya çıkan, hoş olmayan duygular ya da fiziksel etkilerdir. (Örneğin, bir internet kullanıcısının internete girmesi engellendiğinde titreme, huzursuzluk, sinirlilik yaşaması).
5. Çatışma: Bağımlı kişiler ile çevresindekiler arasında yaşanan, iş, sosyal yaşam ve hobiler ile ilgili çatışmalar ya da kişinin kendi içsel çatışmaları
6. Nüks: Belli bir etkinliğin daha önceki örüntüleriyle tekrar oluşması eğilimi olup yıllar süren kaçınma ya da kontrolden sonra tekrar bağımlılığın en uç düzeyine dönülmesidir (20).

Kumar, internet, bilgisayar, akıllı telefon, sosyal medya, bilgisayar oyunu, alışveriş, yeme, heyecan ve tehlike bağımlılığı ile estetik ameliyat bağımlılığı bazı davranışsal bağımlılık çeşitleridir (18).

2.2. Teknoloji ve Yaygınlığı

Teknolojik gelişmeler sonucu dijitalleşen dünyada teknolojik aletler her yaştan insanın hayatına günden güne daha fazla girmektedir. 2018 yılında yaklaşık 7,5 milyar olan dünya nüfusunun 4,08 milyarı (%54) internet, 3,29 milyarı sosyal medya (%43), 5,06 milyarı (%66) mobil kullanıcısı iken 3,08 milyarı (%41) mobil sosyal medya kullanıcısıdır. 2017 verileri ile karşılaştırıldığında en büyük artışın mobil sosyal medya kullanımında olduğu görülmektedir. 81 milyon nüfusa sahip ülkemizde; nüfusun %67'sini oluşturan 54.3 milyon internet kullanıcısı, nüfusun %51'ini oluşturan 51 milyon aktif sosyal medya kullanıcısı, nüfusun %54'ünü oluşturan 44 milyon aktif mobil sosyal medya kullanıcısı bulunmaktadır (Grafik 1). Türkiye’de son bir yıl içerisinde internet kullanıcısı oranında %13 artış görülmüştür. Yetişkin insanların %98’i cep telefonu kullanırken, bunların %77’si akıllı telefon kullanmaktadır (4).

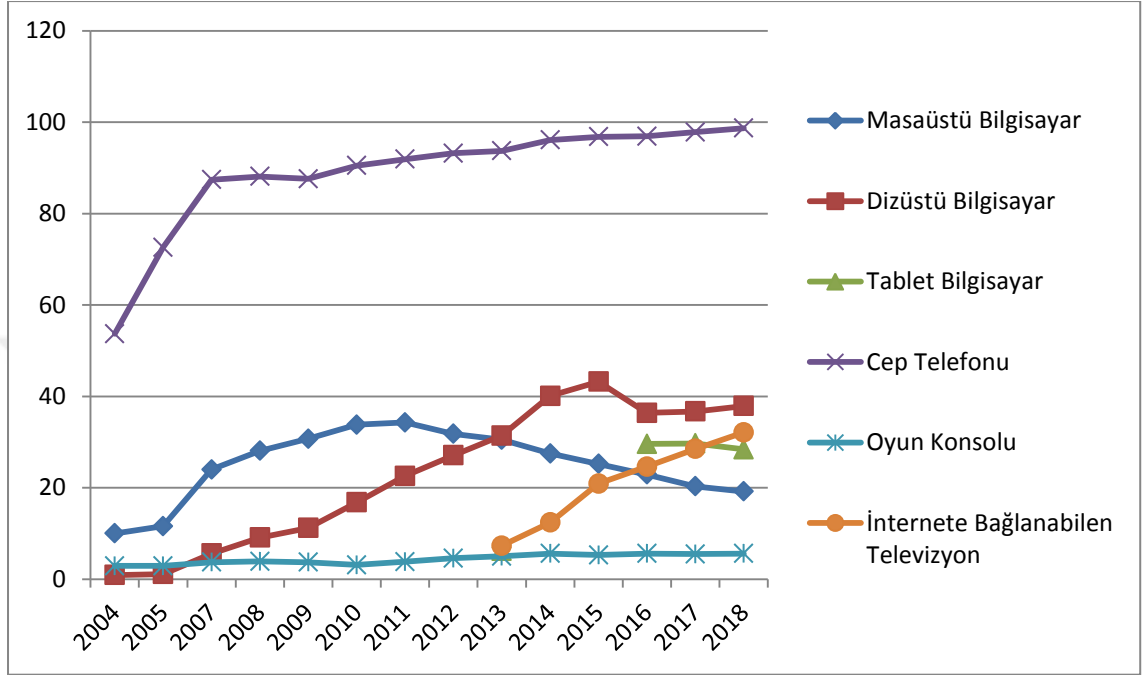
Grafik 1. Dünya genelinde ve Türkiye’de bilişim teknolojileri kullanım oranları



İnternete bağlanmak için kullanılan cihazlara bakıldığında hem Türkiye’de hem de Dünyada mobil cihazların arttığı, bilgisayar kullanımının azaldığı görülmektedir (4). “Hanehalkı Bilişim Teknolojileri Kullanım Araştırması” 2018 yılı sonuçlarına göre hanelerin %83,8’i evden internete erişim imkanına sahiptir. Ayrıca hanelerin %19,2’sinde masaüstü bilgisayar, %37,9’unda taşınabilir bilgisayar, %28,4’ünde tablet bilgisayar, %98,7’sinde cep telefonu (akıllı telefon dahil), %5,6’sında da oyun

konsolu bulunmaktadır (5). Hanelerde masaüstü ve dizüstü bilgisayar kullanımı azalırken; tablet, cep telefonu, oyun konsolu ve internete bağlanabilen televizyon kullanımında artış görülmektedir (Grafik 2).

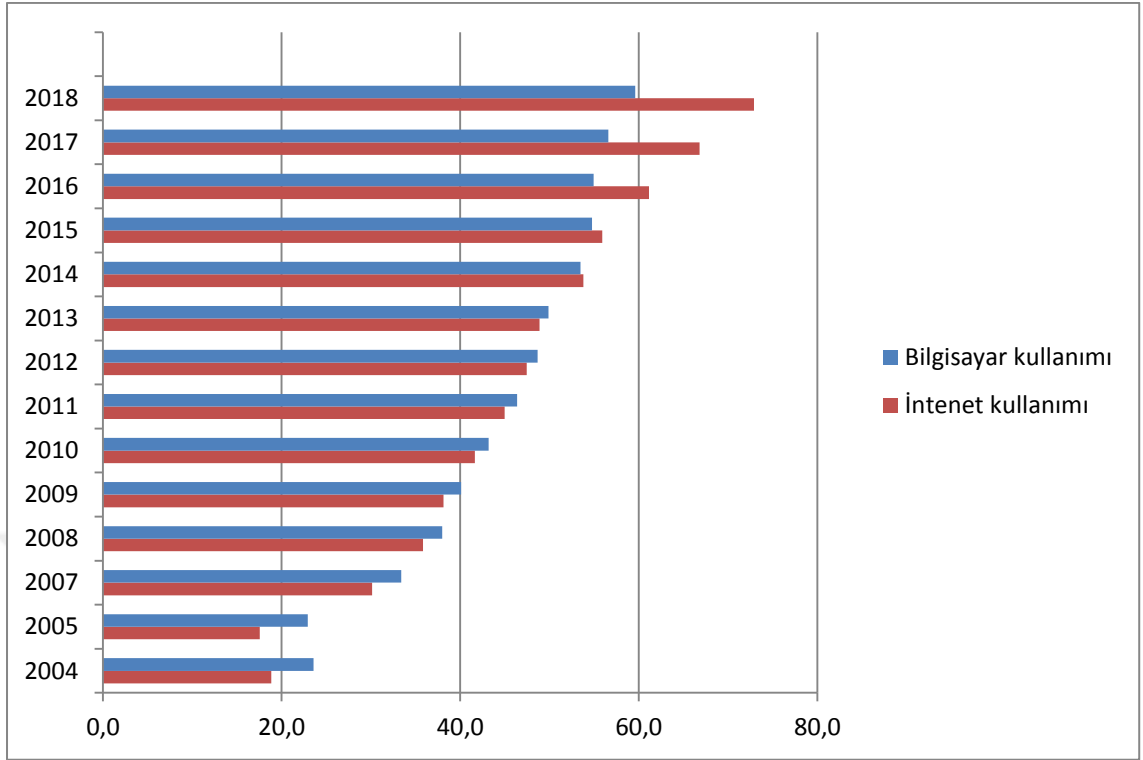
Grafik 2. Hanelerde bilişim teknolojileri bulunma oranlarının yıllara göre değişimi



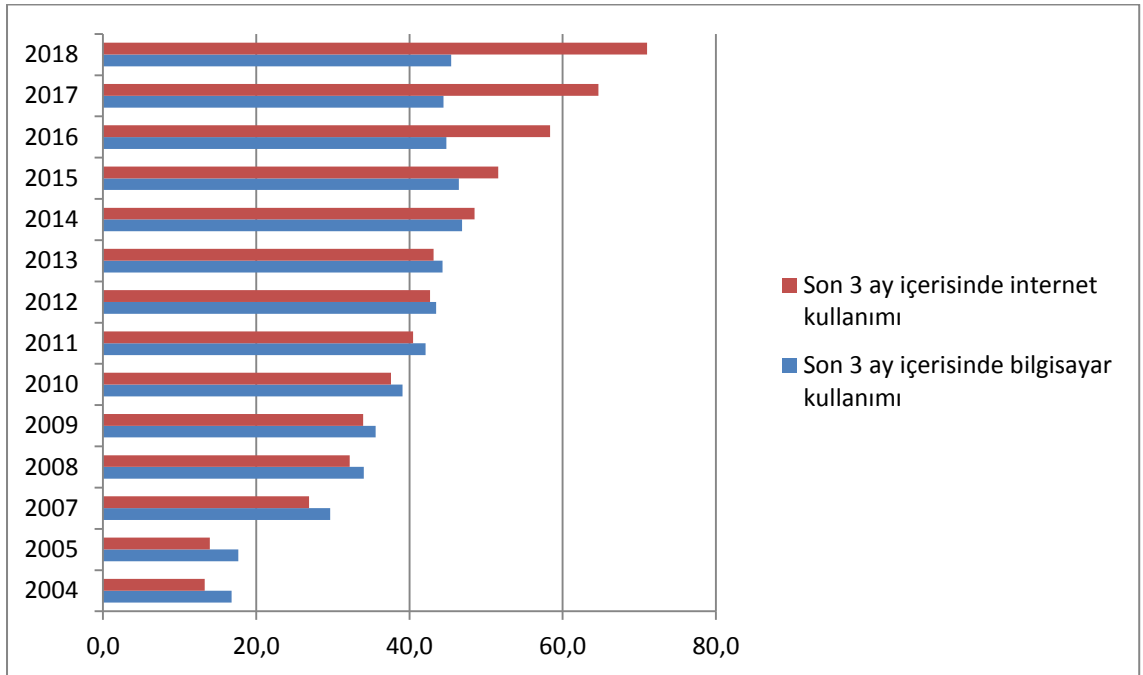
Türkiye’de 2018 yılında, 16-74 yaş grubu bireylerde bilgisayar kullanma oranı %59,6 iken, %45,5’i son 3 ayda bilgisayar kullanmıştır. İnternet kullanım oranlarına bakıldığında ise %72,9’u internet kullanırken, %71’i son 3 ayda internet kullanmıştır. 2000’li yıllarda bilgisayar kullanım oranları internet kullanımından fazla olmasına karşın son yıllarda internet kullanımı cep telefonlarının yaygınlığının artması ile birlikte bilgisayar kullanımının önüne geçmiştir (5). Türkiye’de 16-74 yaş grubu bireylerde bilgisayar ve internet kullanım oranlarının yıllara göre değişimi Grafik 3’te, son 3 ay içerisinde bilgisayar ve internet kullanım oranlarının yıllara göre değişimi ise Grafik 4’te gösterilmiştir.

Bilgisayar ve internet kullanımları yaş gruplarına göre incelendiğinde en sık 16-24 yaş grubunda kullanıldığı görülmüştür. Bu yaş grubunda son 3 ay içerisinde bilgisayar kullananların oranı %68,2 iken internet kullananların oranı %90,7’dir (5).

Grafik 3. Türkiye’de bilgisayar ve internet kullanım oranlarının yıllara göre değişimi



Grafik 4. Türkiye’de son 3 ay içerisinde bilgisayar ve internet kullanım oranlarının yıllara göre değişimi



2.3. Teknoloji Bağımlılığı

2.3.1. Teknoloji Bağımlılığının Gelişimi

Teknolojinin hayatı kolaylaştırmasıyla insanların hem enerji hem zaman anlamında oldukça önemli kazanımları olmaktadır. Ancak teknolojinin hayatı yeniden şekillendirmesiyle dönüşen benlikler teknolojinin esareti altında kalmak gibi ciddi bir tehlike ile de karşı karşıya kalmaktadırlar (21). Düzenleyici otoriteler ise teknolojideki hızlı değişime aynı hızda ayak uyduramamaktadır. Farklı kaynaklardan çok büyük miktarlarda veri üretilmekte ve platformlar arasında tüketicilerin dikkatini çekmek için kıyasıya bir rekabet yaşanmaktadır. Dikkat ekonomisi olarak tanımlanan bu modelde ekran başında geçirilen süre en önemli göstergedir (22). Platform şirketleri, davranışsal psikolojiden yararlanarak, kişilerin ekran başında geçirdikleri süreyi arttırmaya yönelik, alışkanlık yapan çeşitli teknikler geliştirmekte ve bunları uygulamaktadırlar (23-26). Alışkanlıklar ise zamanla bağımlılık haline gelmekte ve çağımızın önemli sorunlarından biri olan teknoloji bağımlılığı ortaya çıkmaktadır. Teknoloji bağımlılığı bireyin psikolojik durumunun yanı sıra, mesleki ve sosyal etkileşimlerinin teknolojinin aşırı kullanımı sebebiyle zarar görmesi olarak tanımlanmaktadır (27). Nisbeten yakın zamanda ortaya çıkmış olmasına rağmen zihinsel bir sağlık sorunu olarak kabul edilen teknoloji bağımlılığının madde bağımlılığına benzer davranışsal bağımlılık belirtilerine yol açtığı ve tedavi gerektiren bir hastalık durumuna evrildiği belirtilmektedir (28).

Teknoloji bağımlılığı ile ilgili yapılan çalışmalar internet bağımlılığı, Facebook ve sosyal medya bağımlılığı, oyun bağımlılığı ve cep telefonu bağımlılığı gibi çeşitli uygulama alanları esas alınarak yürütülmektedir. İnternet bağımlılığı ile ilgili çalışmalarda, “İnternet bağımlılığı” terimi internet ile ilgili diğer bağımlılıkları da kapsayan şemsiye bir terim olarak kullanılmaktadır (9). Literatürde internet bağımlılığı kavramının “patolojik internet kullanımı”, “problemlili internet kullanımı”, “aşırı internet kullanımı”, ”takıntılı internet kullanımı”, “internet bağımlılığı bozukluğu” ve “internet istismarı” gibi çeşitli şekillerde kullanıldığı da belirtilmektedir (29,30).

2.3.2. Teknoloji Bağımlılığı Ölçütleri

“İnternet Bağımlılığı” terimi ilk olarak 1995 yılında Goldberg tarafından kullanılmıştır. Goldberg, DSM-4’te yer alan madde bağımlılığı ölçütlerini kullanılarak yedi maddelik tanı ölçeği oluşturmuş, “en az on iki aylık bir dönem içerisinde yedi maddenin üç tanesinin ortaya çıkması ile kendini gösteren, klinik olarak belirgin bir bozulmaya yol açan uygunsuz internet kullanımı” olarak tanımlamıştır (31).

Goldberg’in İnternet Bağımlılığı İçin Tanı Ölçütleri:

1. Aşağıdakilerden biriyle tanımlanan tolerans gelişimi.

- a. İstenen keyfin alınabilmesi için belirgin olarak artmış internet kullanım süresi
- b. Sürekli olarak aynı sürelerde internet kullanımı ile alınan keyifte azalma olması

2. Aşağıda tanımlanan şekilde yoksunluk gelişmesi

Ağır ve uzun süreli internet kullanımı sonunda aşağıdakilerden en az 2 tanesinin günler içinde ortaya çıkması (1 ay içinde ortaya çıkabilir) ve kişilerin bunlardan dolayı iş, sosyal ve önemli işlevsel alanlarda sıkıntı yaşaması.

- a. Psikomotor ajitasyon
- b. Bunaltı
- c. İnternette neler olduğu hakkında takıntılı düşünceler
- d. İnternet hakkında fanteziler ve hayal kurma
- e. İsteyerek ya da istemeyerek tuşlara basma hareketi yapma
- f. Bu sıkıntılı durumlardan kurtulmak için internete veya benzeri servislere bağlanma

3. İnternet kullanımı genellikle planlandığından daha uzun süreler alır

4. İnternet kullanımını bırakmak veya denetim altına almak için sürekli bir istek veya boşa çıkan çabalar vardır.

5. İnternet ile ilgili eylemlere çok uzun süreler ayrılır (kitap almak, yeni web tarayıcıları ve programları denemek, dosyaları düzenlemek vb.)

6. İnternet kullanımı nedeniyle önemli toplumsal mesleki etkinlikler veya boş zamanları değerlendirme etkinlikleri bırakılır veya azaltılır.

7. İnternet kullanımı, yol açtığı sorunlara (uykusuzluk, evlilik problemleri, işe ve randevulara geç kalma vb.) rağmen aşırı olarak devam eder (32).

Young, ise herhangi bir madde kötüye kullanımını içermeyen internet bağımlılığına en yakın bozukluğun DSM-4'te dürtü kontrol bozuklukları başlığı altında yer alan “patolojik kumar oynama” olduğu kanaatine varmıştır. Buradan hareketle patolojik kumar oynama ölçütlerini temel alarak internet bağımlılığı ölçütlerini belirlemiş, tanısının konulabilmesi için tanımlanan sekiz ölçütten beşinin karşılanmasını yeterli görmüştür (14).

Young'ın İnternet Bağımlılığı için Tanı Ölçütleri:

1. İnternet ile ilgili aşırı zihinsel uğraş (sürekli olarak interneti düşünme, internette yapılan aktivitelerin hayalini kurma, internette yapılması planlanan bir sonraki etkinliği düşünme, vb),
2. İstenilen keyfi almak için giderek daha fazla oranda internet kullanma ihtiyacı duyma,
3. İnterneti kullanımını kontrol etme, azaltma ya da tamamen bırakmaya yönelik başarısız girişimlerin olması,
4. İnternet kullanımının azaltılması ya da tamamen kesilmesi durumunda huzursuzluk, çökkünlük ya da kızgınlık hissedilmesi,
5. Başlangıçta planlanandan daha uzun süre internette kalma,
6. Aşırı internet kullanımı nedeniyle aile, okul, iş ve arkadaş çevresiyle sorunlar yaşama, eğitim veya kariyer ile ilgili bir fırsatı tehlikeye atma ya da kaybetme,
7. Başkalarına (aile, arkadaşlar, terapist, vb) internette kalma süresi ile ilgili yalan söyleme,
8. İnterneti problemlerden kaçmak veya olumsuz duygulardan (örn: çaresizlik, suçluluk, çökkünlük, kaygı) uzaklaşmak için kullanma (14).

Shapira ve arkadaşları ise Young ve Goldberg'in tanı ölçütlerine benzer ancak daha sade bir tanı kriter listesi önermişlerdir. Onlara göre aşağıdakilerden en az biriyle

karakterize uyum bozucu internet kullanımı olması internet bağımlılığı tanısı için yeterlidir.

Shapira'nın İnternet Bağımlılığı İçin Tanı Ölçütleri:

1. İnternet kullanımı ile ilgili karşı konulmaz düşünceler
2. Planladığından çok daha uzun süre internet kullanma
3. İnternet kullanımının ya da kullanımı ile ilgili zihinsel meşguliyetin sosyal, iş, ve diğer işlevsellik alanlarında klinik olarak belirgin bozulmaya yol açması
4. Aşırı internet kullanımının sadece hipomani veya mani dönemlerinde olmaması veya diğer bir Eksen 1 bozukluğu ile daha iyi açıklanmaması (33).

Amerikan Psikiyatri Birliği, konuyla ilgili artan klinik tedavi talebi doğrultusunda Ruhsal Rahatsızlıkların Teşhis ve Değerlendirme El Kitabı'nın Mayıs 2013'de yayımlanan 5. baskısının (DSM-5) ekinde "İnternet Kullanım Bozukluğu"nun yer almasına karar vermiştir (34,35). İnternet kullanım bozukluğu, kavramının ilk kez DSM-5'te yer almış olmasının yanında İnternet bağımlılığı, sosyal medya bağımlılığı ve akıllı telefon bağımlılığı DSM-5'te birer bozukluk olarak sınıflandırılmamaktadır. Ancak DSM-5 bölüm 3'te dijital oyun bağımlılığı sorununun resmi bozukluk olarak tanılanması için daha çok araştırmaya ihtiyaç olduğu vurgulanmış, "İnternette oyun oynama bozuklukları" olarak tanımlanabileceği önerilmiştir (34,35). Nitekim Uluslararası Hastalık Sınıflandırmasının 11. Revizyonunda (ICD-11) Oyun bozukluğu, oyun oynama bozukluğunun kontrolü ("dijital oyun" veya "video oyunu") olarak tanımlanmıştır (36). DSM'nin sonraki sürümlerinde teknolojik bağımlılıkları daha geniş ölçüde yer alacağı öngörülmektedir.

DSM-5'te İnternette oyun oynama bozukluğu, 12 aylık bir süre içinde önerilen dokuz kriterden beş ya da daha fazla kriterin karşılanması ve klinik olarak önemli bir bozukluk ve sıkıntıya yol açan sürekli ve tekrarlayıcı kullanımı olarak tanımlanmıştır. Ayrıca DSM-5'te tanımlanan bu bozukluğa sadece kumar oyunlarını içermeyen İnternet oyunları dahildir. Bir iş ya da meslek aktivitesi için gereken İnternet kullanımı ile eğlence ya da sosyal İnternet kullanımı İnternette oyun oynama bozukluğuna dahil değildir (34).

DSM-5'te İnternette oyun oynama bozukluğu (İnternet Gaming Disorder) için önerilen tanı ölçütleri:

1. Günlük hayatta baskın bir etkinlik haline gelecek şekilde internet oyunları ile zihinsel uğraş,
2. İnternette oyun oynamadığında yoksunluk belirtileri,
3. Tolerans- internet oyunları ile meşguliyyete artan miktarda zaman harcama ihtiyacı,
4. İnternet oyunlarına girmeyi kontrol etmedeki başarısız girişimler,
5. İnternet oyunlarının bir sonucu olarak, önceki hobi ve eğlencelerine ilginin yok olması,
6. Psikolojik problemleri bilmesine rağmen internet oyunlarının aşırı kullanımını sürdürmesi,
7. İnternet oyunlarının miktarı hakkında aile üyelerine, terapistlere ya da diğerlerine yalan söyleme,
8. Olumsuz bir ruh halinden kurtulmak ya da hafifletmek için internet oyunlarının kullanımı,
9. İnternet oyunlarına katılımından dolayı önemli bir ilişkiyi, işi, eğitim ya da kariyer fırsatını riske atma ya da kaybetme (34).

2.3.3. Bağımlılığı Pekiştirici Unsurlar

Kitap, dergi, televizyon gibi alanlarda olmayıp, dijital alanlarda bulunan ve teknoloji bağımlılığını pekiştiren dört temel özellik vardır:

• Durma işaretinin olmayışı

Okunan bir kitabın bitirilmesi veya izlenen bir filmin tamamlanması, aktivitenin sonlanması için bir durma işaretidir ve bireye aktivitenin bittiğini bildirir. Birçok aktivitenin bağımlılık yapmasının nedeni durma işaretinin olmamasıdır. Yapılan bir araştırmaya göre, kendi kendine yeniden dolan çorba kâseleri, normal çorba kâselerine göre %73 daha fazla tüketime yol açmaktadır (37). Teknolojik hizmet sunumlarında da çoğunlukla durma işareti bulunmamaktadır. Mobil uygulamalarda ve sosyal medya sayfalarında sonsuz sayfalar aşağıya doğru kaydıkça sürekli yeni içerikler sunulur. Sonu gelmeyen bu içerikler tüketimin artması ile sonuçlanmaktadır (28).

• Gelişmeleri kaçırma korkusu

Kişilerin ilgi alanlarına göre, herkesin öğrenmiş olduğu gelişmeleri kaçırma endişesini ifade etmektedir. Sosyal medya alanında daha sık görülen bu durum, telefonun sürekli açık tutulması ve kontrol edilmesine neden olur (38).

• **Değişken ödülleri**

Kişilerin sosyal medya paylaşımlarının ne oranda beğenileceğinin merak edilmesi sonucu davranışların bir döngü haline gelmesi, teknoloji bağımlılığı gelişiminde önemli bir rol üstlenmektedir (28).

• **Alışkanlık döngüsü**

Bir eylemin rutin bir şekilde sürekli tekrar edilmesi alışkanlık haline dönüşmesine neden olur (28). Alışkanlıklar da ilerleyen dönemde bağımlılığa dönüşebilmektedir (27).

2.3.4. Teknoloji Bağımlılığının Etkileri

Teknoloji bağımlılığının fiziksel, psikolojik ve bilişsel açıdan birçok olumsuz etkisi bulunmaktadır;

• **Fiziksel Etkileri**

Ekran başında geçirilen sürenin gittikçe artması, yetersiz fiziksel aktivite, sağlıksız beslenme ve sedanter yaşam sonucu obeziteye neden olabilir. Obezite ise beraberinde hiperinsulinemi, hiperlipidemi ve hipertansiyon gibi riskler getirmektedir. Uzun süren hareketsizlik sonucu duruş bozuklukları, kas-iskelet sistemi sorunları, çocuklarda gelişim bozuklukları, görme veya işitme sorunları, non iyonize radyasyonun olumsuz etkileri, uykusuzluk ve baş ağrısı gibi problemler görülebilmektedir (39).

• **Psikososyal Etkileri**

Kişilerin toplum içerisinde yalnız kalmasının teknoloji bağımlılığı açısından hem neden hem sonuç olabileceği düşünülmektedir (40). İnternet bağımlılığı olan bireylerde %50 oranında psikiyatrik bir bozukluk mevcuttur (41). İnternet bağımlılığı ile en sık birliktelik gösteren psikiyatrik bozukluklar; %38 ile madde kullanımı, %33 ile duygudurum bozuklukları, %25 ile depresyon/distimi, ayrıca psikotik bozukluk (%14) ve anksiyete bozukluğu (%10)'dur (14,42).

• **Bilişsel Etkileri**

Teknoloji bağımlılığın kişilerin verimliliğini düşürmekte, öğrencilerde ders çalışmaya engel olarak akademik başarının düşmesine ve öğrenme bozukluklarına sebep olabilmektedir (43). Yapılan bir araştırmada, belirli bir işe odaklanmış bireyin mobil bildirim mesajı gibi bir uyararla bölündüğünde yaptığı işe tekrar odaklanabilmesi için 25 dakika geçmesi gerektiği gösterilmiştir (44).

2.3.5. Dünya Sağlık Örgütü'nün Faaliyetleri

DSM-5'te internette oyun oynama bozukluğunun halk sağlığı açısından önemli olduğu belirtilmektedir. Gelecekte yapılacak araştırmaların internette oyun oynama bozukluğunun bağımsız bir bozukluk olarak tanımlanacağı bulguları beraberinde getireceği ve kumar oynama bozukluğunda olduğu gibi yaygınlık, klinik süreç, olası genetik etki gibi faktörleri tanımlamak için epidemiyolojik çalışmaların olması gerektiği belirtilmektedir (34). DSÖ, çeşitli profesyonel gruplar, akademisyenler, klinisyenler tarafından konu ile ilgili ortaya konulan endişelere yanıt olarak 2014 yılında İnternet, bilgisayar, akıllı telefon ve benzeri elektronik cihazların aşırı kullanımının halk sağlığı etkileriyle ilgili faaliyetlere başlamıştır (15). Bu sorunları ele alan ilk DSÖ toplantısı Japonya'da düzenlenmiştir. Toplantıda Dünyanın farklı bölgelerinden uzmanlar, internet ile akıllı telefon ve benzeri elektronik cihazların aşırı kullanım durumlarının halk sağlığı üzerine olan etkilerini tartışmışlardır (9,15).

Güney Kore'de gerçekleştirilen ikinci toplantıda, internet'in aşırı kullanımıyla ilişkili davranışsal bozukluklar ile iletişim ve oyun bağımlılıkları ele alınmıştır. Çin'de düzenlenen üçüncü toplantıda ise internet, bilgisayarlar, akıllı telefonlar ile diğer iletişim ve oyun platformlarının aşırı kullanımıyla ilgili halk sağlığı sorunlarını azaltmayı amaçlayan sağlığı geliştirme, önleme ve tedavi politikalarına odaklanılmıştır. Bağımlılık yapan davranışların halk sağlığı üzerindeki etkilerine ilişkin dördüncü DSÖ toplantısı ise ülkemizde yapılmış olup, oyun ve kumar bozukluklarının kavramsal ve klinik geçerliliği üzerinde durulmuştur. Online oyun ve online kumar bağımlılığı üzerine hastalık, önleme, koruma, tedavi, rehabilitasyona dair tüm konular konuşulurken DSÖ'nün hastalık sınıflandırmalarını kararlaştıracağı ICD-11 için ciddi hazırlıklar yapılmıştır (15). Bu kapsamda Haziran ayında gerçekleştirilen ICD-11'de oyun bozukluğu, kişisel, aile, sosyal, eğitimsel veya mesleki işlevlerde belirgin bir sıkıntı veya önemli bir bozulma ile sonuçlanması

durumunda çevrimiçi ve çevrimdışı varyantları ile klinik olarak tanınabilir ve klinik olarak anlamlı bir sendrom olarak tanımlanmıştır (36,45).

2.3.6. Teknoloji Bağımlılığının Tedavisi

- **İlaç Tedavisi**

Teknoloji ile ilişkili bağımlılıklar psikiyatrik bozukluklar ile eş zamanlı olarak bulunabilmektedirler. Psikiyatrik bozukluk, teknoloji bağımlılığının nedeni veya sonucu olabilir. Bu nedenle, altta yatan psikiyatrik bir bozukluk tespit edilmiş ise öncelikle onun tedavi edilmesi gerekir. Eğer patolojik internet kullanımı bir psikiyatrik bozukluk ile ilgili değil ise, dürtü kontrol bozukluğu ve bipolar duygudurum bozukluğuna daha yakın olması sebebiyle seçilecek olan farmakoterapinin her iki bozuklukta da kullanılan duygudurum dengeleyicisi olması iyi bir seçenek olabilir. İnternet bağımlılığı şikayetleri ile başvuran kişide belirgin depresif belirtiler varsa ve hipomani veya mani öyküsü yok ise, antidepresan tedavisi internet bağımlılığı belirtilerinde azalma sağlayabilir (14).

- **Psikoterapi**

Bağımlılık tedavisinde bir diğer seçenek, bilişsel davranışçı yöntemler kullanılarak yapılan psikoterapidir. İnternet bağımlılığının arka planında, depresyona benzer şekilde bazı olumsuz bilişsel durumların bulunduğu ve bağımlılığın hayatta başarısızlıkları telafi etmek amacıyla ortaya çıkan bir davranış örüntüsü olduğu belirtilmiştir (46). Nitekim tedavide uygulanan bilişsel davranışçı tekniklerin işe yaradığı görülmüştür (47). Bilişsel davranışçı tedavide amaç internet kullanımını tamamen yasaklamak değil, kullanımın kontrol altına alınmasıdır (48). Tedavide kullanılan bilişsel davranışçı teknikler şöyle sıralanmaktadır;

1. **İnternet kullanımını tam zıt saatlere kaydırmak:** İnternet kullanım zamanlarının değiştirilmesi, mekanların değiştirilmesi, kullanım esnasında molalar verilmesi gibi uygulamalar yer alabilir. Amaç, kişilerin günlük rutinini kırmak ve yeni kullanım alışkanlarına uyumunu sağlamaktır.
2. **Dış durdurucular kullanmak:** Zaman düzenlemesinin ardından belirlenen yeni kullanım zamanlarında kullanımın aşırı olmaması için kullanımın ardından bağımlının hemen yapması gereken işer konulabilir. İnternette çıkması için belirlenen saate alarm kurulabilir.

- 3. İnternet kullanımıyla ilgili hedefler belirlemek:** Hasta ile beraber bir internet kullanım takvimi hazırlanarak internetin hastayı değil, hastanın interneti kontrol etmeye başlaması sağlanabilir.
- 4. Özellikle belli bir işlevden uzak durmaya çalışmak:** Hastanın ağırlıklı olarak internetin belli bir işlevini kullandığı tespit edilmişse, hastanın bu işlevden mümkün olduğunca uzak durmasını sağlamaktır.
- 5. Hatırlatıcı kartlar kullanmak:** Hastadan internet kullanımının kendisi için hangi sorunlara yol açtığı ve bağımlı olarak kullanmaması halinde neler kazanacağını madde madde kartlara yazması istenir. Bağımlı kullanım için kontrol edilemez bir istek duyduğunda ise yanında taşıdığı bu kartlara bakması önerilir.
- 6. İnternet yerine yapmak istediklerini not edebileceği kişisel bir defter kullanmak:** Hastadan internet kullanabilmek için yapmayı ihmal ettiği ya da ertelediği etkinliklerin bir listesini yapması istenir. Bağımlı kullanım için kontrol edilemez bir istek duyduğunda yazdıklarından istediği bir tanesini yapması önerilir.
- 7. Bir destek grubuna girmek:** Yalnız yaşayan kişilerde internet bağımlılığı sıklığının arttığı görülmüştür (40). Bu nedenle hastanın bir sosyal destek grubuna katılması aşırı internet kullanımının önüne geçmek için önemli bir yöntemdir.
- 8. Aile terapisi:** İnternet bağımlılığı nedeniyle aile ilişkileri bozulabildiği gibi aile ilişkileri bozulduğu için internet bağımlılığı da gelişebilir. Dolayısıyla kişinin ailesi ile birlikte terapi alması oldukça önemlidir (48).

2.4. İnternet Bağımlılığı

2.4.1. İnternetin tarihçesi

İnternet terimi, International ve Network sözcüklerinden üretilmiş olup uluslararası ağ anlamına gelmektedir (49). TDK, interneti “Bilgisayar ağlarının birbirine bağlanması sonucu ortaya çıkan, herhangi bir sınırlaması ve yöneticisi olmayan uluslararası bilgi iletişim ağı” şeklinde tanımlamaktadır (50).

1994 yılında Esther Dyson, George Gilder, George Keyworth, ve Alvin Toffler’in İnternette yayınladıkları bir yazıda, insanoğlunun tarım ve sanayi olarak adlandırılan iki devrim dalgasından geçtikten sonra üçüncü bir devrim dalgası çağına girmekte olduğundan bahsetmişlerdir. Bilgi çağı olarak adlandırılan bu çağın bilgisayar dünyası olduğu ve Dünya üzerinde çok büyük dönüştürücü etkilerde bulunacağı belirtilmiştir.

(51). İnternetin temelleri 1960'lı yıllarda atılmıştır. 1957'de Sovyetlerin ilk yapay dünya uydusu olan Sputnik'i fırlatmaları üzerine ABD Savunma Bakanlığı, bilim ve teknolojinin orduya en iyi şekilde uygulanması için ARPA (Advanced Research Projects Agency) projesini başlatmıştır. Amerikan Hava Kuvvetleri 1962 yılında ABD'ye yapılabilecek olası bir nükleer saldırı sonucunda bir kısmı hasar görse bile çalışmaya devam edebilecek olan bir askeri bilgisayar ağı tasarlamıştır. ARPA projesi bu ağı destemiş ve ARPANET adını almıştır. İlk bilgisayar ağı 1969'da California'da kurulmuştur. 1976'da Amerika kıtasına, 1995 yılında ise tüm Dünyaya yayılmıştır. Türkiye'nin internet ile ilk tanışması 1993 yılında olmuştur ve Türkiye internetin en hızlı geliştiği ülkelerden bir tanesidir (14). İlk bağlantı Ortadoğu Teknik Üniversitesi'nde (ODTÜ) gerçekleştirilmiştir ve bu hat uzun bir süre ülkenin tek çıkışı olmuş ve internet Türkiye'de öncelikle akademik ortamlarda yaygınlaşmaya başlamıştır. Ardından sırasıyla Ege Üniversitesi, Bilkent Üniversitesi, Boğaziçi Üniversitesi ve İstanbul Teknik Üniversitesi (İTÜ) bağlantıları gerçekleşmiştir. 1996 yılında Turnet çalışmaya başlamıştır. 1997 yılında, akademik kuruluşların internet bağlantısını sağlayan Ulaknet çalışmaya başlamış ve üniversiteler birbiri ile bağlantılı hale getirilmiştir. 1999 yılında, ticari ağ yapısında olan değişiklikler nedeniyle Turnet'in yerini TTnet adında yeni bir oluşum almıştır. 2000'lerin başında, ticari kullanıcılar TTnet üzerinden, akademik kuruluşlar ise Ulaknet üzerinden internet erişimine sahip olmaya başlamışlardır. Bu iki omurga arasında yüksek hızlı bağlantı kurulmuştur (14). Günümüzde de birçok özel servis sağlayıcı ile GPRS ve ADSL olarak internete ulaşmak mümkündür. Bu yolların fiyat, hız ve kalite açısından çeşitli özelliklerine göre tercih edildikleri görülmektedir (52).

2.4.2. İnternetin Kullanım Alanları

İnternetin kullanım alanları her gün genişlemekle birlikte, kullanıcı sayısı da günden güne artmaktadır (53).

- Bilgisayar ağına bağlı tüm bilgisayarla iletişim, elektronik posta almak/göndermek,
- Bilgi, makale, teknik rapor gibi sınırsız kaynağa erişim olanağı,
- Herkese açık yazılımlara ücretsiz erişim,
- Kitap, konferans, duyuru ve kayıt işlemleri,

- Bilgi bankalarına ve arşivlere erişim, Kütüphane kataloglarına ulaşım,
- Her türlü alışveriş,
- Seyahat rezervasyonları, uçak ve diğer yolculuk biletleri,
- Bankacılık, hisse senedi alım satımı, açık artırmalara katılım gibi ticari işlemler,
- Çeşitli resmi başvuru ve işlemler,
- Her konuyla ilgili uzmanların adreslerine ulaşım iletişim olanağı,
- Günlük gazete/televizyon haberlerini okumak ve izlemek (49)

2.4.3. İnternet Bağımlılığının Tanımı

İlk olarak 1995 yılında gündeme getirilen “İnternet bağımlılığı” terimi, “Bireyin internet kullanımına yönelik kontrolünü kaybederek hayatında problemler doğuracak kadar yoğun kullanması” olarak (54), “İnternet Bağımlılığı Rahatsızlığı” terimi ise internetin takıntılı biçimde aşırı kullanımı ve internetten yoksun bırakıldığında sinir bozucu ya da huysuz davranış durumu” olarak (55) tanımlanmaktadır.

Tablo 1A. İnternet Bağımlılığı ile ilgili yapılan bazı çalışmalar

| Yazar | Ülke | Örnekleme (sayı) | Ölçüm kriteri | Sıklık (%) |
|----------------------------|----------|----------------------------------|---------------|------------|
| Yoo ve ark. (2004) (56) | Kore | Öğrenciler (535) | Young İBÖ | 0,9 |
| Adiele ve ark. (2014) (57) | Nijerya | Üniversite Öğrencileri (1022) | Young İBÖ | 3,3 |
| Kuss ve ark. (2013) (35) | Hollanda | Öğrenci (3105) | Kompulsif İBÖ | 3,7 |
| Haroon ve ark. (2018) (58) | Pakistan | Tıp öğrencileri (140) | İBÖ | 7,8 |
| Alaçam (2012) (59) | Türkiye | Üniversite öğrencileri (2096) | İBÖ | 0,6 |
| Doğan (2013) (11) | Türkiye | 12-18 yaş arası öğrenciler (546) | İBÖ | 12,6 |
| Günay ve ark. (2018) (60) | Türkiye | Üniversite öğrencileri (1288) | Young İBÖ | 0,2 |
| Turan (2015) (12) | Türkiye | Üniversite öğrencileri (397) | Young İBÖ | 1,8 |
| Canan (2010) (61) | Türkiye | 1034 | İBÖ | 9,7 |
| Aslan ve ark. (2016) (62) | Türkiye | 910 | Young İBÖ | 2 |

*İBÖ: İnternet Bağımlılığı Ölçeği

Tablo 1B. İnternet Bağımlılığı ile ilgili yapılan bazı çalışmalar

| Yazar | Ülke | Örneklem (sayı) | Ölçüm kriteri (puan aralığı) | Ölçek puan ortalaması |
|---------------------|--------------------|-----------------------------------|------------------------------|-----------------------|
| Chin (2018) (63) | Hong Kong | 9-18 yaş arası adölesanlar (1072) | Young İBÖ (20-100) | 34,3±10,7 |
| Günay (2018) (60) | Türkiye (Kayseri) | Üniversite öğrencileri (1288) | Young İBÖ (20-100) | 27.7±14.7 |
| İşsever (2016) (13) | Türkiye (İstanbul) | Üniversite öğrencileri (163) | İBÖ (30-150) | 75,43±20,40 |
| Bekar (2018) (64) | Türkiye (Denizli) | Üniversite öğrencileri (1362) | Young İBÖ-KF (12-60) | 27,35±7,73 |
| Özdemir (2016) (65) | Türkiye (Ankara) | Tıp öğrencileri (407) | Young İBÖ (20-100) | 32,1±18,07 |

*İBÖ: İnternet Bağımlılığı Ölçeği

**İBÖ-KF: İnternet Bağımlılığı Ölçeği-Kısa Formu

2.5. Akıllı Telefon Bağımlılığı

İnsanlar yüzyıllar boyunca uzaktaki akrabaları, arkadaşları ya da tanıdıkları ile haberleşmenin kolay yolunu aradılar. 1876 yılında Alexander Graham Bell ile başlayan telefon haberleşmesi yerini zamanla görüntülü iletişime bırakmıştır. Günümüzde sadece iletişim kurmayı sağlayan cep telefonlarının yerini alarak kullanımı giderek artan ve yalnızca iletişim kurma ihtiyacını gidermenin ötesinde müzik dinleme, fotoğraf ve video çekme, konum bilgilendirmesi ve internet erişimi gibi farklı ihtiyaçlara hitap eden akıllı telefonların, günlük yaşamımıza birçok kolaylık getirmenin yanında, kişilerarası ilişkiler, fiziksel ve ruhsal sağlık ve genel işlevsellik üzerine birçok olumsuz etkisi bulunmaktadır (66). Akıllı telefonların kolay taşınması ve taşınabilir bir bilgisayar fonksiyonlarıyla kullanılması, kullanıcı sayısının yanında

kullanım süresini de arttırmıştır. Akıllı telefonlar internet ile meşguliyet ve oyun oynama gibi faaliyetleri hayatın her anına yayabilirler. Bu nedenle teknolojik bağımlılıklarla iç içe bir yapısı olan akıllı telefonun bağımlılığı da önemli bir araştırma konusudur. Bununla birlikte işlevsellikte bozulmaya yol açması yönüyle de önemli bir halk sağlığı sorunudur (64,67).

Türkiye’de hanelerin %98,7’sinde cep telefonu (akıllı telefon dahil), bulunmaktadır (5). Akıllı telefon kullanımının yaygınlaşması sonrasında, yeni bir kavram olarak ortaya çıkan “Nomofobi (no mobile phobia)” akıllı telefon ve mobil internetten yoksun kalma korkusudur. Nomofobik bireylerin karakteristik özellikleri olarak; sürekli mesaj veya çağrı olup olmadığını kontrol etme, kapsama alanı dışı veya kullanımın kısıtlı olduğu yerlerde endişe ve gerginlik duyma, telefonu 24 saat açık bırakma, yatağa akıllı telefon ile girme gibi davranışlar sıralanmaktadır (68).

Akıllı telefon bağımlılığının dört ana bileşeni; kompulsif davranışlar, tolerans, yoksunluk ve işlevselliğin bozulmasıdır (69).

İnternet oyun bağımlılığı ve akıllı telefon bağımlılığı arasında güçlü bir ilişki bulunmuştur. Adolesanlarda akıllı telefon bağımlılığın fiziksel semptomlara, anksiyeteye, suçluluk duygusuna, depresyon ve sinirliliğe neden olduğu belirtilmiştir (70).

Akıllı telefon bağımlılığının risk faktörleri ise genç yaşta olma, dışa dönük kişilik ve depresyon olarak tanımlanmıştır (71).

Tablo 2. Akıllı Telefon Bağımlılığı ile ilgili yapılan bazı çalışmalar

| Yazar | Ülke | Örneklem (sayı) | Ölçüm kriteri (puan aralığı) | Ölçek puan ortalaması |
|----------------------------|------------|--------------------------------|------------------------------|-----------------------|
| Kwon ve ark. (2013) (72) | Güney Kore | 18-53 yaş arası bireyler (197) | ATBÖ (33-198) | 110 |
| Tateno ve ark. (2019) (73) | Japonya | Lise öğrencileri (573) | ATBÖ-KF (10-60) | 25 |
| Luk ve ark. (2018) (74) | Çin | 18 yaş üstü erişkinler (3211) | ATBÖ-KF (10-60) | 29 |
| Gümüş (2018) (75) | Türkiye | Üniversite öğrencileri (429) | ATBÖ-KF (10-60) | 27 |
| Bekar (2018) (64) | Türkiye | Üniversite öğrencileri (1362) | ATBÖ-KF (10-60) | 28,9±10,6 |
| Süler (2016) (76) | Türkiye | Üniversite öğrencileri (279) | ATBÖ-KF (0-40) | 21,02±9,18 |
| Minaz (2017) (77) | Türkiye | Üniversite öğrencileri (385) | ATBÖ (33-198) | 90 |
| Dikeç (2018) (78) | Türkiye | Üniversite öğrencileri (265) | ATBÖ (33-198) | 85 |
| Sanal (2017) (79) | Türkiye | Üniversite öğrencileri (157) | ATBÖ-KF (10-60) | 26 |
| Savcı (2017) (80) | Türkiye | Öğrenciler (201) | ATBÖ-KF (10-60) | 21 |

*ATBÖ: Akıllı Telefon Bağımlılığı Ölçeği

**ATBÖ-KF: Akıllı Telefon Bağımlılığı Ölçeği-Kısa Formu

2.6. Sosyal Medya Bağımlılığı

Birbirinden bağımsız olarak gelişmiş ve tüketicilerin kendi içeriklerini yansıtabilmelerini ve başkalarıyla paylaşımlarını sağlayan çevrimiçi uygulamalar sosyal medya olarak tanımlanmaktadır (81).

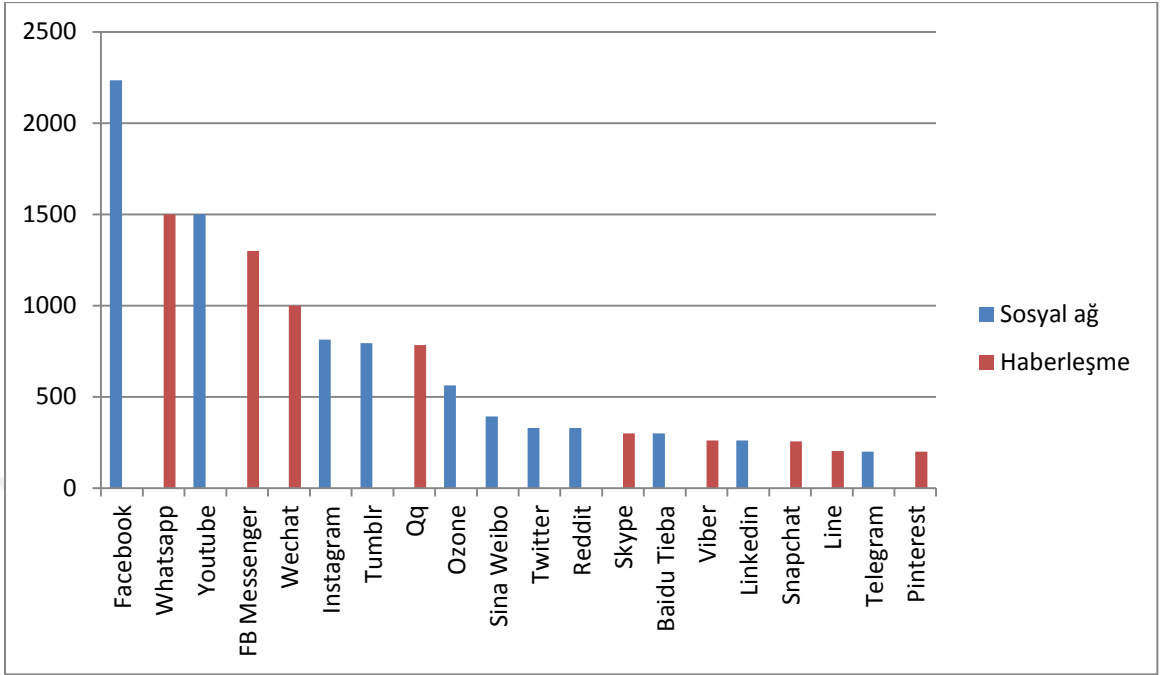
Dijital iletişim çağının temel ögesi olan internetin beraberinde getirdiği yeniliklerin başında gelen Facebook, Twitter, WhatsApp, Instagram ve diğer sosyal medya ve iletişim araçları, insanların haberleşme ve iletişim gereksinimlerini zaman ve mekâna bağımlı kılmadan pratik bir şekilde çözüme kavuşturma konusunda önemli ivme kazandırmışlardır (82).

Bireyler, iletişim kurmak, oyun oynamak ve resim göndermek gibi birçok farklı türde eğlence ve sosyal etkinlik yapmak için sosyal medya sitelerini ziyaret etmektedirler (83). Tabletler, cep telefonları ve iş yerlerinde her personelin kolayca internete ulaşabilmesi, sosyal medya kullanımının toplumu endişelendiren bir boyuta gelmesinde önemli bir etken olduğu söylenebilir (84).

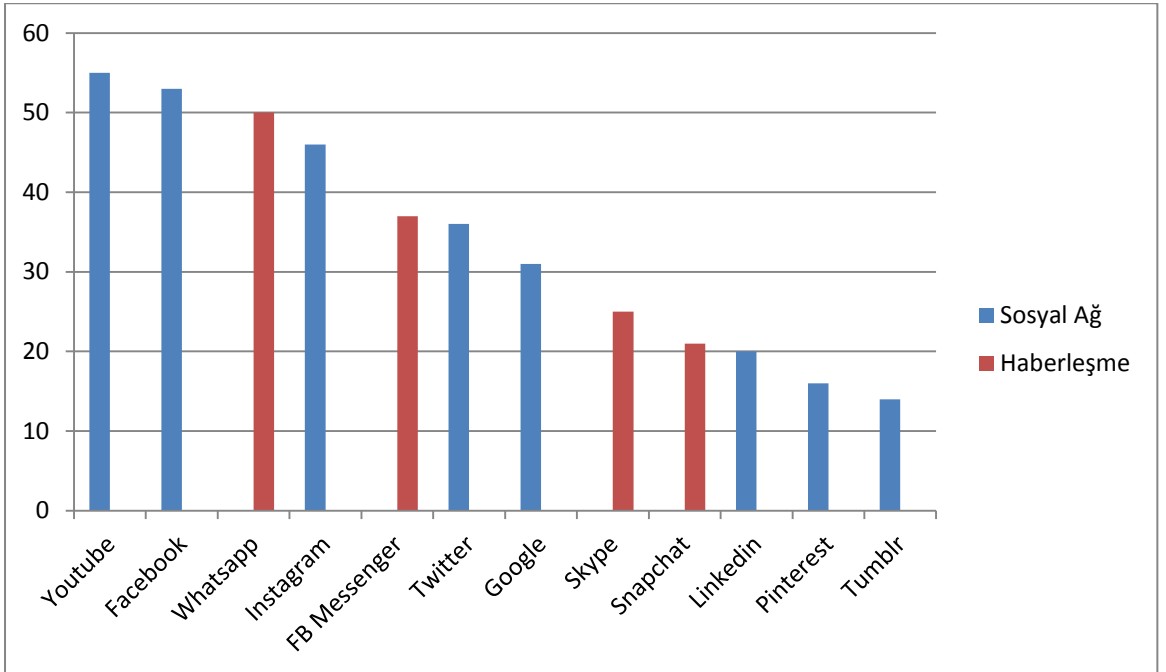
Yapılan araştırmalarda, sosyal ağlara girmenin, öğrencilerin akıllı telefon ve internet kullanım amaçları arasında ilk sırada olduğu belirtilmiştir (58,77).

2018 yılında Dünya nüfusunun %43'ü Türkiye'nin ise % 51'i sosyal medya kullanıcısıdır. Dünyada en sık kullanılan sosyal ağ Facebook iken, Türkiye'de ise Youtube'dur. Hem Dünyada hem de Türkiye'de en sık kullanılan haberleşme ağı ise Whatsapp'tır (4). Dünyada ve Türkiye'de en sık kullanılan sosyal medya platformları Grafik 5 ve 6'da gösterilmiştir.

Grafik 5. Dünyada en sık kullanılan sosyal medya platformları ve kullanıcı sayıları (milyon bazında)



Grafik 6. Türkiye’de en sık kullanılan sosya medya platformları ve kullanım yüzdeleri



Sosyal medyaya aşırı derecede düşkün olmak, sosyal medyada sürekli çevrimiçi olma isteği, kontrol edilemeyen motivasyonla yönlendirilmek ve bu durumun diğer önemli yaşam alanlarını olumsuz yönde etkilemesi sosyal bağımlılık olarak değerlendirilmektedir (85).

Teknolojik bağımlılıkların her biri için söylenebileceği gibi, tüm yaş gruplarının sosyal medyada aşırı zaman geçirmeleri ve buna bağlı olarak kişisel, sosyal, eğitim ve mesleki sorumluluklarını yerine getirmede problem yaşamaları kaçınılmaz olmakta, bununla birlikte çeşitli psikolojik, fiziksel ve sosyal sorunlar yaşanabilmektedir. Bu bağlamda sosyal medya bağımlılığı bir davranışsal bağımlılık olarak tanımlanmaktadır (86-88).

Tablo 3. Sosyal Medya Bağımlılığı ile ilgili yapılan bazı çalışmalar

| Yazar | Ülke | Örneklem (sayı) | Ölçüm kriteri (puan aralığı) | Ölçek puan ortalaması |
|---------------------|----------|------------------------------------|------------------------------|-----------------------|
| Eijnden (2016) (88) | Hollanda | 10-17 yaş arası adölesanlar (2198) | SMBÖ (0-27) | 5,65 |
| Manwong (2018) (89) | Tayland | Lise öğrencileri (245) | SMBÖ (0-48) | 20,6 |
| Savcı (2017) (80) | Türkiye | Öğrenciler (201) | SMBÖ (9-45) | 21 |

*SMBÖ: Sosyal medya bağımlılığı ölçeği

2.7. Dijital Oyun Bağımlılığı

Oyun “yetenek ve zekâ geliştirici, belli kuralları olan, iyi vakit geçirmeye yarayan eğlence” veya “bedence ve kafaca yetenekleri geliştirmek amacıyla yapılan, çevikliğe dayanan her türlü yarışma” olarak tanımlanmaktadır (50). Günden güne gelişen teknoloji ile oyun ve oyuncak kavramları bilgisayar oyunları, video oyunları ve taşınabilir cihazlarda oynanan mobil oyunlar olarak karşımıza çıkmaktadır. Bu oyunlar, oyunun görüntülenmesi bir ekran vasıtası ile olduğundan “dijital oyunlar” olarak adlandırılırlar (90,91).

Dijital oyunlar ilk defa 1970'lerin başında piyasaya sürülmüştür. Bu oyunların bağımlılığı ile ilgili çalışmalar da 1980'lerde literatüre girmeye başlamıştır (92).

İlerleyen zamanlarda tüm dünyada bu oyunların yaygınlaşması sonucu, özellikle çocuklar ve gençler için oyun bağımlılığı bir halk sağlığı sorunu haline gelmiştir (32,93-95).

Dünya genelinde farklı ülkelerde gerçekleştirilen epidemiyolojik çalışmaların artmasıyla birlikte Amerikan Psikiyatri Birliği (APA) tarafından yayımlanan DSM-5'in üçüncü kısmında "hakkında daha fazla araştırmaya ihtiyaç duyulan" bir bozukluk olarak ifade edilen "internet oyun oynama bozukluğunu" tanımlama gereksinimi doğmuştur (34,96).

Dünya Sağlık Örgütü de 2018 yılı Haziran ayında yayımlanan ICD-11 el kitabında hem online hem de offline "oyun oynama bozukluğu" (Gaming Disorder) kavramını tanımlamamıştır. Geline son noktada "oyun oynama bozukluğunun" DSM-5'te yer aldığı şekliyle bir öneri niteliğinde değil, ICD- 11'de kabul edilmiş bir hastalık olarak yer aldığı görülmektedir (36,96)

ICD-11'de oyun oynama bozukluğu ("dijital oyun" veya "video oyunu"), bireyin oyun oynama üzerinde kontrol yetisinin bozulması, oyun oynamanın bireyin diğer ilgi alanlarına ve günlük faaliyetlerine göre öncelik kazanması, olumsuz sonuçlara rağmen oyun oynamaya devam etme ve oyun oynamada artış ile karakterize olan bir davranış örüntüsü olarak tanımlanmaktadır (36,96).

Oyun bozukluğunun teşhisi için, davranış paterni kişinin aile, sosyal, eğitim, mesleki veya diğer işleyiş alanlarında önemli bir bozulma ile sonuçlanacak derecede ciddi olmalı ve en az 12 ay boyunca belirgin şekilde devam etmelidir (36,96).

Bir bozukluğun ICD sınıflamasında yer alması, ülkelerin bozukluk eğilimlerini izlerken veya halk sağlığı stratejilerini planlarken dikkate almaları gereken bir konudur. ICD sınıflandırması dünyadaki sağlık trendlerini, hastalıkları, sağlık koşullarını tanımlamak için uluslararası standardın temelini oluşturur. Oyun bozukluğunun ICD-11'e dahil edilmesi, mevcut kanıtların gözden geçirilmesine dayanmaktadır ve DSÖ'nün yürüttüğü teknik istişareler sürecinde yer alan farklı disiplinlerden ve coğrafi bölgelerden gelen uzmanların fikir birliğini yansıtmaktadır (96).

Oyun bozukluğunun ICD-11'e dahil edilmesi sonucu, sağlık profesyonellerinin konuya ilgisi çekilerek, dünyanın birçok yerinde oyun bozukluğu karakteristiğine benzer sağlık koşullarına sahip kişiler için tedavi programları ve gelişim risklerine karşı önleme programları geliştirilecektir. Dijital veya video oyunu etkinliklerine katılan insanların yalnızca küçük bir kısmında oyun bozukluğu gelişmektedir. Ancak, dijital oyun oynayan kişilerin, oyun aktiviteleri için harcadıkları süre ve fiziksel, psikolojik veya sosyal işleyişlerinde olabilecek herhangi bir değişiklik konusunda dikkatli olmaları gerektiği belirtilmektedir (96).

Tablo 4. Dijital Oyun Bağımlılığı ile ilgili yapılan bazı çalışmalar

| Yazar | Ülke | Örneklem (sayı) | Ölçüm kriteri (puan aralığı) | Ölçek puan ortalaması |
|-----------------------------|------------|--------------------------------|------------------------------|-----------------------|
| Lopez-Fernandez (2018) (97) | Belçika | 18-79 yaş arası bireyler (581) | CIUS-G* (0-51) | 4,78 |
| Lin (2019) (98) | İran | Adölesan bireyler (4442) | İOBÖ** (9-45) | 24,6 |
| Stavropoulos (2019) (99) | ABD | 18-29 yaş arası bireyler (457) | İOBÖ** (9-45) | 20,6 |
| Stavropoulos (2019) (99) | Avustralya | 18-29 yaş arası bireyler (164) | İOBÖ** (9-45) | 19,2 |
| Savcı (2017) (80) | Türkiye | Öğrenciler (201) | DOBÖ*** (7-35) | 16 |
| Eni (2017) (100) | Türkiye | Lise öğrencileri (200) | DOBÖ*** (7-35) | 12 |
| Odabaşı (2016) (101) | Türkiye | Üniversite öğrencileri (327) | DOBÖ*** (7-35) | 11 |

*CIUS-G: Oyun için kompulsif internet kullanım ölçeği

**İOBÖ: İnternet oyun bağımlılığı ölçeği

***DOBÖ: Dijital oyun bağımlılığı ölçeği

3. GEREÇ VE YÖNTEM

3.1. Araştırmanın Yeri ve Zamanı

Araştırma 01.Eylül 2018-31.03.2019 tarihleri arasında Düzce Üniversitesinde yapılmıştır. Araştırmada anketler, Düzce Üniversitesi merkez kampüsünde bulunan 4 yıllık fakültelerden; Eğitim Fakültesi, Fen Edebiyat Fakültesi, İşletme Fakültesi, Mühendislik Fakültesi, Orman Fakültesi, Sağlık Bilimleri Fakültesi, Spor Bilimleri Fakültesi, Teknoloji Fakültesi ve Tıp Fakültesinde 01.Eylül 2018-31.12.2018 tarihleri arasında uygulanmıştır.

3.2. Araştırmanın Evreni ve Örnekleme

3.2.1 Araştırmanın Evreni

Araştırmanın evreni Düzce Üniversitesi merkez kampüsünde bulunan 4 yıllık fakültelerden; Eğitim Fakültesi, Fen Edebiyat Fakültesi, İşletme Fakültesi, Mühendislik Fakültesi, Orman Fakültesi, Sağlık Bilimleri Fakültesi, Spor Bilimleri Fakültesi, Teknoloji Fakültesi ile Tıp Fakültesinde öğrenim gören 13925 kişiden oluşmaktadır.

3.2.2. Araştırmanın Örnekleme

Teknolojiye ilişkin farklı bağımlılıkların incelendiği çalışmalarda bağımlı-riskli kullanıcıların sıklıkları genel olarak % 0,2-38 arasında değişmektedir (11-14,35,56-62). Evrendeki birey sayısı bilinen örneklem genişliği formülüne göre teknoloji bağımlılığı sıklığı %20, standart sapma %3, desen etkisi 2 alınarak %95 güven aralığında en küçük örnek büyüklüğü 1304 kişi olarak bulunmuştur.

Örnekleme yöntemi olarak tabakalı örnekleme yöntemi kullanılmış, her fakülte bir tabaka olarak kabul edilmiştir. Evren/Örneklem oranı üzerinden, örneklem genişliği yaklaşık 10 kişide bir olarak hesaplanmış, her fakültenin %10'una ulaşılması hedeflenmiştir. Sınıflar arasında standart karşılaştırmaların yapılabilmesi için her fakülte ve sınıftaki öğrenci sayısı ile orantılı olarak toplam örneklem büyüklüğüne ulaşılması planlanmıştır. Araştırma 1304 kişi üzerinden planlanmış olduğu halde, 1465 kişiye ulaşılarak, hedeflenenin üzerinde bir katılım gerçekleştirilmiştir.

3.3. Araştırmanın Tipi

Kesitsel tipte bir araştırmadır.

3.4. Araştırmanın Değişkenleri

3.4.1. Bağımlı Değişkenler:

Young İnternet Bağımlılığı Ölçeği Puanı, Akıllı Telefon Bağımlılığı Ölçeği Puanı, Sosyal Medya Bağımlılığı Ölçeği-Yetişkin Formu Puanı ve Dijital Oyun Bağımlılığı Ölçeği Puanı

3.4.2. Bağımsız Değişkenler:

Fakülte, Sınıf, Yaş, Cinsiyet, Yaşanılan yer, Yaşanılan yerde kişisel oda, televizyon ve internet bağlantısı varlığı, sahip olunan teknolojik aletler, Aile gelir düzeyi, Anne ve babanın öğrenim durumu, Anne-baba birlikteliği, Zararlı alışkanlıklar (sigara ve alkol), İnternette ve/veya televizyon izleyerek geçirilen zamanlar, İnternet kullanım amacı, İlk defa cep telefonu, akıllı telefon ve bilgisayar kullanma yaşı, İlk defa dijital oyun oynama yaşı, Algılanan sağlık düzeyi, Akademik başarı, Tanı konulmuş fiziksel ve/veya psikiyatrik hastalık varlığı.

3.5. Araştırmanın Hipotezleri

a) **H0:** Üniversite öğrencilerinde teknoloji ile ilgili bağımlılıklar öğrencilerin bölümlerine göre farklılık göstermemektedir.

H1: Üniversite öğrencilerinde teknoloji ile ilgili bağımlılıklar öğrencilerin bölümlerine göre farklılık göstermektedir.

b) **H0:** Üniversite öğrencilerinde teknoloji ile ilgili bağımlılıklar öğrencilerin öğrenim gördükleri sınıflara göre farklılık göstermemektedir.

H1: Üniversite öğrencilerinde teknoloji ile ilgili bağımlılıklar öğrencilerin öğrenim gördükleri sınıflara göre farklılık göstermektedir.

c) **H0:** Bağımlılık türleri kendi aralarında korelasyon göstermemektedir.

H1: Bağımlılık türleri kendi aralarında korelasyon göstermektedir.

3.6. Araştırmaya Katılma Kriterleri

Sınıflar arasında karşılaştırma yapılabilmesi için, tüm sınıflarda eğitime devam eden 4 yıllık fakülteler ve tıp fakültesinin ilk 4 yılı araştırmaya dahil edilmiştir.

3.7. Araştırmaya Katılmama Kriterleri

İlahiyat fakültesinde 4. Sınıflar olmadığından, Teknik eğitim fakültesinde yalnızca 4. Sınıflar olduğundan dolayı, Ziraat ve Doğa Bilimleri Fakültesinde ise öğrenci sayısı nisbeten düşük (74 öğrenci) olduğundan dolayı araştırmaya dahil edilmemiştir.

3.6. Veri Toplama Araçları ve Yöntemleri

3.6.1 Veri Toplama Araçları

Araştırmada veriler, araştırmacı tarafından literatürden derlenerek hazırlanan 67 sorudan oluşan bir anket formu kullanılarak toplanmıştır. Anket formunda ilk beş soruda yaş, cinsiyet, yaşadığı yere ilişkin özellikler ve sahip olunan teknolojik aletler sorgulanmıştır. Altı ile dokuz arasındaki sorularda aile gelir durumu, anne ve baba öğrenim durumu ve ebeveynlerin birliktelik durumları sorgulanmıştır. Onuncu soruda sigara kullanımı sorgulanmış, günde en az bir adet sigara kullananlar, sigara içiyor olarak kabul edilmiştir. On birinci soruda alkol kullanma durumu sorgulanmış, haftada en az bir gün alkollü içecek kullananlar, alkol kullanıyor olarak kabul edilmiştir. On ikinci soruda spor yapma durumu sorgulanmış, haftada en az 5 gün 30 dakika veya haftalık 150 dakika spor yapanlar, spor yapıyor olarak kabul edilmiştir. On üçüncü soruda sağlık durumunu genel olarak nasıl değerlendirdiği, on dördüncü soruda akademik başarısını nasıl değerlendirdiği sorgulanmıştır. On beşinci soruda günlük akıllı telefonla ve bilgisayarla internete bağlanma süreleri ile sosyal medyada, dijital oyun oynayarak veya televizyon izleyerek geçirilen süreler açık uçlu olarak sorulmuştur. On altıncı soruda internetin sıklıkla hangi amaç veya amaçlar için kullanıldığı sorgulanmıştır. On yedinci soruda ilk defa internet, cep telefonu, akıllı telefon ve bilgisayar kullanma yaşı ile ilk defa dijital oyun oynama yaşı açık uçlu olarak sorulmuştur. On sekizinci soruda ise tanı konulmuş fiziksel ve/veya psikiyatrik bir hastalığın varlığı sorgulanmıştır. Ayrıca internet bağımlılığını ölçen 12 sorudan oluşan Young İnternet Bağımlılığı Testi-Kısa Formu, akıllı telefon bağımlılığını ölçen 10 soruluk Akıllı Telefon Bağımlılığı Ölçeği-Kısa Formu, sosyal medya bağımlılığını ölçen 20 soruluk Sosyal Medya Bağımlılığı Ölçeği-Yetişkin formu ve 7 soruluk Dijital Oyun Bağımlılığını ölçen form kullanılmıştır (EK-1).

Young İnternet Bağımlılığı Testi-Kısa Formu

1998 yılında Young tarafından geliştirilen (32) ve 2013 yılında Pawlikowski ve arkadaşları tarafından (102) kısa forma dönüştürülen YİBT-KF, 12 maddeden oluşan beşli Likert (1=Hiçbir zaman, 5=Çok sık) tipinde bir ölçektir. Ölçekten en az 12, en fazla ise 60 puan alınabilmektedir ve tersten puanlanan madde yoktur. Ölçekten alınan yüksek puanlar internet bağımlılığı düzeyinin yüksek olduğunu gösterir. 2016 yılında yapılan Kutlu ve ark. tarafından yapılan çalışmada Young İnternet Bağımlılığı Testi-Kısa Formu'nun ülkemiz üniversite öğrencileri için geçerli ve güvenilir olduğu gösterilmiştir (103).

Akıllı Telefon Bağımlılığı Ölçeği-Kısa Formu

2013 yılında Kwon ve arkadaşları tarafından ergenlerde akıllı telefon bağımlılığı riskini ölçmek için geliştirilen, 10 maddeden oluşan ve altılı Likert tipinde bir ölçektir (72). Ölçek maddeleri 1'den 6'ya doğru puanlandırılmıştır ve ölçek puanları 10-60 arasında değişmektedir. Testten elde edilen puan arttıkça bağımlılık için riskin arttığı değerlendirilmektedir. Ölçek bir faktörlü olup alt ölçekleri yoktur. 2015 yılında Noyan ve ark. tarafından yapılan çalışmada Akıllı Telefon Bağımlılığı Ölçeğinin Türkçe formunun üniversite öğrencilerinde geçerli ve güvenilir olduğu gösterilmiştir (66).

Sosyal Medya Bağımlılığı Ölçeği-Yetişkin formu

2017 yılında Şahin ve Yağcı tarafından 18-65 yaş arası yetişkinlerin sosyal medya bağımlılık düzeylerini belirlemek amacıyla geliştirilmiştir. Beşinci ve on birinci maddeler ters puanlanmaktadır. Analizler SMBÖ-YF'nun, yetişkinlerin sosyal medya bağımlılığını belirlemeye yönelik geçerli ve güvenilir bir ölçek olduğunu ortaya koymuştur. Ölçekten alınabilecek en yüksek puan 100, en düşük puan ise 20'dir. Puanın yüksek olması bireyin kendisini “sosyal medya bağımlısı” olarak algıladığı biçiminde değerlendirilmektedir (84).

Dijital Oyun Bağımlılığını Ölçeği

Lemmens ve arkadaşları tarafından 12-18 yaşları arasındaki ergenlerin sorunlu dijital oyun oynama davranışlarını belirlemek amacıyla geliştirilmiştir (104). Ölçek yedi maddeden oluşmakta ve alt boyutu bulunmamaktadır. 5'li likert tipi ölçek; “Hiçbir zaman”, “Nadiren”, “Ara sıra”, “Sıklıkla”, “Her zaman” olarak derecelenmektedir.

Ölçek puanları 7-35 arasında değişmekte ve ölçekten elde edilen yüksek puanlar yüksek düzeyde bilgisayar ve video oyunlarına bağımlılık olduğunu göstermektedir. Dijital Oyun Bağımlılığı Ölçeği Türkçe formunun geçerlilik ve güvenilirlik çalışması ise 2015 yılında Irmak ve ark. tarafından yapılmıştır (105).

3.6.2. Veri Toplama Yöntemi

Veri toplama öncesinde anket sorularının anlaşılabilirliğini test etmek amacıyla tıp fakültesi 6. Sınıfta öğrenim gören dokuz öğrenci üzerinde ön deneme yapılmıştır. Ön deneme sonrasında ankette bazı düzeltmeler yapıldıktan sonra veri toplama aşamasına geçilmiştir. Araştırma kapsamında seçilen dokuz fakülteye 01.09.2018-31.12.2018 tarihleri arasında araştırmacı tarafından gidilerek, öğrencilerin anketleri gözlem altında doldurmaları sağlanmıştır. Çalışmanın amacı ve gönüllülük esasına dayandığı bilgisi anketlerin üzerinde yer almaktadır. Bununla birlikte bu bilgiler ve gereken izinlerin alındığı öğrencilere sözel olarak da bildirilmiştir.

3.7. Verilerin Değerlendirilmesi

Verilerin analizi için SPSS paket programı kullanılmıştır. Tanımlayıcı istatistiklerde sayı ve yüzde kullanılmıştır. Verilerin normal dağılıma uygunluğunu incelemek için Kolmogorov-Smirnov testi ile birlikte Skewness (Çarpıklık) ve Kurtosis (Basıklık) değerleri kullanılmıştır. Ölçek puanları Kolmogorov-Smirnov testine göre normal dağılım göstermediğinden dolayı bağımsız değişkenlerle analizi için Mann-Whitney U ve Kruskal-Wallis testleri kullanılmıştır. İstatistiksel anlamlılık düzeyi olarak $p < 0,05$ kabul edilmiştir. Bulunmuş olan farkların nereden kaynaklandığı gerektiği durumlarda Bonferroni düzeltmesi uygulanarak, ikili analizlerle araştırılmıştır. Anne ve baba öğrenim durumları ikili karşılaştırmalarda “orta okul ve altı” ve “lise ve üzeri” olarak ikiye gruplandırılmıştır. Farklı teknolojilerin ilk kez kullanıldığı yaşlar, bilgisayar, telefon ve televizyona ayrılan günlük süreler ile bağımlılık puanları arasında ve farklı teknolojik bağımlılıkların kendi aralarındaki korelasyonunu değerlendirmek amacıyla da Spearman Korelasyon analizleri yapılmıştır. Korelasyon katsayıları; yönüne göre pozitif ve negatif, gücüne göre ise; 0,00-0,19 çok zayıf, 0,20-0,39 zayıf, 0,40-0,59 orta, 0,60-0,79 güçlü, 0,80-1,0 çok güçlü korelasyon olarak kabul edilmiştir. Yapılan analizlerde anlamlı bulunan değişkenlerde, çoklu regresyon analizi yapabilmek için ölçek puanlarının Skewness ve Kurtosis değerlerine bakılmıştır. Değişken sayısının fazla olduğu durumlarda verilerin normal dağılımının, Skewness ve Kurtosis

değerlerinden de faydalanılarak değerlendirilmesi önerilmektedir (106). Skewness ve Kurtosis değerleri -1,5 ile +1,5 arasında olanlar normal dağılıma uygun kabul edilmektedir (107).

Değişkenler, çoklu regresyon analiz modeline eklenerek, geriye doğru seçimli (backward) olarak analizleri yapılmıştır. Modelde son kalan değişkenler kullanılarak, değişkenlerin farklı bağımlılıklar üzerindeki bağımsız etkileri incelenmiştir. Model uyumu gerekli rezidüel ve uyum istatistikleri kullanılarak incelenmiş, tip 1 hata düzeyinin %5'in altında olduğu durumlar istatistiksel anlamlı olarak yorumlanmıştır.

3.8. Etik Kurul onayı ve İzinler

Çalışmaya başlamadan önce Düzce Üniversitesi Girişimsel Olmayan Klinik Araştırmalar Etik Kurulu'ndan 17.09.2018 tarih ve 2018/170 karar numaralı etik kurul onayı alınmıştır (EK-2). Ayrıca anket formlarının uygulanabilmesi için,

Fen Edebiyat Fakültesi Dekanlığı'ndan 06.08.2018 tarih ve E.46181 sayılı (EK-3),

Teknoloji Fakültesi Dekanlığı'ndan 06.08.2018 tarih ve E.46212 sayılı (EK-4),

Sağlık Bilimleri Fakültesi Dekanlığı'ndan 07.08.2018 tarih ve E.46387 sayılı (EK-5),

Orman Fakültesi Dekanlığı'ndan 08.08.2018 tarih ve E.48154 sayılı (EK-6),

İşletme Fakültesi Dekanlığı'ndan 10.08.2018 tarih ve E.46977 sayılı (EK-7),

Eğitim fakültesi Dekanlığı'ndan 13.08.2018 tarih ve E.47183 sayılı (EK-8),

Spor Bilimleri Fakültesi Dekanlığı'ndan 17.08.2018 tarih ve E.48154 sayılı (EK-9),

Tıp fakültesi Dekanlığı'ndan 05.09.2018 tarih ve E.49926 sayılı (EK-10),

Mühendislik Fakültesi Dekanlığı'ndan 05.09.2018 tarih ve E.49901 sayılı (EK-11) izinler alınmıştır.

3.8. Araştırmanın Bütçesi

Araştırmanın bütçesi araştırmacı tarafından karşılanmıştır.

3.9. Araştırmanın Kısıtlılıkları

Araştırmanın kesitsel tipte olması sebebiyle bu araştırma tipinin dezavantajlarını taşımaktadır. Bağımlılık ile ilişkili bulunan bazı değişkenler bağımlılığın sebebi olabileceği gibi sonucu da olabilir.

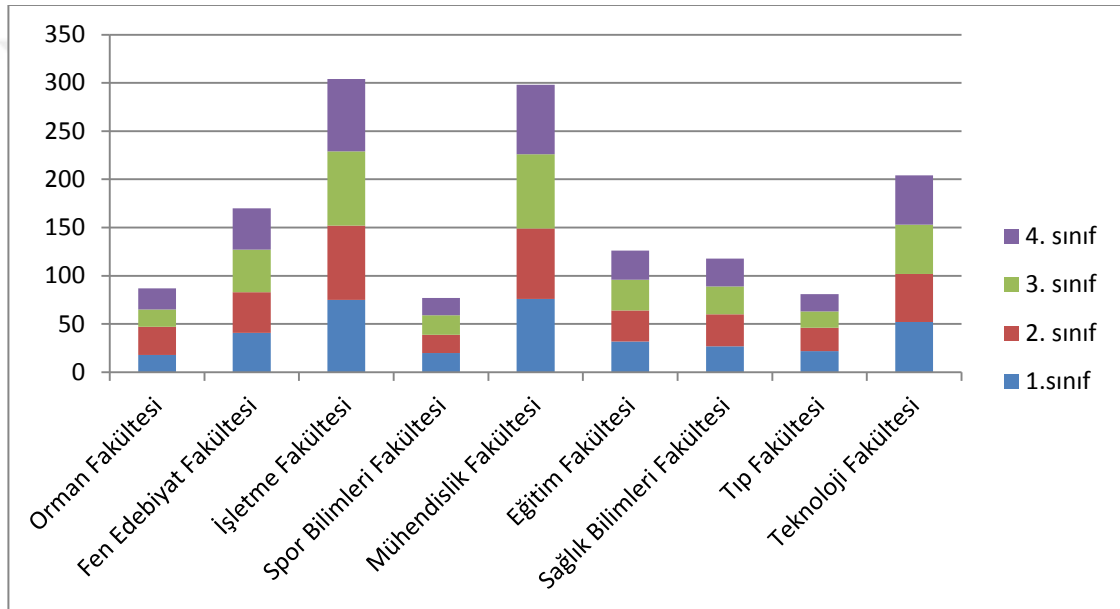
Araştırmada veriler öğrencilere anket uygulanarak toplandığı için taraflı bilgi verilmiş olabilir. Veri toplama sırasında akıllı telefonu ile meşgul olduğundan dolayı ankete vakit ayıramayacağını söyleyerek ankete katılmayı reddeden öğrenciler olmuştur. Beyana dayalı veri toplanması katılımın isteğe bağlı olması verilerin güvenilirliği açısından araştırmanın kısıtlılıkları olarak sayılabilir. Araştırmanın uygulanması aşamasında çalışma hakkında öğrencilere ayrıntılı bilgi verilerek verilerin güvenilirliği arttırılmaya çalışılmıştır. Ayrıca yüksek katılım sağlanmaya çalışılarak kısıtlılıkların etkisi en aza indirilmeye çalışılmıştır.

Günlük veri toplamaya ayrılan zamanlar, bazı fakülte ve sınıflarda öğrencilerin derslerinin olmadığı ve öğrencilerin okulda bulunmadığı zamanlara denk gelmiştir. Veri toplamak için gidilen bazı sınıflarda eğitimciler anket yapılmasına izin vermemiştir. Bazı fakülte ve sınıflardan belli sayıda veri toplanabilmesi ve öğrencilere ulaşılabilmesi gerekliliği, veri toplama için ayrılan toplam sürenin uzamasına neden olmuştur.

4. BULGULAR

Teknoloji bağımlılığı düzeyi ve ilişkili faktörlerin değerlendirildiği bu araştırmaya Düzce Üniversitesinde öğrenim gören 1465 üniversite öğrencisi dahil edilmiştir. Öğrencilerin %5,9'u Orman Fakültesi, %11,6'sı Fen Edebiyat Fakültesi, %20,8'i İşletme Fakültesi, %5,3'ü Spor Bilimleri Fakültesi, %20,3'ü Mühendislik Fakültesi, %8,6'sı Eğitim Fakültesi, %8,1'i Sağlık Bilimleri Fakültesi, %5,5'i Tıp Fakültesi, %13,9'u Teknoloji Fakültesi öğrencisidir. Öğrencilerin öğrenim gördükleri fakülte ve sınıflara göre dağılımı Grafik 7'de gösterilmiştir.

Grafik 7. Katılımcıların eğitim gördükleri fakülte ve sınıflara göre dağılımı



Öğrencilerin sosyodemografik özelliklerine göre dağılımı Tablo 5'te gösterilmiştir. Öğrencilerin yaş ortalaması $20,51 \pm 1,87$ olmakla birlikte, %28,5'i 20 yaş altı, %61,6'sı 20-22 yaş arası, %9,9'u da 22 yaş üzerinde olup, %56,9'u kadın, %43,1'i erkektir. Öğrencilerin kaldıkları yerler sorgulandığında, %61 ile en sık yurttaki kaldıkları görülmekle birlikte, %4,5'i evde yalnız, %17,3'ü evde arkadaşları ile, %12,8'i ailesi ile, %1'i akrabaları ile, %3,3'ü ise pansiyon veya apartta kaldıklarını belirtmişlerdir. Öğrencilerin %62,2'si gelirini giderine eşit olarak belirtmiştir. Gelirini giderinden fazla olarak belirtenler %23,9, az olarak belirtenler ise %14'tür. Anne ve baba öğrenim durumları sorgulandığında, anne ve babalarının en sık ilkökul mezunu olduklarını belirtmişlerdir. Lise mezunu olma oranı annelerde %16,1, babalarda 26,8 olmakla birlikte, üniversite mezunu olma ise annelerde 6,1, babalarda %15,9'dur.

Tablo 5. Katılımcıların sosyodemografik özelliklerine göre dağılımı

| Özellikler | | Sayı | Yüzde |
|-------------------------------|-------------------------|-------------|--------------|
| Yaş | <20 | 418 | 28,5 |
| | 20-22 | 902 | 61,6 |
| | >22 | 145 | 9,9 |
| Cinsiyet | Kadın | 833 | 56,9 |
| | Erkek | 632 | 43,1 |
| Yaşanılan Yer | Evde, yalnız | 66 | 4,5 |
| | Evde, arkadaşlar ile | 254 | 17,3 |
| | Ailesi ile | 187 | 12,8 |
| | Akraba ile | 15 | 1,0 |
| | Yurtta | 894 | 61,0 |
| | Pansiyon/Apart | 49 | 3,3 |
| Aile gelir durumu | Geliri giderinden az | 204 | 14,0 |
| | Geliri giderine eşit | 909 | 62,2 |
| | Geliri giderinden fazla | 349 | 23,9 |
| Anne öğrenim durumu | Okuryazar değil | 88 | 6,0 |
| | Okuryazar | 64 | 4,4 |
| | İlkokul mezunu | 666 | 45,5 |
| | Ortaokul mezunu | 320 | 21,9 |
| | Lise mezunu | 236 | 16,1 |
| | Üniversite mezunu | 90 | 6,1 |
| Baba öğrenim durumu | Okuryazar değil | 26 | 1,8 |
| | Okuryazar | 29 | 2,0 |
| | İlkokul mezunu | 458 | 31,4 |
| | Ortaokul mezunu | 323 | 22,1 |
| | Lise mezunu | 391 | 26,8 |
| | Üniversite mezunu | 232 | 15,9 |
| Anne Baba birlikteliği | Birlikte | 1326 | 90,6 |
| | Ayrı | 72 | 4,9 |
| | Sadece anne hayatta | 50 | 3,4 |
| | Sadece baba hayatta | 14 | 1,0 |
| | İkisi de hayatta değil | 1 | 0,1 |

Öğrencilerin yaşadıkları yerdeki bazı özelliklerin dağılımı Tablo 6’da gösterilmiştir. Araştırmaya katılan öğrencilerin %59,4’ü yaşadığı yerde kendisine ait odası olduğunu, %30,3’ü yaşadığı yerde televizyon olduğunu, %87,9’u ise yaşadığı yerde internet bağlantısı olduğunu belirtmiştir.

Tablo 6. Katılımcıların yaşadıkları yerdeki bazı özelliklerinin dağılımı

| | | Sayı | Yüzde |
|---|-------|-------------|-------------|
| Yaşanılan yerde kişisel oda | Evet | 870 | 59,4 |
| | Hayır | 595 | 40,6 |
| Yaşanılan yerde televizyon bulunması | Evet | 444 | 30,3 |
| | Hayır | 1021 | 69,7 |
| Yaşanılan yerde internet bağlantısı | Evet | 1288 | 87,9 |
| | Hayır | 177 | 12,1 |

Öğrencilerin sahip oldukları teknolojik aletlerin dağılımı Tablo 7’de gösterilmiştir. Araştırmaya katılan öğrencilerin %98,6’sı akıllı telefonu olduğunu, %66,7’si dizüstü bilgisayarı olduğunu belirtirken; masaüstü bilgisayarı olduğunu belirtenler %13,2, tablet bilgisayarı olduğunu belirtenler %17,1, oyun konsolu olduğunu belirtenler ise %6,1’dir.

Tablo 7. Katılımcıların sahip oldukları teknolojik aletlerin dağılımı

| | | Sayı | Yüzde |
|----------------------------|-------|-------------|-------------|
| Masaüstü bilgisayar | Evet | 194 | 13,2 |
| | Hayır | 1271 | 86,8 |
| Dizüstü bilgisayar | Evet | 977 | 66,7 |
| | Hayır | 488 | 33,3 |
| Tablet bilgisayar | Evet | 251 | 17,1 |
| | Hayır | 1214 | 82,9 |
| Akıllı Telefon | Evet | 1444 | 98,6 |
| | Hayır | 21 | 1,4 |
| Oyun konsolu | Evet | 90 | 6,1 |
| | Hayır | 1375 | 93,9 |

Öğrencilerin bazı yaşam alışkanlıklarına göre dağılımları Tablo 8’de gösterilmiştir. Araştırmaya katılan öğrencilerin %27’si günde en az bir adet sigara içtiğini, %5,5’i ise haftada en az bir gün alkollü içecek kullandığını belirtmiş olup, %30,9’u ise haftada en az 5 gün 30 dakika veya haftalık 150 dakika spor yaptığını belirtmişlerdir.

Tablo 8. Katılımcıları bazı yaşam alışkanlıklarına göre dağılımları

| | | Sayı | Yüzde |
|---------------|--------------|-------------|-------------|
| Sigara | Evet | 396 | 27,0 |
| | Hayır | 1068 | 73,0 |
| Alkol | Evet | 81 | 5,5 |
| | Hayır | 1383 | 94,5 |
| Spor | Evet | 452 | 30,9 |
| | Hayır | 1012 | 69,1 |

Öğrencilerin sağlık ve akademik başarı durumlarının dağılımı Tablo 9’da gösterilmiştir. Öğrencilerin genel sağlık durumları sorgulandığında, %55,5’i sağlığını iyi olarak tanımlarken, %8’i tanı almış fiziksel bir hastalığı olduğunu, %5,2’si ise tanı almış psikiyatrik bir hastalığı olduğunu belirtmişlerdir. Akademik başarıları sorulduğunda ise %26,8’i akademik başarısının iyi olduğunu, %64,1’i orta olduğunu, %9,1’i ise kötü olduğunu belirtmişlerdir.

Tablo 9. Katılımcıların sağlık ve akademik başarı durumlarının dağılımı

| | | Sayı | Yüzde |
|-------------------------------------|--------------|-------------|-------------|
| Genel sağlık durumu | İyi | 812 | 55,5 |
| | Orta | 601 | 41,1 |
| | Kötü | 49 | 3,4 |
| Fiziksel hastalık varlığı | Evet | 117 | 8,0 |
| | Hayır | 1343 | 92,0 |
| Psikiyatrik hastalık varlığı | Evet | 76 | 5,2 |
| | Hayır | 1383 | 94,8 |
| Akademik başarı | İyi | 392 | 26,8 |
| | Orta | 939 | 64,1 |
| | Kötü | 133 | 9,1 |

Öğrencilerin internet kullanım amaçlarına göre dağılımı Tablo 10’da gösterilmiştir. Öğrencilerin interneti daha çok hangi amaçlarla kullandıkları sorgulandığında, %45,5’i hobi, %40,3’ü olayları takip etmek, %25,7’si e-mail ve anında mesajlaşma, %22,8’i ödev yapmak, %22,4’ü web’de sörf yapmak, %14,8’i online alışveriş, %14,2’si online oyun oynamak amacı ile kullandıklarını belirtmişlerdir.

Tablo 10. Katılımcıların internet kullanım amaçlarına göre dağılımı

| İnternet kullanım amaçları | | Sayı | Yüzde |
|----------------------------|-------|------|-------|
| Olayları takip etme | Evet | 590 | 40,3 |
| | Hayır | 875 | 59,7 |
| E-mail, Anında mesajlaşma | Evet | 377 | 25,7 |
| | Hayır | 1088 | 74,3 |
| Online oyun oynamak | Evet | 208 | 14,2 |
| | Hayır | 1257 | 85,8 |
| Web’de sörf yapmak | Evet | 328 | 22,4 |
| | Hayır | 1137 | 77,6 |
| Online alışveriş | Evet | 217 | 14,8 |
| | Hayır | 1248 | 85,2 |
| Ödevler için | Evet | 334 | 22,8 |
| | Hayır | 1131 | 77,2 |
| Hobi (Müzik,film...vb.) | Evet | 666 | 45,5 |
| | Hayır | 799 | 54,5 |
| Diğer | Evet | 89 | 6,1 |
| | Hayır | 1376 | 93,9 |

Öğrencilerin bilgisayar, telefon ve/veya televizyona ayırdıkları günlük süreler Tablo 11’de gösterilmiştir. Araştırmaya katılan öğrenciler akıllı telefon ile günlük ortalama $6,20 \pm 5,20$ saat, bilgisayar ile günlük ortalama $1,68 \pm 2,73$ saat internete bağlanmaktadır. Öğrenciler günlük ortalama $3,62 \pm 3,10$ saat sosyal medyada zaman geçirdiklerini, $0,83 \pm 1,65$ saat dijital oyun oynadıklarını, $0,69 \pm 1,58$ saat televizyon izlediklerini belirtmişlerdir.

Tablo 11. Katılımcıların bilgisayar, telefon ve/veya televizyona ayırdıkları günlük süreler

| | Sayı | Ortalama | Standart Sapma | Ortanca | En az- En fazla |
|--|-------------|-----------------|-----------------------|----------------|----------------------------|
| Akıllı telefon ile günlük internete bağlanma süresi | 1460 | 6,20 | 5,20 | 5 | 0-24 |
| Bilgisayar ile günlük internete bağlanma süresi | 1459 | 1,68 | 2,73 | 1 | 0-24 |
| Günlük sosyal medyada geçirilen süre | 1460 | 3,62 | 3,10 | 3 | 0-24 |
| Günlük dijital oyun oynama süresi | 1460 | 0,83 | 1,65 | 0 | 0-24 |
| Günlük televizyon izleme süresi | 1460 | 0,69 | 1,58 | 0 | 0-24 |

Öğrencilerin farklı teknolojilerle ilk kez tanıştıkları yaşların ortalamaları Tablo 12’de gösterilmiştir. Araştırmaya katılan öğrencilerin farklı teknolojiler ile tanıştıkları yaşlar sorgulandığında ortalama $11,16 \pm 2,75$ yaşında ilk kez internet kullandıkları, $13,52 \pm 2,38$ yaşında ilk kez cep telefonu kullandıkları, $15,44 \pm 2,24$ yaşında ilk kez akıllı telefon kullandıkları belirlenmiştir. İlk kez bilgisayar kullandıkları yaş ortalaması $11,20 \pm 3,28$, ilk kez dijital oyun oynadıkları yaş ortalaması ise $11,04 \pm 3,40$ olarak tespit edilmiştir.

Tablo 12. Katılımcıların farklı teknolojilerle ilk tanıştıkları yaşların ortalamaları

| | Sayı | Ortalama | Standart Sapma | Ortanca | En az- En fazla |
|----------------------------------|------|----------|----------------|---------|--------------------|
| İlk internet kullanma yaşı | 1430 | 11,16 | 2,75 | 11 | 1-20 |
| İlk cep telefonu kullanma yaşı | 1440 | 13,52 | 2,38 | 14 | 1-21 |
| İlk akıllı telefon kullanma yaşı | 1439 | 15,44 | 2,24 | 15 | 1-30 |
| İlk bilgisayar kullanma yaşı | 1418 | 11,20 | 3,28 | 11 | 2-21 |
| İlk dijital oyun oynama yaşı | 1220 | 11,04 | 3,40 | 10 | 2-24 |

Öğrencilerin ölçeklerden aldıkları puan ortalamaları Tablo13'te gösterilmiştir. Araştırmaya katılan öğrencilerin bağımlılık puan ortalamalarına bakıldığında, internet bağımlılığı puan ortalaması $28,07 \pm 8,46$, akıllı telefon bağımlılığı puan ortalaması $26,59 \pm 11$, sosyal medya bağımlılığı puan ortalaması $50,75 \pm 14,34$, dijital oyun bağımlılığı puan ortalaması ise $13,41 \pm 6,87$ olarak bulunmuştur.

Tablo 13. Katılımcıların ölçeklerden aldıkları puan ortalamaları

| | Sayı | Ortalama | Standart Sapma | Ortanca | En az- En fazla |
|---|------|----------|----------------|---------|--------------------|
| İnternet bağımlılığı ölçeği puanı | 1463 | 28,07 | 8,46 | 27 | 12-60 |
| Akıllı telefon bağımlılığı ölçeği puanı | 1459 | 26,59 | 11 | 25 | 10-60 |
| Sosyal medya bağımlılığı ölçeği puanı | 1437 | 50,75 | 14,34 | 50 | 20-100 |
| Dijital oyun bağımlılığı ölçeği puanı | 1439 | 13,41 | 6,87 | 11 | 7-35 |

Öğrencilerin sosyo-demografik özelliklerine göre farklı teknolojik bağımlılıklara ilişkin ölçek puan ortalamaları Tablo 14’te gösterilmiştir. Araştırmaya katılan öğrencilerin sosyodemografik özelliklerine göre bağımlılık puanları karşılaştırıldığında, yaşlarına ve yaşadıkları yere göre, internet, akıllı telefon ve sosyal medya bağımlılık puanları arasında anlamlı bir farklılık saptanmamıştır. Dijital oyun bağımlılığının ise 22 yaş ve üzeri olan kişilerde anlamlı olarak daha fazla olduğu tespit edilmiştir ($p=0,008$). İnternet bağımlılığı ve dijital oyun bağımlılığı puan ortalamaları erkeklerde kadınlara göre anlamlı olarak daha yüksek bulunurken ($p=0,037$; $p<0,001$), akıllı telefon bağımlılığı ve sosyal medya bağımlılığı puan ortalamaları kadınlarda anlamlı olarak daha yüksek bulunmuştur ($p=0,001$; $p=0,007$). Dijital oyun bağımlılığının yaşanılan yere göre farklılık gösterme durumu evde, arkadaşları ile yaşayan gruptan kaynaklanmaktadır. Evde arkadaşları ile yaşayanlarda dijital oyun bağımlılığı puan ortalamaları anlamlı olarak daha fazla bulunmuştur ($p=0,001$).

Öğrencilerin fakülte ve sınıflarına göre farklı teknolojik bağımlılıklara ilişkin ölçek puan ortalamaları Tablo 15’te gösterilmiştir. Öğrencilerin eğitim gördükleri fakülte ve sınıflara göre bağımlılık puanları incelendiğinde, internet ve akıllı telefon bağımlılığı fakültelere göre farklılık göstermemekle birlikte, sosyal medya ve dijital oyun bağımlılığının fakültelere göre anlamlı farklılık gösterdiği bulunmuştur ($p=0,016$; $p<0,001$). Sosyal medya bağımlılığında fakülte arasındaki farklılık, işletme, mühendislik ve teknoloji fakültelerinden kaynaklanmaktadır. İşletme fakültesi öğrencilerinde sosyal medya bağımlılığı puan ortalamaları diğer fakültelere göre anlamlı olarak daha yüksek ($p=0,010$) iken, mühendislik ve teknoloji fakültesi öğrencilerinde anlamlı olarak daha düşük bulunmuştur ($p=0,024$; $P=0,004$). Dijital oyun bağımlılığında ise fakülte arasındaki farklılığın, eğitim, spor, mühendislik ve teknoloji fakültelerinden kaynaklandığı tespit edilmiştir. Eğitim fakültesi öğrencilerinde dijital oyun bağımlılığı puan ortalamaları diğer fakültelere göre anlamlı olarak daha düşük iken, spor, mühendislik ve teknoloji fakültesi öğrencilerinde anlamlı olarak daha yüksek bulunmuştur (Her birisi için $p<0,001$). Öğrencilerin eğitim gördükleri sınıflara göre bağımlılık puan ortalamaları arasında anlamlı fark saptanmamıştır.

Tablo 14. Katılımcıların sosyo-demografik özelliklerine göre farklı teknolojik bağımlılıklara ilişkin ölçek puan ortalamaları

| | İnternet Bağımlılığı | | | Akıllı Telefon Bağımlılığı | | | Sosyal Medya Bağımlılığı | | | Dijital Oyun Bağımlılığı | | |
|----------------------|----------------------|------|------------|----------------------------|-------|------------|--------------------------|-------|------------|--------------------------|------|------------|
| | X* | SS | p | X* | SS | p | X* | SS | p | X* | SS | p |
| Yaş | | | | | | | | | | | | |
| <20 | 28,14 | 8,18 | 0,800 | 27,30 | 10,79 | 0,108 | 51,32 | 14 | 0,078 | 13,09 | 6,48 | 0,028 |
| 20-22 | 27,99 | 8,55 | | 26,44 | 11,05 | | 50,86 | 14,36 | | 13,36 | 6,99 | |
| >22 | 28,34 | 8,74 | 0,446*** | 25,40 | 11,22 | 4,449*** | 48,46 | 15,07 | 5,114*** | 14,69 | 7,13 | 7,150*** |
| Cinsiyet | | | | | | | | | | | | |
| Kadın | 27,65 | 8,35 | 0,037 | 27,44 | 11,13 | 0,001 | 51,62 | 14,15 | 0,007 | 11,08 | 5,66 | <0,001 |
| Erkek | 28,62 | 8,57 | 245784,5** | 25,45 | 10,72 | 234940,0** | 49,60 | 14,53 | 231836,0** | 16,49 | 7,11 | 131954,5** |
| Yaşanılan Yer | | | | | | | | | | | | |
| Evde, yalnız | 28,56 | 9,94 | | 26,60 | 11,97 | | 49,45 | 16,13 | | 14,56 | 6,87 | |
| Evde, arkadaşlar ile | 28,10 | 8,14 | | 25,66 | 10,63 | | 49,88 | 14,13 | | 14,70 | 6,70 | |
| Ailesi ile | 27,65 | 8,65 | 0,968 | 25,67 | 10,95 | 0,401 | 49,60 | 14,76 | 0,451 | 13,33 | 7,08 | 0,001 |
| Akraba ile | 26,86 | 7,04 | | 25,06 | 8,80 | | 48,50 | 15,35 | | 15,07 | 8,76 | |
| Yurtta | 28,14 | 8,43 | 0,925*** | 27,10 | 11,06 | 5,122*** | 51,35 | 14,17 | 4,722*** | 13 | 6,82 | 20,935*** |
| Pansiyon/Apart | 27,91 | 8,32 | | 26,02 | 10,94 | | 51,32 | 14,27 | | 12,59 | 6,32 | |

*: Ölçek puan ortalamaları

** :Mann-Whitney U Değerleri

***:Kruskal Wallis Değerleri

Tablo 15. Katılımcıların fakülte ve sınıflarına göre farklı teknolojik bağımlılıklara ilişkin ölçek puan ortalamaları

| | İnternet Bağımlılığı | | | Akıllı Telefon Bağımlılığı | | | Sosyal Medya Bağımlılığı | | | Dijital Oyun Bağımlılığı | | |
|--------------------------|----------------------|------|---------|----------------------------|-------|----------|--------------------------|-------|----------|--------------------------|------|----------|
| | X* | SS | p | X* | SS | p | X* | SS | p | X* | SS | p |
| Fakülte | | | | | | | | | | | | |
| Orman Fakültesi | 28,05 | 8,41 | | 27,46 | 11,10 | | 51,94 | 14,15 | | 13,64 | 7,24 | |
| Fen Edebiyat fakültesi | 27,54 | 8,61 | | 27,30 | 11,79 | | 51,15 | 14,56 | | 11,42 | 6,14 | |
| İşletme fakültesi | 28,66 | 8,82 | | 27,89 | 11,42 | | 52,98 | 15,12 | | 12,67 | 6,76 | |
| Spor bilimleri fakültesi | 28,67 | 8,60 | 0,585 | 26 | 10,87 | 0,050 | 52,38 | 15,69 | 0,016 | 16,33 | 6,89 | <0,001 |
| Mühendislik Fakültesi | 28,03 | 8,33 | | 24,88 | 10,11 | | 48,84 | 13,27 | | 14,91 | 7,16 | |
| Eğitim Fakültesi | 27,84 | 7,93 | 6,554** | 27,08 | 10,86 | 15,521** | 51,37 | 13,81 | 18,763** | 10,92 | 5,56 | 87,320** |
| Sağlık Bilimleri Fak. | 26,66 | 7,96 | | 26,60 | 10,68 | | 50,90 | 14,32 | | 12,63 | 6,29 | |
| Tıp Fakültesi | 29,19 | 8,95 | | 28,54 | 11,56 | | 52,01 | 14,61 | | 13,17 | 6,90 | |
| Teknoloji Fakültesi | 27,99 | 8,33 | | 25,33 | 10,66 | | 47,85 | 13,71 | | 14,85 | 6,92 | |
| Sınıf | | | | | | | | | | | | |
| 1 | 27,66 | 8,09 | | 26,67 | 10,88 | | 50,95 | 13,64 | | 13,97 | 7,01 | |
| 2 | 28,55 | 8,97 | 0,724 | 27,11 | 11,06 | 0,604 | 50,69 | 14,61 | 0,935 | 13,53 | 6,98 | 0,109 |
| 3 | 27,93 | 8,03 | 1,321** | 26,45 | 10,63 | 1,851** | 50,44 | 13,88 | 0,424** | 12,88 | 6,62 | 6,049** |
| 4 | 28,12 | 8,69 | | 26,08 | 11,42 | | 50,95 | 15,23 | | 13,29 | 6,84 | |

*: Ölçek puan ortalamaları

** :Kruskal Wallis Değerleri

Öğrencilerin ailevi değişkenlerine göre farklı teknolojik bağımlılıklara ilişkin ölçek puan ortalamaları Tablo 16'da gösterilmiştir. Araştırmaya katılan öğrencilerin bağımlılık puanları ailevi değişkenlerine göre incelendiğinde, aile gelir durumları, baba öğrenim durumu ve anne baba birlikteliğine göre bağımlılıkların farklılık göstermediği saptanmıştır. Anne öğrenim durumuna göre ise internet, akıllı telefon ve sosyal medya bağımlılığı anlamlı fark göstermezken, dijital oyun bağımlılığı puan ortalaması, anne öğrenim durumu lise ve üzeri olanlarda anlamlı olarak daha yüksek bulunmuştur ($p=0,002$).

Öğrencilerin yaşadıkları yerdeki bazı olanaklara göre farklı teknolojik bağımlılıklara ilişkin ölçek puan ortalamaları Tablo 17'de gösterilmiştir. Öğrencilerin bağımlılık puanları yaşadıkları yerde kişisel oda, televizyon ve internet bağlantısı bulunup bulunmamasına göre anlamlı farklılık göstermemektedir.

Öğrencilerin sahip oldukları teknolojik aletlere göre farklı teknolojik bağımlılıklara ilişkin ölçek puan ortalamaları Tablo 18'de gösterilmiştir. Öğrencilerin sahip oldukları teknolojik aletlere göre bağımlılıkları incelendiğinde, masaüstü bilgisayarı olanlarda dijital oyun bağımlılığı puan ortalamalarının anlamlı olarak yüksek olduğu ($p<0,001$), oyun konsolu olanlarda ise internet bağımlılığı ve dijital oyun bağımlılığı puan ortalamalarının anlamlı olarak daha yüksek olduğu saptanmıştır ($p=0,007$; $p<0,001$).

Öğrencilerin sigara içme ve alkol kullanma durumlarına göre internet, akıllı telefon ve sosyal medya bağımlılığı arasında anlamlı fark saptanmamış olmakla birlikte, dijital oyun bağımlılığı puan ortalamaları sigara ve alkol kullanan kişilerde anlamlı olarak daha yüksek bulunmuştur (Her ikisi için $p<0,001$).

Tablo 16. Katılımcıların ailevi değişkenlerine göre farklı teknolojik bağımlılıklara ilişkin ölçek puan ortalamaları

| | İnternet Bağımlılığı | | | Akıllı Telefon Bağımlılığı | | | Sosyal Medya Bağımlılığı | | | Dijital Oyun Bağımlılığı | | |
|-------------------------------|----------------------|------|------------|----------------------------|-------|------------|--------------------------|-------|------------|--------------------------|------|------------|
| | X* | SS | p | X* | SS | p | X* | SS | p | X* | SS | p |
| Aile gelir durumu | | | | | | | | | | | | |
| Geliri giderinden az | 28,99 | 9,02 | 0,349 | 27,29 | 11,68 | 0,778 | 51,31 | 15,66 | 0,964 | 13,98 | 7,47 | 0,402 |
| Geliri giderine eşit | 27,90 | 7,99 | | 26,35 | 10,30 | | 50,57 | 13,80 | | 13,15 | 6,57 | |
| Geliri giderinden fazla | 27,97 | 9,27 | 2,105*** | 26,75 | 12,29 | 0,502*** | 50,85 | 14,95 | 0,074*** | 13,76 | 7,25 | 1,822*** |
| Anne öğrenim durumu | | | | | | | | | | | | |
| Ortaokul ve altı | 27,94 | 8,35 | 0,311 | 26,42 | 11,02 | 0,310 | 50,51 | 14,24 | 0,307 | 13,07 | 6,65 | 0,002 |
| Lise ve üzeri | 28,52 | 8,84 | 177972,0** | 27,12 | 10,92 | 177317,5** | 51,61 | 14,70 | 171876,5** | 14,64 | 7,47 | 159251,5** |
| Baba öğrenim durumu | | | | | | | | | | | | |
| Ortaokul ve altı | 28,15 | 8,48 | 0,657 | 26,62 | 10,96 | 0,783 | 50,63 | 14,41 | 0,667 | 13,16 | 6,70 | 0,168 |
| Lise ve üzeri | 27,95 | 8,43 | 256164,0** | 26,49 | 11,03 | 256158,5** | 50,92 | 14,31 | 247686,5** | 13,76 | 7,09 | 240976,5** |
| Anne Baba birlikteliği | | | | | | | | | | | | |
| Birlikte | 28,10 | 8,53 | 0,646 | 26,59 | 11,07 | 0,959 | 50,82 | 14,50 | 0,981 | 13,44 | 6,95 | 0,689 |
| Ayrı | 27,25 | 7,30 | | 26,83 | 10,60 | | 50,29 | 12,94 | | 13,69 | 6,31 | |
| Anne ve/veya Baba vefat etmiş | 28,40 | 8,11 | ,875*** | 26,40 | 10,08 | ,085*** | 50,27 | 12,82 | ,038*** | 12,63 | 5,89 | ,746*** |

*: Ölçek puan ortalamaları

** :Mann-Whitney U Değerleri

***:Kruskal Wallis Değerleri

Tablo 17. Katılımcıların yaşadıkları yerdeki bazı olanaklara göre farklı teknolojik bağımlılıklara ilişkin ölçek puan ortalamaları

| | İnternet Bağımlılığı | | | Akıllı Telefon Bağımlılığı | | | Sosyal Medya Bağımlılığı | | | Dijital Oyun Bağımlılığı | | |
|-------------------------------------|----------------------|------|------------|----------------------------|-------|------------|--------------------------|-------|------------|--------------------------|------|------------|
| | X* | SS | p | X* | SS | p | X* | SS | p | X* | SS | p |
| Yaşanılan yerde kişisel oda | | | | | | | | | | | | |
| Evet | 27,96 | 8,47 | 0,471 | 26,60 | 11,07 | 0,933 | 50,52 | 14,52 | 0,408 | 13,42 | 6,81 | 0,745 |
| Hayır | 28,23 | 8,43 | 252370,5** | 26,57 | 10,89 | 255829,0** | 51,10 | 14,08 | 242679,5** | 13,40 | 6,96 | 247305,5** |
| Yaşanılan yerde televizyon | | | | | | | | | | | | |
| Evet | 28,21 | 8,82 | 0,814 | 25,95 | 10,77 | 0,197 | 50,70 | 14,36 | 0,880 | 13,82 | 6,99 | 0,126 |
| Hayır | 28,01 | 8,30 | 224186,0** | 26,87 | 11,09 | 215509,5** | 50,78 | 14,34 | 216840,0** | 13,24 | 6,81 | 207703,0** |
| Yaşanılan yerde internet bağlantısı | | | | | | | | | | | | |
| Evet | 28,11 | 8,51 | 0,788 | 26,59 | 10,99 | 0,904 | 50,71 | 14,44 | 0,466 | 13,31 | 6,86 | 0,058 |
| Hayır | 27,80 | 8,09 | 112397,5** | 26,52 | 11,05 | 112821,5** | 51,10 | 13,63 | 105601,0** | 14,15 | 6,86 | 100974,5** |

*: Ölçek puan ortalamaları

** :Mann-Whitney U Değerleri

Tablo 18. Katılımcıların sahip oldukları teknolojik aletlere göre farklı teknolojik bağımlılıklara ilişkin ölçek puan ortalamaları

| | İnternet Bağımlılığı | | | Akıllı Telefon Bağımlılığı | | | Sosyal Medya Bağımlılığı | | | Dijital Oyun Bağımlılığı | | |
|----------------------------|----------------------|-------|------------|----------------------------|-------|------------|--------------------------|-------|------------|--------------------------|-------|------------|
| | X* | SS | p | X* | SS | p | X* | SS | p | X* | SS | p |
| Masaüstü bilgisayar | | | | | | | | | | | | |
| Evet | 28,99 | 8,67 | 0,129 | 27,48 | 12,15 | 0,516 | 52,20 | 15,93 | 0,270 | 15,51 | 7,67 | <0,001 |
| Hayır | 27,93 | 8,42 | 114771,0** | 26,45 | 10,81 | 119160,0** | 50,53 | 14,08 | 112593,0** | 13,09 | 6,68 | 96088,5** |
| Dizüstü bilgisayar | | | | | | | | | | | | |
| Evet | 27,83 | 8,33 | 0,134 | 26,17 | 10,84 | 0,071 | 50,24 | 14,29 | 0,079 | 13,56 | 6,97 | 0,327 |
| Hayır | 28,55 | 8,70 | 226478,5** | 27,41 | 11,26 | 222748,0** | 51,79 | 14,40 | 215472,5** | 13,11 | 6,66 | 222019,0** |
| Tablet bilgisayar | | | | | | | | | | | | |
| Evet | 28,91 | 8,70 | 0,106 | 27,23 | 11,63 | 0,502 | 51,94 | 14,98 | 0,226 | 14,11 | 7,20 | 0,151 |
| Hayır | 27,90 | 8,40 | 142279,0** | 26,45 | 10,86 | 147526,0** | 50,51 | 14,20 | 137930,0** | 13,27 | 6,79 | 136945,5** |
| Akıllı Telefon | | | | | | | | | | | | |
| Evet | 28,01 | 8,38 | 0,116 | 26,58 | 10,95 | 0,810 | 50,70 | 14,24 | 0,392 | 13,36 | 6,80 | 0,215 |
| Hayır | 32,38 | 12,26 | 12121,0** | 27,23 | 14,29 | 14639,0** | 54,33 | 20,30 | 13252,0** | 16,71 | 10,27 | 12576,5** |
| Oyun konsolu | | | | | | | | | | | | |
| Evet | 30,84 | 9,67 | 0,007 | 26,93 | 11,79 | 0,919 | 52,60 | 15,70 | 0,299 | 18,93 | 7,99 | <0,001 |
| Hayır | 27,89 | 8,34 | 50744,5** | 26,56 | 10,95 | 59932,5** | 50,64 | 14,25 | 54220,0** | 13,06 | 6,64 | 32617,0** |

*: Ölçek puan ortalamaları

** :Mann-Whitney U Değerleri

Öğrencilerin sağlık ve akademik başarı durumlarına göre farklı teknolojik bağımlılıklara ilişkin ölçek puan ortalamaları Tablo 19’da gösterilmiştir. Araştırmaya katılan öğrencilerin internet bağımlılığı riski düzenli spor yapma durumuna göre anlamlı fark göstermezken, akıllı telefon bağımlılığı ve sosyal medya bağımlılığı puan ortalamaları düzenli olarak spor yapanlarda anlamlı olarak düşük saptanmıştır ($p=0,001$; $p=0,004$). Dijital oyun bağımlılığı puan ortalaması ise düzenli spor yapanlarda anlamlı olarak yüksek saptanmıştır ($p<0,001$).

Öğrencilerin sağlık durumu algılarına göre internet, akıllı telefon, sosyal medya ve dijital oyun bağımlılığı puan ortalamaları anlamlı farklılık göstermektedir (Dijital oyun bağımlılığı için $p=0,007$; diğer bağımlılıklar için $p<0,001$). Yapılan ikili analizlere göre, internet, akıllı telefon ve sosyal medya bağımlılığındaki farklılık sağlık durumunu iyi olarak belirten gruptan kaynaklanmaktadır. Sağlık durumunu iyi olarak belirten grupta bu bağımlılık riskleri anlamlı olarak düşük bulunmuştur (Her birisi için $p<0,001$). Sağlık durumu algısına göre dijital oyun bağımlılığındaki farklılık ise sağlık durumunu kötü olarak belirten gruptan kaynaklanmaktadır ve bu grupta oyun bağımlılığı riski anlamlı olarak yüksek bulunmuştur ($p=0,002$).

Fiziksel hastalık varlığına göre incelenen bağımlılık türleri arasında anlamlı bir farklılık saptanmamıştır. Psikiyatrik hastalık varlığına göre incelendiğinde ise akıllı telefon, sosyal medya ve dijital oyun bağımlılığı puan ortalamaları arasında anlamlı fark saptanmazken, internet bağımlılığı puan ortalaması, psikiyatrik hastalığı olduğunu belirtenlerde anlamlı olarak yüksek bulunmuştur ($p=0,043$).

Öğrencilerin akademik başarı algılarına göre bağımlılık puanları incelendiğinde, internet, akıllı telefon, sosyal medya ve dijital oyun bağımlılığına göre anlamlı farklılık gösterdiği saptanmıştır (Sosyal medya bağımlılığı için $p=0,001$; diğer bağımlılıklar için $p<0,001$). Yapılan ikili analizlere göre, akıllı telefon ve sosyal medya bağımlılığındaki farklılığın akademik başarısını iyi olarak belirten gruptan kaynaklandığı ve bu grupta akıllı telefon ve sosyal medya bağımlılığı puan ortalamalarının anlamlı olarak düşük olduğu saptanmıştır (Her ikisi için $p<0,001$). İnternet ve dijital oyun bağımlılığında ise yapılan ikili analizlere göre, akademik başarı algısında tüm gruplar arasında anlamlı fark olduğu saptanmış olup akademik başarı algısı iyi olanlarda bağımlılık puan ortalamaları düşük, kötü olanlarda yüksek bulunmuştur (Her birisi için $p<0,001$).

Tablo 19. Katılımcıların sağlık ve akademik başarı durumlarına göre farklı teknolojik bağımlılıklara ilişkin ölçek puan ortalamaları

| | İnternet Bağımlılığı | | | Akıllı Telefon Bağımlılığı | | | Sosyal Medya Bağımlılığı | | | Dijital Oyun Bağımlılığı | | |
|-------------------------------------|----------------------|-------|------------|----------------------------|-------|------------|--------------------------|-------|------------|--------------------------|------|------------|
| | X* | SS | p | X* | SS | p | X* | SS | p | X* | SS | p |
| Spor | | | | | | | | | | | | |
| Evet | 27,44 | 8,25 | 0,061 | 24,99 | 10,33 | 0,001 | 49,24 | 14,05 | 0,004 | 14,51 | 7,04 | <0,001 |
| Hayır | 28,35 | 8,54 | 214002,0** | 27,29 | 11,22 | 201377,5** | 51,41 | 14,43 | 198667,0** | 12,93 | 6,74 | 188228,0** |
| Sağlık durumu algısı | | | | | | | | | | | | |
| İyi | 27,38 | 8,38 | <0,001 | 25,57 | 10,74 | <0,001 | 49,32 | 14,19 | <0,001 | 13,20 | 6,59 | 0,007 |
| Orta | 28,68 | 8,31 | | 27,66 | 10,90 | | 52,39 | 14,25 | | 13,43 | 7,10 | |
| Kötü | 31,59 | 10,10 | 16,369*** | 29,38 | 14,18 | 15,508*** | 54,75 | 15,19 | 19,407*** | 16,89 | 7,89 | 9,874*** |
| Psikiyatrik hastalık varlığı | | | | | | | | | | | | |
| Evet | 30,27 | 9,73 | 0,043 | 28,31 | 11,75 | 0,170 | 52,70 | 18,11 | 0,220 | 15 | 7,94 | 0,141 |
| Hayır | 27,95 | 8,36 | 45306,0** | 26,50 | 10,95 | 47514,5** | 50,62 | 14,09 | 44734,5** | 13,33 | 6,80 | 44019,0** |
| Akademik başarı | | | | | | | | | | | | |
| İyi | 26,08 | 8,55 | <0,001 | 24,48 | 10,92 | <0,001 | 48,62 | 15,02 | 0,001 | 12,20 | 6,30 | <0,001 |
| Orta | 28,54 | 8,32 | | 27,28 | 10,87 | | 51,56 | 13,91 | | 13,44 | 6,83 | |
| Kötü | 30,54 | 8,01 | 39,387*** | 27,93 | 11,36 | 21,732*** | 51,46 | 14,81 | 14,393*** | 16,97 | 7,55 | 46,384*** |

*: Ölçek puan ortalamaları

** :Mann-Whitney U Değerleri

***:Kruskal Wallis Değerleri

Öğrencilerin internet kullanım amaçlarına göre farklı teknolojik bağımlılıklara ilişkin ölçek puan ortalamaları Tablo 20’de gösterilmiştir. Araştırmaya katılan öğrencilerin internet kullanım amaçlarına göre bağımlılıkları incelendiğinde, interneti ödev yapmak amacı ile kullanan kişilerde internet bağımlılığı puan ortalamaları anlamlı olarak düşük ($p=0,027$), interneti oyun oynamak ve sörf yapmak amacı ile kullananlarda ise anlamlı olarak yüksek bulunmuştur ($p=0,003$; $p<0,001$). Akıllı telefon ve sosyal medya bağımlılığı puan ortalamaları, interneti ödev yapmak amacı ile kullananlarda düşük ($p=0,001$; $p=0,002$), sörf yapmak amacı ile kullananlarda anlamlı olarak yüksek bulunmuştur (her ikisi için $p=0,001$). Dijital oyun bağımlılığı puan ortalaması ise interneti mesajlaşmak için kullananlarda anlamlı olarak düşük ($p=0,008$), oyun oynamak ve alışveriş yapmak amacı ile kullananlarda ise anlamlı olarak yüksek bulunmuştur ($p<0,001$; $p=0,009$).

Tablo 20. Katılımcıların internet kullanım amaçlarına göre farklı teknolojik bağımlılıklara ilişkin ölçek puan ortalamaları

| | İnternet Bağımlılığı | | | Akıllı Telefon Bağımlılığı | | | Sosyal Medya Bağımlılığı | | | Dijital Oyun Bağımlılığı | | |
|----------------------------------|----------------------|------|------------|----------------------------|-------|------------|--------------------------|-------|------------|--------------------------|------|------------|
| | X* | SS | p | X* | SS | p | X* | SS | p | X* | SS | p |
| Olayları takip etme | | | 0,453 | | | 0,074 | | | 0,418 | | | 0,556 |
| Evet | 27,88 | 8,57 | | 25,93 | 10,82 | | 50,27 | 13,51 | | 13,44 | 6,71 | |
| Hayır | 28,20 | 8,38 | 251594,5** | 27,03 | 11,10 | 241853,0** | 51,07 | 14,87 | 241730,5** | 13,40 | 6,97 | 244192,0** |
| E-mail, Anında mesajlaşma | | | 0,463 | | | 0,403 | | | 0,563 | | | 0,008 |
| Evet | 27,96 | 8,78 | | 27,25 | 11,68 | | 50,41 | 14,29 | | 12,75 | 6,83 | |
| Hayır | 28,11 | 8,34 | 199528,5** | 26,35 | 10,74 | 198063,0** | 50,87 | 14,37 | 194448,5** | 13,64 | 6,87 | 180480,5** |
| Oyun oynamak | | | 0,003 | | | 0,943 | | | 0,232 | | | <0,001 |
| Evet | 29,86 | 8,80 | | 26,72 | 11,76 | | 51,93 | 15,26 | | 19,71 | 7,18 | |
| Hayır | 27,78 | 8,36 | 113053,5** | 26,56 | 10,87 | 129182,0** | 50,56 | 14,18 | 120205,0** | 12,36 | 6,22 | 53836,0** |
| Web’de sörf yapmak | | | <0,001 | | | 0,001 | | | 0,001 | | | 0,090 |
| Evet | 29,83 | 8,90 | | 28,38 | 11,37 | | 53,31 | 14,34 | | 14,14 | 7,36 | |
| Hayır | 27,56 | 8,26 | 158381,5** | 26,07 | 10,84 | 163081,0** | 50,02 | 14,26 | 156413,5** | 13,21 | 6,71 | 168454,5** |
| Online alışveriş | | | 0,363 | | | 0,290 | | | 0,188 | | | 0,009 |
| Evet | 28,83 | 9,54 | | 27,60 | 11,84 | | 51,97 | 14,82 | | 14,90 | 7,88 | |
| Hayır | 27,94 | 8,25 | 129970,5** | 26,41 | 10,84 | 128195,5** | 50,54 | 14,25 | 123983,5** | 13,15 | 6,64 | 117120,0** |
| Ödevler için | | | 0,027 | | | 0,001 | | | 0,002 | | | 0,777 |
| Evet | 27,26 | 8,82 | | 24,89 | 10,70 | | 48,58 | 14,0 | | 13,57 | 7,01 | |
| Hayır | 28,31 | 8,33 | 173171,5** | 27,09 | 11,04 | 165969,0** | 51,40 | 14,39 | 161652,5** | 13,37 | 6,83 | 180744,5** |
| Hobi (Müzik, film...) | | | 0,681 | | | 0,722 | | | 0,891 | | | 0,936 |
| Evet | 28,03 | 8,58 | | 26,46 | 10,96 | | 50,73 | 14,21 | | 13,47 | 6,93 | |
| Hayır | 28,10 | 8,36 | 262028,5** | 26,70 | 11,04 | 261157,5** | 50,78 | 14,46 | 255222,0** | 13,36 | 6,82 | 256390,5** |

*: Ölçek puan ortalamalar

** :Mann-Whitney U Değerleri

Bilgisayar, telefon ve televizyona ayrılan günlük süreler ile farklı teknolojik bağımlılıklara ilişkin ölçek puanlarının korelasyonu Tablo 21’de gösterilmiştir. Araştırmaya katılan öğrencilerin günlük olarak bilgisayar, telefon ve televizyona ayırdıkları sürelerin bağımlılık puanları ile ilişkisi incelendiğinde, akıllı telefon ile günlük internete bağlanma süresi ile internet, akıllı telefon ve sosyal medya bağımlılığı arasında pozitif yönlü bir ilişki olduğu saptanmıştır (Her birisi için $p<0,001$). Bilgisayar ile günlük internete bağlanma süresi ile internet ve oyun bağımlılığı arasında pozitif yönlü bir ilişki olduğu saptanmıştır ($p<0,05$; $p<0,001$). Günlük olarak sosyal medyada geçirilen süre ile internet, akıllı telefon ve sosyal medya bağımlılığı arasında pozitif yönlü bir ilişki olduğu saptanmıştır (Her birisi için $p<0,001$). Günlük olarak dijital oyun oynayarak geçirilen süre ile internet ve dijital oyun bağımlılığı arasında pozitif yönlü bir ilişki olduğu saptanmıştır (Her birisi için $p<0,001$). Günlük televizyon izleyerek geçirilen süre ile internet, akıllı telefon ve sosyal medya bağımlılığı arasında pozitif yönlü bir ilişki olduğu saptanmıştır ($p<0,01$; $p<0,01$; $p<0,001$).

Tablo 21. Bilgisayar, telefon ve televizyona ayrılan günlük süreler ile farklı teknolojik bağımlılıklara ilişkin ölçek puanlarının korelasyonu

| Günlük süreler (saat) | İnternet Bağımlılığı Ölçek Puanı | Akıllı Telefon Bağımlılığı Ölçek Puanı | Sosyal Medya Bağımlılığı Ölçek Puanı | Dijital Oyun Bağımlılığı Ölçek Puanı |
|--|----------------------------------|--|--------------------------------------|--------------------------------------|
| Akıllı telefon ile internete bağlanma süresi | 0,238*** | 0,275*** | 0,269*** | 0,031 |
| Bilgisayar ile internete bağlanma süresi | 0,060* | -0,023 | 0,008 | 0,217*** |
| Sosyal medyada geçirilen süre | 0,255*** | 0,314*** | 0,373*** | -0,013 |
| Dijital oyun oynama süresi | 0,139*** | 0,022 | 0,039 | 0,491*** |
| Televizyon izleme süresi | 0,086** | 0,075** | 0,095*** | -0,014 |

*P<0,05 **p<0,01 ***p<0,001

Farklı teknolojilerin ilk kez kullanıldığı yaşlar ile farklı teknolojik bağımlılıklara ilişkin ölçek puanlarının korelasyonu Tablo 22’de gösterilmiştir. Araştırmaya katılan öğrencilerin farklı teknolojileri ilk kez kullandıkları yaşların bağımlılık puanları ile ilişkisi incelendiğinde, ilk kez internet kullanma yaşı ile tüm bağımlılık türleri arasında negatif yönlü bir ilişki olduğu saptanmıştır (İnternet ve dijital oyun bağımlılığı için $p<0,001$; diğerleri için $p<0,01$). İlk kez cep telefonu kullanma yaşı ile internet, akıllı telefon ve dijital oyun bağımlılığı arasında negatif yönlü bir ilişki olduğu saptanmıştır (İnternet ve akıllı telefon bağımlılığı için $p<0,05$; dijital oyun bağımlılığı için $p<0,001$). İlk kez akıllı telefon kullanma yaşı ile akıllı telefon ve dijital oyun bağımlılığı arasında negatif yönlü bir ilişki olduğu saptanmıştır ($p<0,05$; $p<0,01$). İlk kez bilgisayar kullanma yaşı ile dijital oyun bağımlılığı arasında negatif yönlü bir ilişki olduğu saptanmıştır ($p<0,001$). İlk kez dijital oyun oynama yaşı ile internet ve

dijital oyun bağımlılığı arasında negatif yönlü bir ilişki olduğu saptanmıştır ($p<0,05$; $p<0,001$).

Tablo 22. Farklı teknolojilerin ilk kez kullanıldığı yaşlar ile farklı teknolojik bağımlılıklara ilişkin ölçek puanlarının korelasyonu

| | İnternet Bağımlılığı Ölçek Puanı | Akıllı Telefon Bağımlılığı Ölçek Puanı | Sosyal Medya Bağımlılığı Ölçek Puanı | Dijital Oyun Bağımlılığı Ölçek Puanı |
|---|---|---|---|---|
| İlk internet kullanma yaşı | -0,092*** | -0,077** | -0,064** | -0,133*** |
| İlk cep telefonu kullanma yaşı | -0,060* | -0,068* | -0,036 | -0,116*** |
| İlk akıllı telefon kullanma yaşı | -0,037 | -0,060* | -0,045 | -0,075** |
| İlk bilgisayar kullanma yaşı | -0,035 | -0,048 | -0,030 | -0,171*** |
| İlk dijital oyun oyunma yaşı | -0,070* | -0,052 | -0,040 | -0,137*** |

* $P<0,05$ ** $p<0,01$ *** $p<0,001$

Farklı teknolojik bağımlılıkların kendi aralarındaki korelasyonları Tablo 23'te gösterilmiştir. Araştırmaya katılan öğrencilerin bağımlılık puanlarının kendi aralarındaki korelasyonuna bakıldığında, tüm bağımlılık türlerinin kendi aralarında pozitif korelasyon gösterdiği saptanmıştır. İnternet, akıllı telefon ve sosyal medya bağımlılıkları arasında pozitif yönlü güçlü korelasyon mevcut olup, en güçlü korelasyon akıllı telefon ve sosyal medya bağımlılığı arasındadır (0,730). Dijital oyun bağımlılığı ile diğer bağımlılıklar arasında pozitif yönlü zayıf korelasyon mevcuttur (Her birisi için $p<0,001$).

Tablo 23. Farklı teknolojik bağımlılıkların kendi aralarındaki korelasyonu

| Ölçek Puanları | İnternet Bağımlılığı | Akıllı Telefon Bağımlılığı | Sosyal Medya Bağımlılığı | Dijital Oyun Bağımlılığı |
|----------------------------|----------------------|----------------------------|--------------------------|--------------------------|
| İnternet Bağımlılığı | 1 | 0,694*** | 0,662*** | 0,359*** |
| Akıllı Telefon Bağımlılığı | 0,694*** | 1 | 0,730*** | 0,255*** |
| Sosyal Medya Bağımlılığı | 0,662*** | 0,730*** | 1 | 0,270*** |
| Dijital Oyun Bağımlılığı | 0,359*** | 0,255*** | 0,270*** | 1 |

*P<0,05 **p<0,01 ***p<0,001

İnternet bağımlılığı ile ilişkili faktörler Tablo 24’te gösterilmiştir. İnternet bağımlılığı ile ilişkili faktörlerin incelendiği çok değişkenli regresyon modeline; cinsiyet, sağlık durumu, psikiyatrik hastalık varlığı, akademik başarı, interneti oyun oynamak, sörf ve ödev yapmak amacı ile kullanma, oyun konsolu varlığı, günlük telefon ile internete bağlanılan süre, bilgisayar ile internete bağlanılan süre, günlük sosyal medyada geçirilen süre, günlük dijital oyun oynayarak geçirilen süre, günlük televizyon izleme süresi, ilk kez internet, cep telefonu kullanma yaşı ve ilk kez dijital oyun oynama yaşı dahil edilmiştir. Buna göre erkeklerde, interneti sörf yapmak amacı ile kullananlarda, erken yaşlarda dijital oyun ile tanışanlarda, günlük telefonla internete bağlanma süresi fazla olanlarda, sosyal medyada fazla zaman geçirenlerde internet bağımlılığı daha yüksek bulunmuştur (p=0,012; p=0,003; p=0,018; p=0,010; p<0,001). Sağlık durumunu iyi olarak algılayanlarda ve akademik başarısını iyi olarak belirtenlerde ortalama internet bağımlılığı puanları daha düşük bulunmuştur (p=0,018; p=0,001).

Tablo 24. İnternet Bağımlılığı ile ilişkili faktörler

| | B | Standart Hata | %95 Güven aralığı (CI) | | p |
|---|----------|----------------------|-------------------------------|-------|------------------|
| Erkek cinsiyet | 1,27 | 0,50 | 0,28 | 2,27 | 0,012 |
| Sağlık durumunu iyi algılama | -1,13 | 0,47 | -2,07 | -0,19 | 0,018 |
| Akademik başarısını iyi algılama | -1,77 | 0,54 | -2,83 | -0,70 | 0,001 |
| Oyun konsolu olması | 1,76 | 0,93 | -0,05 | 3,59 | 0,057 |
| İnterneti web’de sörf yapma amacı ile kullanma | 1,70 | 0,57 | 0,58 | 2,82 | 0,003 |
| İnterneti oyun amacı ile kullanma | 1,17 | 0,68 | -0,15 | 2,51 | 0,083 |
| İnterneti ödev amacı ile kullanma | -1,13 | 0,59 | -2,30 | -0,03 | 0,057 |
| İlk dijital oyun oynama yaşı | -0,16 | 0,06 | -0,29 | -0,02 | 0,018 |
| Günlük telefonla internete bağlanma süresi | 0,14 | 0,05 | 0,03 | 0,24 | 0,010 |
| Günlük sosyal medyada geçirilen süre | 0,50 | 0,09 | 0,32 | 0,68 | <0,001 |

R²=0,10

Akıllı telefon bağımlılığı ile ilişkili faktörler Tablo 25’de gösterilmiştir. Akıllı telefon bağımlılığı ile ilişkili faktörlerin incelendiği çok değişkenli regresyon modeline; cinsiyet, spor yapma durumu, sağlık durumu, akademik başarı, interneti sörf ve ödev yapmak amacı ile kullanma, günlük telefon ile internete bağlanılan süre, günlük sosyal medyada geçirilen süre, günlük televizyon izleme süresi, ilk kez internet, cep telefonu ve akıllı telefon kullanma yaşı dahil edilmiştir. Buna göre düzenli spor yapanlarda, sağlık durumunu iyi olarak algılayanlarda, akademik başarısını iyi olarak belirtenlerde ve interneti ödev yapmak amacı ile kullananlarda akıllı telefon bağımlılığı daha düşük bulunmuştur (p=0,009; p=0,035; p=0,001; p=0,019). İnterneti sörf yapmak amacı ile kullananlarda, erken yaşlarda internet ile tanışanlarda, günlük telefonla internete bağlanma süresi fazla olanlarda, sosyal medyada fazla zaman geçirenlerde ortalama

akıllı telefon bağımlılığı puanları daha yüksek bulunmuştur (p=0,006; p=0,006; p=0,017; p<0,001).

Tablo 25. Akıllı Telefon Bağımlılığı ile ilişkili faktörler

| | B | Standart Hata | %95 Güven aralığı (CI) | | p |
|---|----------|----------------------|-------------------------------|-------|------------------|
| Düzenli spor yapma | -1,59 | 0,61 | -2,78 | -0,39 | 0,009 |
| Sağlık durumunu iyi algılama | -1,22 | 0,57 | -2,35 | -0,08 | 0,035 |
| Akademik başarısını iyi algılama | -2,05 | 0,64 | -3,30 | -0,79 | 0,001 |
| İnterneti web’de sörf yapma amacı ile kullanma | 1,91 | 0,69 | 0,55 | 3,27 | 0,006 |
| İnterneti ödev amacı ile kullanma | -1,63 | 0,69 | -3,01 | -0,27 | 0,019 |
| İlk internet kullanma yaşı | -0,28 | 0,10 | -0,48 | -0,08 | 0,006 |
| Günlük telefonla internete bağlanma süresi | 0,15 | 0,06 | 0,02 | 0,28 | 0,017 |
| Günlük sosyal medyada geçirilen süre | 0,76 | 0,11 | 0,54 | 0,97 | <0,001 |

R²=0,11

Sosyal medya bağımlılığı ile ilişkili faktörler Tablo 26’da gösterilmiştir. Sosyal medya bağımlılığı ile ilişkili faktörlerin incelendiği çok değişkenli regresyon modeline; cinsiyet, fakülte, spor yapma durumu, sağlık durumu, akademik başarı, interneti sörf ve ödev yapmak amacı ile kullanma, günlük telefon ile internete bağlanılan süre, günlük sosyal medyada geçirilen süre, günlük televizyon izleme süresi ve ilk kez internet kullanma yaşı dahil edilmiştir. Buna göre düzenli sağlık durumunu iyi olarak algılayanlarda, akademik başarısını iyi olarak belirtenlerde, interneti ödev yapmak amacı ile kullananlarda, Mühendislik ve Teknoloji Fakültesi öğrencilerinde sosyal medya bağımlılığı daha düşük bulunmuştur (p=0,001; p=0,014; p=0,015; p=0,003; p=0,006). İnterneti sörf yapmak amacı ile kullananlarda, erken yaşlarda internet ile tanışanlarda ve sosyal medyada fazla zaman geçirenlerde ortalama sosyal medya bağımlılığı puanları daha yüksek bulunmuştur (p=0,003; p=0,028; p<0,001).

Tablo 26. Sosyal Medya Bağımlılığı ile ilişkili faktörler

| | B | Standart Hata | %95 Güven aralığı (CI) | | p |
|---|----------|----------------------|-------------------------------|-------|------------------|
| Sağlık durumunu iyi algılama | -2,38 | 0,73 | -3,82 | 0,93 | 0,001 |
| Akademik başarısını iyi algılama | -2,03 | 0,82 | -3,65 | -0,41 | 0,014 |
| İnterneti web’de sörf yapma amacı ile kullanma | 2,67 | 0,89 | 0,92 | 4,43 | 0,003 |
| İnterneti ödev amacı ile kullanma | -2,18 | 0,90 | -3,94 | -0,41 | 0,015 |
| Mühendislik Fakültesi öğrencisi olma | -2,69 | 0,91 | -4,48 | -0,91 | 0,003 |
| Teknoloji Fakültesi öğrencisi olma | -2,89 | 1,06 | -4,97 | -0,81 | 0,006 |
| İlk internet kullanma yaşı | -0,28 | 0,13 | -0,54 | -0,03 | 0,028 |
| Günlük sosyal medyada geçirilen süre | 1,35 | 0,11 | 1,12 | 1,58 | <0,001 |

R²=0,14

Dijital oyun bağımlılığı ile ilişkili faktörler Tablo 27’de gösterilmiştir. Dijital oyun bağımlılığı ile ilişkili faktörlerin incelendiği çok değişkenli regresyon modeline; yaş, cinsiyet, fakülte, yaşanan yer, anne öğrenim durumu, masaüstü bilgisayar ve oyun konsolu varlığı, sigara ve alkol kullanma, spor yapma durumu, sağlık durumu, akademik başarı, interneti mesajlaşmak, oyun oynamak ve alışveriş yapmak amacı ile kullanma, günlük bilgisayar ile internete bağlanılan süre, günlük dijital oyun oynayarak geçirilen süre, ilk kez internet, cep telefonu, akıllı telefon ve bilgisayar kullanma yaşı ile ilk kez dijital oyun oynama yaşı dahil edilmiştir. Buna göre erkeklerde, oyun konsolu olanlarda, akademik başarısını kötü olarak belirtenlerde, interneti alışveriş yapmak ve oyun oynamak amacı ile kullananlarda, erken yaşlarda

bilgisayar ile tanışarlarda ve dijital oyun oynayarak fazla zaman geçirenlerde dijital oyun bağımlılığı daha yüksek bulunmuştur. ($p<0,001$; $p=0,021$; $p=0,014$; $p=0,017$; $p<0,001$; $p<0,001$; $p<0,001$). Akademik başarısını iyi olarak belirtenlerde ve Eğitim Fakültesi öğrencilerinde ortalama dijital oyun bağımlılığı puanları daha düşük bulunmuştur ($p=0,006$; $p=0,008$).

Tablo 27. Dijital Oyun Bağımlılığı ile ilişkili faktörler

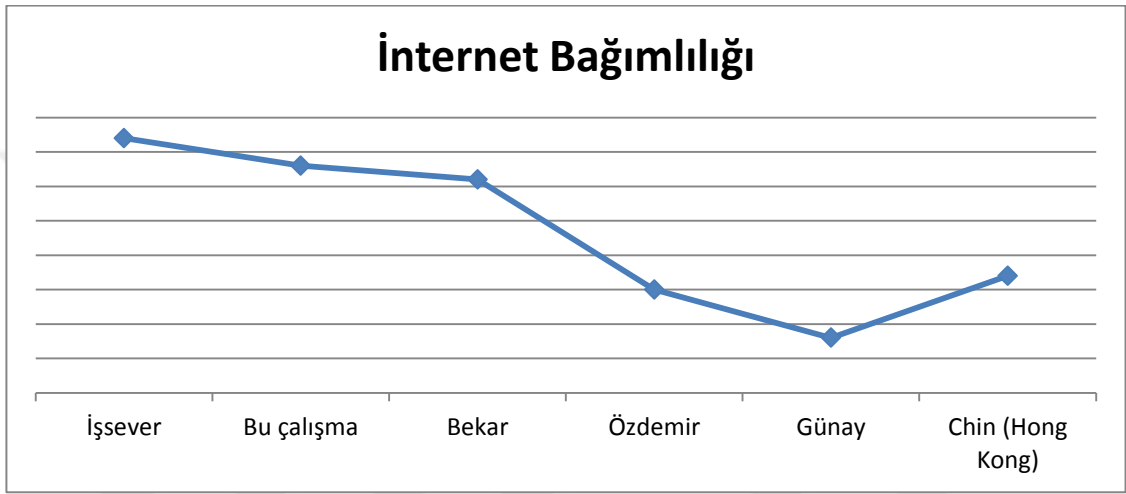
| | B | Standart Hata | %95 Güven aralığı (CI) | | p |
|--|----------|----------------------|-------------------------------|-------|------------------|
| Erkek Cinsiyet | 3,11 | 0,37 | 2,36 | 3,85 | <0,001 |
| Oyun Konsolu varlığı | 1,62 | 0,70 | 0,24 | 3 | 0,021 |
| Akademik başarının kötü algılanması | 1,42 | 0,58 | 0,28 | 2,56 | 0,014 |
| Akademik başarının iyi algılanması | -1,09 | 0,39 | -1,87 | -0,31 | 0,006 |
| Eğitim Fakültesi öğrencisi olma | -1,67 | 0,63 | -2,90 | -0,43 | 0,008 |
| İnterneti alışveriş yapmak amacı ile kullanma | 1,23 | 0,51 | 0,22 | 2,23 | 0,017 |
| İnterneti mesajlaşmak amacı ile kullanma | -0,72 | 0,42 | -1,55 | 0,11 | 0,089 |
| İnterneti oyun oynamak amacı ile kullanma | 3,08 | 0,54 | 2,02 | 4,15 | <0,001 |
| İlk defa bilgisayar kullanma yaşı | -0,24 | 0,05 | -0,35 | -0,14 | <0,001 |
| Günlük dijital oyun oynayarak geçirilen süre | 0,91 | 0,11 | 0,68 | 1,14 | <0,001 |

$R^2=0,30$

5. TARTIŞMA

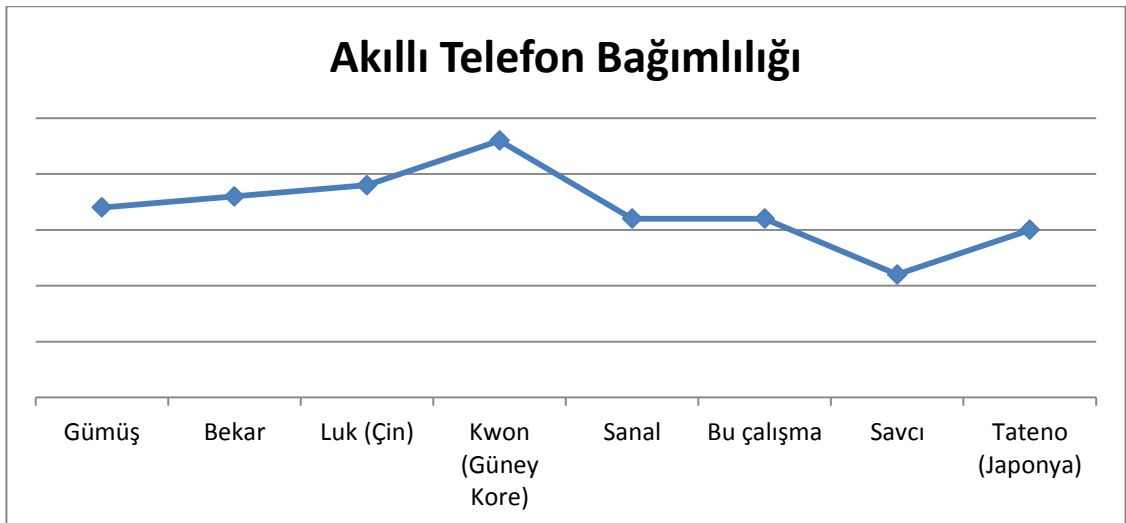
Düzce Üniversitesi öğrencilerinde teknoloji ile ilişkili bağımlılıkların incelendiği bu çalışmada, bağımlılık puan ortalamaları, ölçeklerden alınabilecek puan aralığının neresinde olduğuna bakılarak değerlendirildiğinde, internet bağımlılığı İşsever (13)'in çalışmasına göre daha düşük, Günay (60), Özdemir (65) ve Bekar (64)'in çalışmaları ile Hong Kong (63)'da yapılan bir çalışmaya göre daha yüksek saptanmıştır (Grafik 8).

Grafik 8. Farklı çalışmalarda internet bağımlılığı ortalamaları



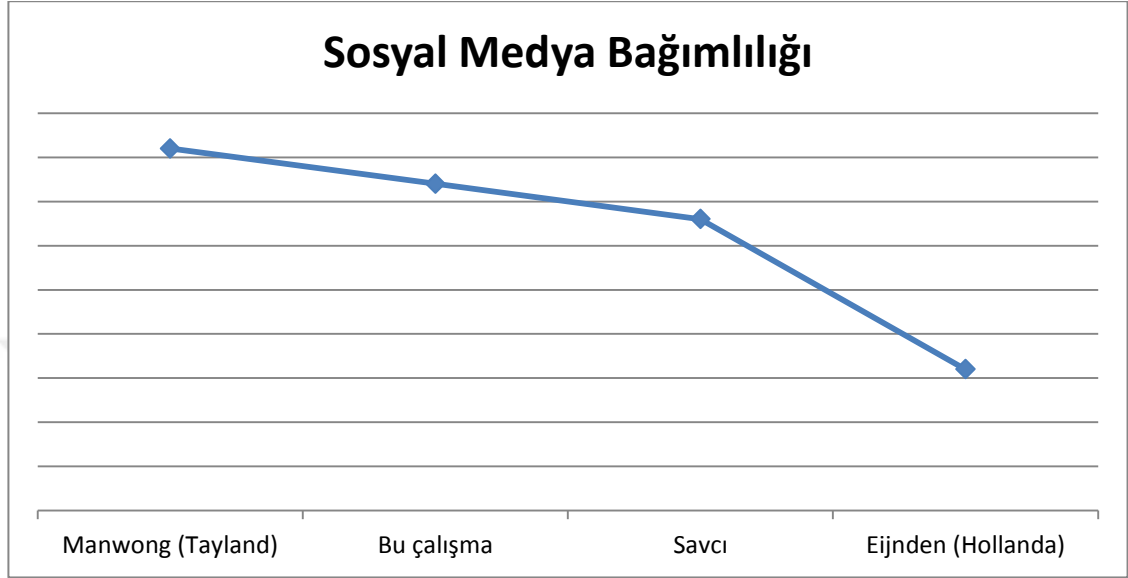
Akıllı telefon bağımlılığı, Gümüş (75) ve Bekar (64)'in çalışmaları ile Çin (74)'de ve Güney Kore (72)'de yapılan çalışmalara göre düşük, Sanal (79)'ın çalışması ile benzer, Savcı (80) ve Japonya (73)'da yapılan bir çalışmaya göre ise yüksek saptanmıştır (Grafik 9).

Grafik 9. Farklı çalışmalarda akıllı telefon bağımlılığı ortalamaları



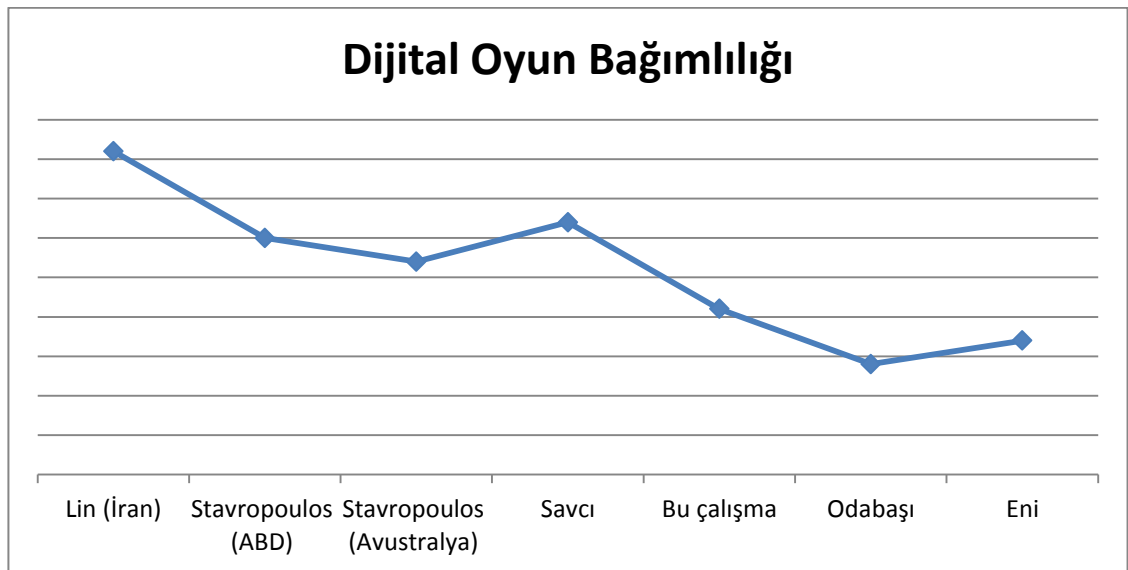
Sosyal medya bağımlılığı, Tayland (89)'da yapılan bir çalışmaya göre düşük, Savcı (80)'nin çalışmasına ve Hollanda (88)'da yapılan bir çalışmaya göre ise yüksek saptanmıştır (Grafik 10).

Grafik 10. Farklı çalışmalarda sosyal medya bağımlılığı ortalamaları



Dijital oyun bağımlılığı, İran (98) ile ABD (99) ve Avustralya (99)'da yapılan çalışmalara göre ve Savcı (80)'nin çalışmasına göre daha düşük, Odabaşı (101) ve Eni (100)'nin çalışmalarına göre ise daha yüksek saptanmıştır (Grafik 11).

Grafik 11. Farklı çalışmalarda dijital oyun bağımlılığı ortalamaları



Bağımlılık puanları ölçeklerden alınabilecek puan aralığının neresinde olduğuna bakılarak kendi aralarında değerlendirildiğinde ise bağımlılık düzeylerinin en fazla sosyal medya bağımlılığında olduğu, daha sonra sırası ile internet ve akıllı telefon bağımlılığının geldiği, en düşük oranda ise dijital oyun bağımlılığının olduğu görülmüştür. Bekar'ın üniversite öğrencilerinde internet, akıllı telefon, facebook ve dijital oyun bağımlılığı üzerine yapmış olduğu tez çalışmasında, bağımlılık düzeylerinin en fazla akıllı telefon bağımlılığında olduğu, sonra da sırasıyla internet, dijital oyun ve Facebook bağımlılıklarının geldiği belirtilmiştir (64).

Sosyal medya facebook ile birlikte instagram, twitter, linkedin gibi birçok uygulamayı kapsamaktadır. Bu uygulamaların kullanım sıklıkları zaman içerisinde değişmektedir. Gençler arasında facebook kullanımı zamanla azalırken, instagram kullanımı artmaktadır. Sosyal medya bağımlılığının diğer bağımlılıklara göre daha fazla görülmesinin, kapsamının geniş olmasından, her geçen gün yeni uygulamaların ortaya çıkmasından ve bir uygulama kullanımı azalırken alternatif başka bir uygulama kullanımının artmasından kaynaklandığı düşünülmektedir.

Çalışma grubu, internetle erken yaşlarda tanışan, “Y kuşağı” (1980-1999 arasında doğanlar) ya da internet kuşağı olarak da adlandırılan üniversite öğrencilerinden oluşmaktadır. Araştırmaya katılan öğrencilerin yaş ortalamasının $20,51 \pm 1,87$ olarak bulunması, üniversiteye başlama zamanının 18 yaşından sonra olmasından dolayı olağandır (108).

Lise öğrencilerinde yapılan bir çalışmada internet bağımlılığı riskinin yaşla birlikte arttığı belirtilmekle birlikte (109), üniversite öğrencilerinde ve erişkinlerde yapılan bazı çalışmalarda, internet bağımlılığı riskinin yaşla birlikte azaldığı belirtilmiştir (60,110,111).

Ancak araştırma gruplarında yaşların dar bir aralıkta dağıldığı çalışmalarda ve üniversite öğrencilerinde yapılan çalışmalarda çoğunlukla, bu araştırma ile benzer şekilde, yaş ile internet bağımlılığı riski arasında anlamlı bir ilişki saptanmamıştır (12,61,62,64,112-114).

Lise döneminde öğrenciler çoğunlukla aileleri ile birlikte yaşarken, üniversitede ailelerinden ayrılmaları sonucu, kontrol mekanizmasının ortadan kalkması ve ayrılık

nedeniyle anksiyete ve uyum sorunları yaşamaları üniversite döneminde bağımlılıkların artmasına sebep olabilir.

Akıllı telefon bağımlılığı konusunda yapılan araştırmalar incelendiğinde, üniversite öğrencilerinde yaş arttıkça akıllı telefon bağımlılığının azaldığını (78) gösteren bir çalışma bulunmakla birlikte, çoğunlukla, bu araştırma ile benzer şekilde akıllı telefon bağımlılığının yaşa göre farklılık göstermediği belirtilmektedir (64,75,77,115,116).

Çin'de erişkin bireylerde yapılan bir araştırmada yaş arttıkça akıllı telefon bağımlılığının azaldığı (74), Avustralya'da 18-83 yaş arası bireylerde akıllı telefon bağımlılığını inceleyen bir çalışmada en fazla akıllı telefon bağımlılığının 18-25 yaş arasında görüldüğü belirtilmiştir (117).

Yapılan araştırmalarda, bu araştırma ile benzer şekilde sosyal medya bağımlılığının üniversite öğrencilerinde ve adölesanlarda yaşa göre farklılık göstermediği belirtilmiştir (118-120).

Farklı yaş gruplarında yapılan bazı çalışmalarda, yaşa göre dijital oyun bağımlılığının değişmediği belirtilmekle birlikte (100,121-123), bu çalışma ile benzer şekilde dijital oyun bağımlılığının yaşa göre arttığını gösteren çalışmalar (64,124) da bulunmaktadır.

Belçika'da 18-79 yaş arası bireylerde yapılan bir çalışmada gençlerde oyun bağımlılığının daha yüksek olduğu belirtilmiş (97), İran' da 13-18 yaş arası bireylerde yapılan bir çalışmada ise yaşa göre oyun bağımlılığının arttığı belirtilmiştir (98).

İnternet bağımlılığının cinsiyete göre farklılığını inceleyen çalışmalara bakıldığında, bu çalışma ile benzer şekilde, erkeklerde daha fazla görüldüğünü belirten çok sayıda çalışma bulunmaktadır (11,59-61,109,112,125,126). Bununla birlikte yapılan bazı çalışmalarda cinsiyetler arasında farklılık saptanmazken (62,64,110,111,113,114,127), bazı çalışmalarda da internet bağımlılığı kadınlarda daha fazla bulunmuştur (58,128). Erkeklerde bağımlılığın daha yaygın olduğunu belirten çalışmaların tamamı ülkemizde yapılan çalışmalardan oluşurken, kadınlarda daha yaygın olduğunu belirtenler yabancı ülkelerde yapılmıştır. Bu durum ülkemizde erkeklerin bilgisayar ve internete daha kolay ulaşması, internet kafelere daha rahat gidebilmesi ile birlikte ülkeler arasındaki kültür farklarından kaynaklanmış olabilir.

Akıllı telefon bağımlılığının cinsiyete göre anlamlı fark göstermediğini belirten çalışmaların (66,75-77,115,129) yanında, bu çalışma ile benzer şekilde kadınlarda daha fazla olduğunu belirten çalışmalar (64,74,116,117,130) da bulunmaktadır.

İnternet ve akıllı telefon bağımlılığının birlikte incelendiği bir çalışmaya göre, internet bağımlılığı cinsiyete göre farklılık göstermezken, akıllı telefon bağımlılığı kadınlarda daha yüksek bulunmuştur (73).

Yapılan araştırmalarda, sosyal medya bağımlılığının cinsiyete göre farklılık göstermediği belirtilmiş (119,120,131) olmasına karşın, bu çalışmada sosyal medya bağımlılığının kadınlarda daha fazla olduğu bulunmuştur. Bu durumun, kadınların sosyal olma ihtiyaçlarının daha fazla olmasından ve akıllı telefonlarını daha fazla sosyal amaçlı kullanmasından kaynaklandığı düşünülmektedir.

Dijital oyunlar güç ve hakimiyet ile ilişkili olarak sanal karakterlerin yarıştıkları aktiviteler olması nedeniyle erkeklerin daha fazla ilgisini çekmektedir (132). Cinsiyetler arasındaki bağımlılık farklılıkları biyolojik ve nörogörüntüleme yöntemleri ile de açıklanmaya çalışılmaktadır. Bağımlılık konusunda farklı risk faktörlerinin cinsiyete göre etkileri de farklı olabilmektedir (133). Sosyal destek varlığı, kadınlarda davranışsal bağımlılıklara karşı koruyucu olduğu halde, erkeklerde böyle bir etkisi ortaya konmamıştır (134). Bu çalışmada, dijital oyun bağımlılığı literatürle uyumlu olarak, erkeklerde daha yüksek bulunmuştur (64,97-101,121,123,135-137).

Bu çalışma ile benzer şekilde; internet (60,61,64,65), akıllı telefon (129) ve sosyal medya (119) bağımlılıklarının öğrencilerin kaldıkları yere göre fark göstermediğini belirten çalışmalar bulunmakla birlikte, internet (138) ve akıllı telefon (64) bağımlılıklarının yurtda veya evde arkadaşları ile kalanlarda ailesi ile kalanlara göre anlamlı olarak daha fazla olduğunu belirten çalışmalar da bulunmaktadır. Yapılan bazı araştırmalarda ise akıllı telefon bağımlılığı yurtda ve evde arkadaşları ile kalan kişilerde daha yüksek, evde ailesi ile kalanlarda daha düşük bulunmuş, ancak anlamlı farklılık saptanmamıştır (79,139).

Dijital oyun bağımlılığı ise yapılan bir araştırma ile benzer şekilde evde arkadaşları ile ve evde yalnız olan kişilerde daha yüksek, yurtda ve ailesi ile kalanlarda daha düşük saptanmıştır (64). Bu durumun akıllı telefon ve sosyal medya kullanımının insanlarla iletişim halinde bulunmayı gerektiren interaktif faaliyetler olmasına karşın, oyun

oynamanın daha bireysel bir aktivite olmasından kaynaklandığı düşünülmektedir. Nitekim aile terapisi ve aile ile geçirilen sürenin arttırılmasının oyun bağımlılığını azaltacağına yönelik çalışmalar mevcuttur (140,141).

Yaşadığı yerde internet bağlantısı varlığına göre internet (11,114), akıllı telefon (64), sosyal medya (131) ve dijital oyun (64) bağımlılıklarının farklılık göstermediğini, buna karşın dijital oyun bağımlılığının internet bağlantısı olanlarda anlamlı olarak yüksek olduğunu belirten çalışmalar (136) da bulunmaktadır. Yapılan bir çalışmada ise yaşadığı yerde internet bağlantısı olanlarda internet bağımlılığı anlamlı olarak daha düşük bulunmuştur (109). Bu çalışmada, dört bağımlılık türünün de yaşanılan yerde internet bağlantısı bulunmasına göre farklılık göstermediği bulunmuştur. Bunun nedeni yalnızca yaşadıkları yerde değil, okulda veya dışarda buldukları zamanlarda da internet kullanmaları ve internete mobil veri bağlantısı ile erişmeleri olabilir.

Yaşadığı yerde bilgisayar varlığına göre, internet (11,60,114,126) ve dijital oyun (100) bağımlılığının değişmediğini gösteren çalışmalar olmasına karşın, yaşadığı yerde bilgisayar olanlarda dijital oyun bağımlılığının anlamlı olarak yüksek olduğunu belirten çalışmalar (136) da bulunmaktadır. Yapılan bir çalışmada ise bu çalışma ile benzer şekilde masaüstü bilgisayarı ve oyun konsolu olanlarda oyun bağımlılığının anlamlı olarak yüksek olduğu belirtilmiştir (64). Bilgisayar teknolojisinin yayılımına bakıldığında öncelikle masaüstü bilgisayarlar piyasada kullanılmaya başlanmıştır. Dizüstü bilgisayarlar ve tabletler henüz piyasaya çıkmadan bilgisayar edinen kişilerin masaüstü bilgisayar almaları ve bilgisayar ile daha erken yaşlarda tanışmaları ve dijital oyunları da daha fazla oynamaları bunun nedeni olabilir. Oyun konsolu olan kişilerin internet bağımlılığı puanlarının anlamlı olarak yüksek olması, bazı oyunların internetten indirilebilmesinden, bazı oyunların da online oynanmasından kaynaklanmış olabilir. Oyun konsolu olan kişilerin oyun bağımlılığı puanlarının anlamlı olarak yüksek bulunması ise, daha çok oyun oynayan kişilerin oyun konsolu alacağı düşünülürse beklenen bir durumdur.

Üniversite öğrencilerinin öğrenim gördükleri fakülterlere göre bağımlılık türlerinin incelendiği çalışmalarda, bu çalışma ile benzer şekilde, fakülteler arasında internet (60,62) ve akıllı telefon (78,129) bağımlılıklarının anlamlı farklılık göstermediği belirtilmektedir.

Literatürde sosyal medya bağımlılığının fakültelere göre incelendiği çalışma bulunmamakla birlikte, bu çalışmada sosyal medya bağımlılığı İşletme Fakültesinde anlamlı olarak yüksek, Mühendislik ve Teknoloji Fakültelerinde anlamlı olarak düşük bulunmuştur. Bu durumun, mühendislik ve teknoloji fakültelerinde erkeklerin, işletme fakültesinde ise kadınların mevcudunun daha fazla olmasından kaynaklandığı düşünülmektedir.

Yapılan bir çalışmada dijital oyun bağımlılığının Teknoloji Fakültesinde anlamlı olarak yüksek olduğu belirtilmiş (64) olmakla birlikte, bu çalışmada dijital oyun bağımlılığı, Mühendislik, Teknoloji ve Spor Bilimleri Fakültelerinde anlamlı olarak yüksek, Eğitim Fakültesinde ise anlamlı olarak düşük saptanmıştır. Bu durumun, mühendislik, teknoloji ve spor bilimleri fakültelerinde erkeklerin, eğitim fakültesinde ise kadınların mevcudunun daha fazla olmasından kaynaklandığı düşünülmektedir.

Üniversite öğrencilerinin öğrenim gördükleri sınıflara göre bağımlılık türlerinin incelendiği çalışmalarda, sınıflar arasında internet (112,142), akıllı telefon (75,76,129), sosyal medya (118,119) ve dijital oyun (136) bağımlılıklarının anlamlı farklılık göstermediği belirtilmektedir. Aynı şekilde bu çalışmada da sınıflar arasında dört bağımlılık türünde de anlamlı farklılık saptanmamıştır. Tıp fakültesinde yapılmış bir çalışmada, internet bağımlılığının 6. sınıf öğrencilerinde 1 ve 3. sınıflara göre anlamlı olarak düşük olduğu, bununla birlikte 1. ve 3. sınıflar arasında anlamlı fark olmadığı belirtilmiştir (65).

Literatürde sosyoekonomik düzeyi yüksek olan öğrencilerde internet (143) ve akıllı telefon (144) bağımlılıklarının anlamlı olarak daha yüksek olduğunu belirten bazı çalışmalar olmasına karşın, çoğunlukla yapılan çalışmalarda bu araştırma ile benzer şekilde gelir durumuna göre internet (12,60,62,112,114,125), akıllı telefon (75,76,115,129), sosyal medya (119) ve dijital oyun bağımlılıklarının (100,123) anlamlı farklılık göstermediği belirtilmiştir. Bununla birlikte yapılan bir çalışmada, gelir durumu düşük olanların, oyun bağımlılığı puanlarının anlamlı olarak daha yüksek olduğu belirtilmiştir (101).

Öğrencilerin anne ve babalarının öğrenim durumuna göre bağımlılıklarının incelendiği çalışmalarda, bu araştırma ile benzer şekilde, internet (11,114,126) ve akıllı telefon (64,129) bağımlılıklarının anne ve baba öğrenim durumuna göre farklılık göstermediği belirtilmiştir. Türk aile kültüründe çocukların doğumdan itibaren öğrencilik yıllarına

kadar en fazla birlikte vakit geçirdikleri kişi anneleridir. Yapılan bir çalışma ile benzer şekilde (64), baba öğrenim durumunun bağımlılığa bir etkisi saptanmadığı halde, anne öğrenim durumu lise ve üzeri olan öğrencilerin dijital oyun bağımlılığı puanları anlamlı olarak yüksek saptanmıştır. Annelerin öğrenim durumunun yüksek olması, çalışma hayatında daha çok yer alması sonucunu beraberinde getirmektedir. Dolayısıyla çocuğu ile daha kısıtlı vakit geçirmesine ve çocuğun farklı uğraşlara yönelmesinden kaynaklanmış olabileceği gibi, çocuk ile vakit geçiren diğer kişilerin çocuğu oyalamak için dijital oyunları oynamasına izin vermelerinden kaynaklanmış olabilir. Küçük yaşlardan itibaren oyun oynamaya alışan çocuklar ileride bağımlılık riski ile karşı karşıya kalmaktadırlar (64,123).

İnternet bağımlılığının sigara ve alkol kullanımına göre farklılık göstermediğini belirten çalışmaların (65,111) yanında, sigara ile ilişkili olup alkol ile ilişkisiz olduğunu (11), alkol ile ilişkili olup sigara ile ilişkisiz olduğunu (61), hem sigara hem alkol kullananlarda internet bağımlılığının anlamlı olarak yüksek olduğunu belirten çalışmalar (12,145) da bulunmaktadır.

Akıllı telefon bağımlılığının da aynı şekilde, sigara ve alkol kullanımına göre farklılık göstermediğini belirten çalışmaların (115,129,144) yanında, sigara ile ilişkili olup alkol ile ilişkisiz olduğunu (75), alkol ile ilişkili olup sigara ile ilişkisiz olduğunu belirten çalışmalar (146) da bulunmaktadır. Sosyal medya ve dijital oyun bağımlılığı çalışmalarında ise sigara ve alkol kullanımına göre sosyal medya bağımlılığının anlamlı farklılık göstermediği (119), dijital oyun bağımlılığının ise sigara ve alkol kullananlarda anlamlı olarak yüksek olduğu (147) belirtilmiştir.

Bu çalışmada ise internet, akıllı telefon ve sosyal medya bağımlılıklarında sigara ve alkol kullanımına göre fark saptanmamasına karşın, dijital oyun bağımlılığı sigara ve alkol kullananlarda anlamlı olarak yüksek saptanmıştır. Dijital oyun bağımlılığının patolojik kumar ve madde bağımlılıkları ile ortak mekanizmalara sahip olduğu belirtilmektedir (145). Sigara ve alkol ile olan bu ilişkisinin de aynı mekanizmalardan kaynaklanmış olabileceği düşünülmektedir.

DSÖ 18-64 yaş arası bireyler için, haftalık 150 dakika düzenli spor yapılmasını önermektedir. Düzenli olarak spor yapan kişilerde koroner kalp hastalığı, hipertansiyon, inme, tip 2 diyabet, metabolik sendrom, kolon ve meme kanseri ile depresyon oranlarının daha düşük olduğu belirtilmektedir (148). Bu çalışmada düzenli

olarak spor yaptığını belirten kişilerde akıllı telefon ve sosyal medya bağımlılığının anlamlı olarak düşük bulunması, spor yapan kişilerin sağlıklı yaşam konusundaki farkındalıklarının daha yüksek olmasından ve spor yolu ile sosyalleşen kişilerin sanal ortamlarda bulunmaya fazla ihtiyaç duymamasından kaynaklanmış olabilir. Ancak beklenilenin aksine, düzenli olarak spor yapan kişilerde dijital oyun bağımlılığı yüksek bulunmuştur. Bu durumun spor bilimleri fakültesindeki öğrencilerin dijital oyun bağımlılıklarının anlamlı olarak yüksek saptanmasından kaynaklandığı düşünülmektedir.

Sağlık durumunu iyi olarak algılayanların dört bağımlılık türünde de bağımlılık puanları daha düşük bulunmuştur. Bununla birlikte sağlık durumunun iyi olarak algılanmasının, internet bağımlılığı puanını 1.13, akıllı telefon bağımlılığı puanını 1.22, sosyal medya bağımlılığı puanını ise 2.38 puan düşürdüğü saptanmış olup; internet, akıllı telefon ve sosyal medya bağımlılığına karşı koruyucu olduğu bulunmuştur. Yapılan bir çalışmada ise sağlığını kötü olarak algılamanın internet akıllı telefon ve dijital oyun bağımlılığı açısından bir risk faktörü olduğu belirtilmektedir (64). Bu durum bağımlılıkların çeşitli hastalıkların sebebi veya sonucu olabilmesi ile açıklanabilir.

Öğrencilerin akademik başarılarına göre internet bağımlılıklarının incelendiği çalışmalarda, internet bağımlılığının akademik başarıları düşük olanlarda daha fazla olduğu belirtilmiştir (58,109,125,149). Akıllı telefon bağımlılığının ise akademik performansla ters orantılı değişim gösterdiğini belirten çalışmaların yanında (75,78,130), akademik performansla ilişkisiz olduğunu belirten çalışmalar da bulunmaktadır (76,146) Yapılan bir çalışmada sosyal medya bağımlılığının akademik başarı ile ters yönlü ilişkisi olduğu belirtilmiştir (119). Farklı bir çalışmada ise, lise ve üniversite öğrencilerinde sosyal medya kullanımının akademik performansı olumsuz etkilediği ve bu nedenle günlük sosyal medya kullanımının 2 saat ile sınırlandırılması gerektiği belirtilmiştir (120). Oyun bağımlılığı konusunda yapılan araştırmalarda oyun bağımlılığı puanları arttıkça akademik performansın düştüğü belirtilmektedir (123,147).

Bu çalışmada akademik performansını iyi olarak belirten kişilerde dört bağımlılık türü de anlamlı olarak düşük, akademik performansını kötü olarak belirten kişilerde ise internet ve oyun bağımlılığı anlamlı olarak yüksek saptanmış olup, literatür ile uyumlu

olarak değerlendirilmiştir. Ayrıca akademik başarının iyi olarak algılanmasının internet bağımlılığı puanını 1.77, akıllı telefon bağımlılığı puanını 2.05, sosyal medya bağımlılığı puanını 2.03, dijital oyun bağımlılığı puanını ise 1.09 puan düşürdüğü saptanmış olup; dört bağımlılık türüne karşı da koruyucu olduğu bulunmuştur. Yapılan bir çalışmada ise akademik başarının düşük olmasının, internet, akıllı telefon ve dijital oyun bağımlılığı açısından bir risk faktörü olduğu belirtilmektedir (64). Farklı çalışmalarda ise internet ile fazla meşgul olma ve internet bağımlılığının akademik ertelemeye yol açarak akademik başarıyı düşürdüğü belirtilmektedir (48,149,150).

Literatürde, bu çalışma ile benzer şekilde, günlük internet kullanım süresi ile internet bağımlılığı arasında (60,61,65,110,125,126,142), günlük akıllı telefon kullanım süresi ile akıllı telefon bağımlılığı arasında (66,75,78,151), günlük sosyal medya kullanım süresi ile sosyal medya bağımlılığı arasında (119) ve günlük dijital oyun oynama süresi ile dijital oyun bağımlılığı arasında (121,122) pozitif yönlü korelasyon olduğunu belirten çok sayıda çalışma bulunmaktadır. Bağımlılık türlerinin ilgili teknolojiye ayrılan süre ile ilişkili olması beklenen bir durumdur. Akıllı telefon ile internete bağlanma süresinin akıllı telefon bağımlılığı dışında, internet bağımlılığı ve sosyal medya bağımlılığı ile de ilişkili bulunmasının, öğrencilerin internete bağlanmak için bilgisayar yerine daha çok akıllı telefonu tercih etmelerinden kaynaklandığı düşünülmektedir. Yapılan bir çalışmada sosyal medya, internet ve akıllı telefon kullanım süreleri arttıkça akıllı telefon bağımlılığının da arttığı belirtilmiştir (152). Hong Kong ve Taiwan’da yapılan bir araştırmada, bu çalışma ile benzer şekilde, akıllı telefon kullanım süresi arttıkça, akıllı telefon bağımlılığı ile birlikte sosyal medya bağımlılığının da arttığı, sosyal medyada geçirilen süre arttıkça, sosyal medya bağımlılığı ile birlikte akıllı telefon bağımlılığının da arttığı belirtilmiştir (153).

Bilgisayar ile internete bağlanma süresinin ise oyun bağımlılığı ile ilişkili bulunması, oyun oynayan kişilerin akıllı telefon yerine daha çok bilgisayar ile oyun oynamayı tercih ettiklerini düşündürmektedir. Dijital oyun oynama süresi ise yapılan bir çalışmada bu çalışma ile benzer şekilde internet ve oyun bağımlılığı ile ilişkili bulunmuştur (64).

Yapılan çalışmalarda, bu çalışma ile benzer şekilde, interneti web de sörf yapmak ve oyun oynamak amacı ile kullananlarda internet bağımlılığının daha düşük olduğu, akademik faaliyetler ve ders çalışmak için kullananlarda ise internet bağımlılığının

daha yüksek olduğu belirtilmiştir (59,61,142). Ayrıca interneti ders çalışmak amacı ile kullananlarda akıllı telefon bağımlılığının da düşük olduğunu (146), internette sörf ve sosyal ağ takibi yapan öğrencilerin akıllı telefon bağımlılıklarının daha yüksek olduğunu belirten çalışmalar bulunmaktadır (115). Güney Kore’de yapılan bir çalışmada akıllı telefonu öğrenme amacı ile kullanmanın bağımlılık riskini azalttığı, anında mesajlaşma veya sosyal mecralarda bulunabilmek amacı ile kullanmanın da bağımlılık riskini arttırdığı belirtilmiştir (116). Yapılan bir çalışmada, internetteki interaktif işlevlerin, bilgi arama gibi işlevlere göre daha fazla bağımlılık riski oluşturması, interaktif işlevlerin, kişiye sosyal destek ve kimlik değiştirme gibi olanaklar sunması ile açıklanmıştır (59). Bu çalışmada ise internet, akıllı telefon ve sosyal medya bağımlılığı, interneti web’de sörf yapmak amacı ile kullananlarda yüksek, ödev yapmak amacı ile kullananlarda düşük bulunmuştur. İnterneti daha çok oyun oynamak amacı ile kullananlarda oyun bağımlılığının yüksek bulunması ise beklenen bir durumdur.

İnternet bağımlılığının internetle tanışma yaşı ile ilişkisini inceleyen çalışmalarda, bu çalışma ile benzer şekilde, internetle tanışma yaşı ile internet bağımlılığı arasında ters yönlü bir ilişki bulunduğu belirtilmektedir (12,64,114). Bununla birlikte, yapılan bir çalışmada ise internet kullanılan yıllar ile internet bağımlılığı arasında pozitif korelasyon saptanmıştır (60). Teknoloji ile erken yaşta tanışan kişiler ilgili teknolojiyi daha uzun yıllar kullanmaktadırlar. Bu durumun bağımlılığa yatkınlığı arttırabileceği düşünülmektedir. Bu çalışmada ayrıca ilk oyun oynama yaşı ve ilk cep telefonu kullanma yaşı da internet bağımlılığı ile ters yönlü ilişkili bulunmuştur. Akıllı telefon ile erken yaşlarda tanışanlarda akıllı telefon bağımlılığının daha fazla olduğunu belirten çalışmalar da bulunmaktadır (129,146). Bu çalışmada, internet, cep telefonu, akıllı telefon ile tanışılan yaşlar, akıllı telefon bağımlılığı ile ters yönlü ilişkili olmakla birlikte, internet ile bir yıl erken tanışmanın akıllı telefon ve sosyal medya bağımlılıklarını 0,28 puan arttırdığı bulunmuştur.

Oyun bağımlılığının ise yapılan çalışmalarda, bu çalışma ile benzer şekilde, internet, cep telefonu, bilgisayar ve oyun ile tanışılan yaşlarla ters yönlü ilişkili olduğu belirtilmiştir (64,123). Erken yaşlarda edinilen alışkanlıkların hayata yansımalarının ve yaşam boyu kalıcılığının daha fazla olması nedeniyle, teknolojiye erken yaşta maruziyet, alışkanlık oluşturarak, bağımlılığı da beraberinde getirebilmektedir. Bu

çalışmada bilgisayar ile bir yıl erken tanışmanın, oyun bağımlılığını 0,24 puan arttırdığı bulunmuştur.

Literatürde kronik fiziksel bir hastalık varlığına göre internet bağımlılığının değişmediği (60,111), ancak psikiyatrik hastalıklar ile komorbiditesinin bulunduğu belirtilmektedir (41). Yapılan bir çalışmada, akıllı telefon bağımlılığının kronik fiziksel hastalık varlığına göre farklılık göstermediği, ancak ruhsal hastalığı olanlarda akıllı telefon bağımlılığının daha fazla olduğu belirtilmiştir (75). Farklı bir çalışmada ise oyun bağımlılığı olan kişilerde fiziksel ve psikolojik sağlık problemlerinin daha fazla olduğu belirtilmiştir (154). Bu çalışmada fiziksel hastalık varlığına göre bağımlılık düzeyleri değişmemekle birlikte, psikiyatrik hastalığı olduğunu belirten kişilerde yalnızca internet bağımlılığı anlamlı olarak yüksek bulunmuştur. Psikiyatrik hastalıkların internet bağımlılığının sebebi veya sonucu olabileceğinin yanında belli hastalıklarda bazı kullanım davranışlarının daha sık görüldüğü belirtilmektedir. Sözelimi disosiyatif bozukluğu olan kişilerin internet ortamında kendini kolaylıkla başka biri olarak gösterebilmesi nedeniyle interneti en sık sohbet (chat) ve interaktif oyun oynama gibi amaçlarla kullandığı belirtilmektedir (61).

Literatürde internet ve akıllı telefon bağımlılığı arasında (63,73,113), internet, akıllı telefon ve sosyal medya bağımlılıkları arasında (153), internet, akıllı telefon ve dijital oyun bağımlılıkları arasında (64) ve internet ve oyun bağımlılıkları arasında (121) anlamlı korelasyonlar bulunduğunu belirten çalışmalar bulunmaktadır.

Bu çalışmada da literatürle uyumlu olarak, dört bağımlılık türü arasında anlamlı korelasyon olduğu bulunmuştur. İnternet, akıllı telefon ve sosyal medya bağımlılıkları arasında güçlü korelasyon bulunması, kullanım alanlarında, risk faktörlerinde ve gelişim mekanizmalarında benzerlikler olduğunu düşündürmektedir. İnternet, akıllı telefon ve sosyal medyanın iletişim, bilgiye ulaşma, araştırma, ödev yapma gibi faydalı amaçlarla da kullanılabilmesine karşın, oyun bağımlılığında böyle bir kullanım bulunmamaktadır. Dijital oyun bağımlılığı ile diğer bağımlılıklar arasında zayıf korelasyon bulunmasının ise kullanım alanları ile gelişim mekanizmalarındaki farklılıklardan kaynaklanabileceği düşünülmektedir. Bununla birlikte, dijital oyun bağımlılığının, diğerleri ile ortak bazı risk faktörlerinin yanı sıra daha fazla farklı ve özgün risk faktörüne sahip olduğu düşünülmektedir.

Bu çalışmada teknoloji ile ilişkili bağımlılıkların risk faktörlerini açıklamak amacıyla oluşturulan modeller ile benzer bir çalışmada oluşturulan modellerin açıklayıcılık oranlarının düşük olduğu görölmektedir (64). Oluşturulan modellerde internet bağımlılığı ile ilgili risk faktörlerinin %10'u, akıllı telefon bağımlılığı ile ilgili risk faktörlerinin %11'i, sosyal medya bağımlılığı ile ilgili risk faktörlerinin %14'ü, dijital oyun bağımlılığı ile ilgili risk faktörlerinin ise %30'u açıklanabilmifitir. Bu durumun teknoloji ile ilişkili bağımlılıkların mekanizmalarının oldukça karmaşık ve multifaktöryel olmasından kaynaklandığı düşünölmektedir.



6. SONUÇ

Bu çalışmada, ölçeklerden alınan ortalama puanlara göre, internet bağımlılığı literatüre göre yüksek, dijital oyun bağımlılığı literatüre göre düşük, akıllı telefon ve sosyal medya bağımlılıkları ise literatüre yakın bulunmuştur. Bağımlılıklar arasında sosyal medya bağımlılığı en fazladır.

Ölçeklerde alınan puan ortalamaları, internet ve dijital oyun bağımlılıklarında erkeklerde, akıllı telefon ve sosyal medya bağımlılıklarında kadınlarda fazladır. Anne öğrenim düzeyi lise ve üzeri olan öğrencilerde dijital oyun bağımlılığı puan ortalamaları daha fazladır. Sağlık durumunu ve akademik başarısını iyi olarak algılayanlarda ise ortalama puanlar dört bağımlılık türünde de düşüktür. Gelişen bağımlılık öğrencilerin akademik başarısını olumsuz etkilemektedir.

Düzenli olarak spor yaptığını belirten kişilerin akıllı telefon ve sosyal medya bağımlılık puan ortalamaları daha düşüktür.

Mühendislik ve Teknoloji Fakültelerinde sosyal medya bağımlılığı, Eğitim Fakültesinde dijital oyun bağımlılığı puan ortalamaları daha düşüktür. İnterneti sörf yapmak amacı ile kullananların ortalama internet, akıllı telefon ve sosyal medya bağımlılık puanları daha yüksek, ödev yapmak amacı ile kullananların ortalama akıllı telefon ve sosyal medya bağımlılık puanları daha düşüktür. Dört bağımlılık türünde de, ilgili teknolojiye günlük olarak ayrılan sürenin artması bağımlılık puanlarını arttırmaktadır.

İnternet ile erken yaşlarda tanışanlarda ortalama puanlar dört bağımlılık türünde de fazladır. Cep telefonu ve akıllı telefon ile erken yaşlarda tanışanlarda akıllı telefon bağımlılığı, erken yaşlarda bilgisayar kullananlarda ise oyun bağımlılığı puan ortalamaları fazladır. Tanı almış psikiyatrik bir hastalığı olduğunu belirten kişilerin ortalama internet bağımlılığı puanları daha fazladır.

Bağımlılıklar kendi aralarında pozitif yönlü korelasyon göstermekle birlikte en güçlü korelasyon akıllı telefon ve sosyal medya bağımlılıkları arasındadır. İnternet, akıllı telefon ve sosyal medya bağımlılığı arasında güçlü korelasyon, dijital oyun bağımlılığı ile diğer bağımlılıklar arasında ise zayıf korelasyon bulunmaktadır.

7. ÖNERİLER

- ❖ Üniversitede internet bağımlılığının literatüre göre yüksek bulunmasının nedenlerini araştırmaya yönelik çalışmalar yapılabilir.
- ❖ Öğrencilerin sosyal medya yerine yüz yüze sosyalleşmelerinin sağlanması için olanaklarının artırılması önerilebilir.
- ❖ Öğrencilerin düzenli olarak spor yapabilmeleri için olanaklar geliştirilebilir.
- ❖ Bağımlılıkları önlemeye yönelik üniversitede psikolojik danışmanlık hizmetleri geliştirilebilir.
- ❖ Öğrencilerin interneti uzun süre ve amaçsızca kullanmalarını önlemek ve öğrencilere interneti verimli kullanılmayı öğretmek amacıyla eğitim müfredatlarına farkındalık oluşturacak faaliyetler eklenebilir.
- ❖ Öğrencilerin erken yaşta bilgisayar ve telefon kullanmaya başlamaları ve dijital oyun oynamaları konusunda aile ve çocukların bilinçlendirilmeleri sağlanabilir.
- ❖ Konu ile ilgili kamu spotları oluşturularak daha geniş kitlelere ulaşılması sağlanabilir.
- ❖ Akademik başarıyı düşürmesi ve işlevsellikte bozulmaya yol açması nedeniyle bir halk sağlığı sorunu olan teknolojik bağımlılıkların prevalansını ve risk faktörlerini belirlemeye yönelik ülke çapında uzun vadeli çalışmalar yapılabilir.
- ❖ Bağımlılık oluşmadan önce bağımlılık riski taşıyan bireyler belirlenerek, önlemler alınabilir.
- ❖ Teknoloji ile ilişkili bağımlılıklara yönelik tanı ve tedavi merkezlerinin sayıca artırılması önerilebilir.

8. KAYNAKLAR

1. Tekin M; Güleş HK; Öğüt A (2006). Değişim çağında Teknoloji Yönetimi. 3. Baskı. Ankara: Nobel Yayın Dağıtım
2. Dülger MV (2004). Bilişim Suçları, Seçkin Yayıncılık, Ankara. Türk Dil Kurumu, 2017
3. Cerrah, İbrahim (2001). Bilişim Teknolojileri ve Etik. Bilişim ve İnternet Teknolojilerinin Ceza Hukuku Açısından Doğurduğu Yeni Sorunlar. 24 Mart. Bursa: Türkiye Cumhuriyeti İçişleri Bakanlığı, 15-29
4. We are social, Digital in 2018: Global Digital Report. <https://wearesocial.com/blog/2018/01/global-digital-report-2018> Erişim tarihi: 25.02.2019
5. TÜİK - Hanelerde Bilişim Teknolojileri Kullanım Araştırması (2018). http://www.tuik.gov.tr/PreTablo.do?alt_id=1028 Erişim tarihi: 25.02.2019
6. Teknoloji Bağımlılığı. Türkiye Yeşilay cemiyeti (2019) <https://yesilay.org.tr/tr/bagimlilik/teknoloji-bagimliliği> Erişim tarihi: 25.02.2019
7. Köksal EN. Ondokuz Mayıs Üniversitesi Öğrencilerinde Sigara, Alkol, Madde Kullanım Sıklığının ve Etkileyen Faktörlerin Değerlendirilmesi (Uzmanlık Tezi) Samsun: Ondokuz Mayıs Üniversitesi; 2016
8. Yaman ÖM, Tuna AS, Baykul Z. Türkiye Davranışsal Bağımlılık Çalışmaları Bibliyografyası. İstanbul: Yeşilay Yayınları 2015
9. World Health Organization. Public health implications of excessive use of the internet, computers, smartphones and similar electronic devices: meeting report, Main Meeting Hall, Foundation for Promotion of Cancer Research, National Cancer Research Centre, Tokyo, Japan, 27-29 August 2014. ISBN 978 92 4 150936 7
10. Moreno MA, Jelenchick L, Cox E, Young H, Christakis DA, Problematic Internet Use Among US Youth: A Systematic Review. Arch Pediatr Adolesc Med. 2011 September ; 165(9): 797–805. doi:10.1001/archpediatrics.2011.58
11. Doğan A; İnternet bağımlılığı yaygınlığı; Dokuz Eylül Üniversitesi Eğitim Bilimleri Enstitüsü Aile Eğitimi ve danışmanlığı; Yüksek Lisans Tezi; İzmir 2013
12. Turan RT. Başkent üniversitesi öğrencilerinde internet bağımlılığı sıklığı ve ilişkili faktörler (Tıpta Uzmanlık Tezi). Ankara: Başkent Üniversitesi; 2015

13. İşsever NK. İnternet bağımlılığının üniversite öğrencilerinde yaygınlığının incelenmesi (Yüksek Lisans Tezi). İstanbul: Üsküdar Üniversitesi; 2016
14. Arısoy Ö. İnternet bağımlılığı ve tedavisi. *Psikiyatride Güncel Yaklaşımlar* 2009;1(1):55-67
15. World Health Organization. Public health implications of excessive use of the Internet and other communication and gaming platforms. September 2018. https://www.who.int/substance_abuse/activities/addictive_behaviours/en/ Erişim tarihi: 26.02.2019
16. Fineberg NA, Demetrovics Z, Stein DJ, Ioannidis K, Potenza MN, Grünblatt E, Brand M, Billieux J, Carmi L, King DL et al. Manifesto for a European research network into Problematic Usage of the Internet, *European Neuropsychopharmacology* (2018) 28, 1232–1246 <https://doi.org/10.1016/j.euroneuro.2018.08.004>
17. Şahin M. Madde Bağımlılığı konusunda Türkiye’de yapılmış olan lisansüstü tezler üzerine bir değerlendirme. 2007. Yüksek Lisans Tezi, Ankara Üniversitesi Sağlık Bilimleri Enstitüsü
18. Acıbadem. (2018). Davranışsal bağımlılıklar; Erişim tarihi 14.02.2019 <https://www.acibadem.com.tr/bagimlilikmerkezi/davranissal-bagimliliklar/>
19. Ögel K. İnsan, Yaşam ve Bağımlılık- Tartışmalar ve Gerçekler, IQ Kültür Sanat yayıncılık, İstanbul, 2001
20. Griffiths MD, İnternet Addiction: Fact or Fiction?; *The Psychologist; Bulletin of the British Psychological Society*,12; 1999
21. Dinç M. İnternet Bağımlılığı, Yeşilay Yayınları, 3. Baskı, İstanbul, 2016
22. Davenport, T. H., & Beck, J. C. (2001). *The attention economy: Understanding the new currency of business*. Boston, MA: Harvard Business Press.
23. Ertemel, A. V. (2016). *Dijital çağda illüzyonel pazarlama*. İstanbul: Abaküs Kitap Yayın.
24. Ertemel, A. V. (2017). The importance of unconscious mind for consumer engagement in the digital age: A model proposal. In 22. Ulusal Pazarlama Kongresi (pp. 945–950). Trabzon: Karadeniz Teknik Üniversitesi.
25. Eyal, N. (2014). *Hooked: How to build habit-forming products*. New York, NY: Penguin.
26. Fogg, B. J. (2002). *Persuasive technology: Using computers to change what we think and do*. Burlington, MA: Morgan Kaufmann Publishers.

27. Beard, K. W. (2005). Internet addiction: A review of current assessment techniques and potential assessment questions. *CyberPsychology & Behavior*, 8(1), 7–14.
28. Ertemel, A. V. & Aydın, G. (2018). Dijital ekonomide teknoloji bağımlılığı ve çözüm önerileri. *Addicta: The Turkish Journal on Addictions*, 5, 665–690 <http://dx.doi.org/10.15805/addicta.2018.5.4.0038>
29. Günüç S, Kayri M. Türkiye’de internet bağımlılık profili ve internet bağımlılık Ölçeğinin geliştirilmesi: geçerlik-güvenirlik çalışması Hacettepe Üniversitesi Eğitim Fakültesi Dergisi 2010;39: 220-232
30. Widyanto, L., & Griffiths, M. (2006). ‘Internet addiction’: A critical review. International Journal of Mental Health and Addiction, 4, 31–51.
31. Özcan NK, Buzlu S. Problemlı internet kullanımını belirlemede yardımcı bir araç: “internette bilişsel durum ölçeği”nin üniversite öğrencilerinde geçerlik ve güvenilirliği. Bağımlılık Dergisi, 2005;6:19-26
32. Young K.S. Internet addiction: The Emergence of A New Clinical Disorder. CyberPsychology & Behavior. 1998;1(3):237-244
33. Arısoy Ö. İnternet Bağımlılığı, Türkiye Klinikleri Psikiyatri Özel Dergisi, 2009; 2(1):75-83
34. American Psychiatric Association. (2013). Diagnostic and statistical manual of mental disorders. (5th ed.). Washington, DC: Author <http://www.dsm5.org/ProposedRevision/Pages/proposedrevision.aspx?rid=573#> Erişim tarihi: 04.03.2019
35. Kuss, D. J., Griffiths, M. D., & Binder, J. F. (2013). Internet addiction in students: Prevalence and risk factors *Computers in Human Behavior*, 29, 959–966.
36. Uluslararası Hastalıklar Sınıflandırması (ICD)-11, December 2018 <https://icd.who.int/browse11/lm/en#/http%3a%2f%2fid.who.int%2fid%2fentity%2f1448597234> Erişim tarihi: 04.03.2019
37. Wansink, B., Painter, J. E., & North, J. (2005). Bottomless bowls: Why visual cues of portion size may influence intake. *Obesity*, 13(1), 93–100.
38. Przybylski, A. K., Murayama, K., DeHaan, C. R., & Gladwell, V. (2013). Motivational, emotional, and behavioral correlates of fear of missing out. *Computers in Human Behavior*, 29(4), 1841–1848.

39. Shields MK, Behrman RE. Children and computer technology: Analysis and recommendations. *The Future of Children*. 2000;10(2):4–30.
40. Irwansyah. (2005). “Internet Uses, Gratifications, Addiction, and Loneliness Among International Students”, Unpublished Master’s Thesis, University of Hawaii, Department of Communication.
41. Black DW, Belsare G, Schlosser S. Clinical features, psychiatric comorbidity. and health-related quality of life in persons reporting compulsive computer use behavior *J Clin Psychiatry* 1999; 60: 839-43.
42. Jackson, L. A., von Eye, A., Fitzgerald, H. E., Witt, E. A., & Zhao Y. (2011). Internet use, videogame playing and cell phone use as predictors of children’s body mass index (BMI), body weight, academic performance, and social and overall self-esteem. *Computers in Human Behavior*, 27(1), 599–604.
43. Kubey RW, Lavin MJ, Barrows JR. Internet use and collegiate academic performance decrements: early findings. *Journal of Communication*. 2001; 366–382.
44. Leroy, S. (2009). Why is it so hard to do my work? The challenge of attention residue when switching between work tasks. *Organizational Behavior and Human Decision Processes*, 109(2), 168–181.
45. World Health Organization. Gaming behaviour. September 2018.
https://www.who.int/substance_abuse/activities/gaming_disorders/en/ Erişim tarihi: 04.03.2019
46. Davis RA. Cognitive-behavioral model of pathological internet use. *Computers in Human Behavior* 17 (2001) 187±195
47. Erden S, Hatun O; İnternet Bağımlılığı ile Başa Çıkmada Bilişsel Davranışçı Yaklaşımın Kullanılması: Bir Olgu Sunumu. *Addicta: The Turkish Journal on Addictions*, Bahar 2015, 2(1); 53-83 DOI 10.15805/addicta.2015.2.1.015
48. Young KS. Internet Addiction: symptoms, evaluation and Treatment. 1999;
49. Reyhanlıoğlu EN. Türkiye'deki üniversite öğrencilerinin internete bağımlılık düzeyleri ile sıkıntıya dayanma, başa çıkma stratejileri, kişilik özellikleri ve bazı demografik değişkenler arasındaki ilişki (Yüksek Lisans Tezi). İstanbul: Üsküdar Üniversitesi; 2015.
50. Türk Dil Kurumu. <http://tdk.gov.tr/> Erişim tarihi: 18.06.2019.
51. Yalçın, C., (2003). “Sosyolojik Bir Bakış Açısıyla İnternet”, Cumhuriyet Üniversitesi Sosyal Bilimler Dergisi, 27 (1), ss. 77-89

52. Çakır, H., Topçu, H. (2005). Bir İletişim Dili Olarak İnternet, Erciyes Üniversitesi Sosyal Bilimler Dergisi, 19(2), 71-76.
53. Balta, Ç.Ö. Horzum, M.B. (2008). The factors That Affect İnternet Addiction of Students in a Web Basal Learning Environment, Ankara Üniversitesi Eğitim Bilimleri Fakültesi Dergisi, 41(1):187-205.
54. Young, K., & Abreu, C. (2011). Internet addiction. A handbook and guide to evaluation and treatment. Hoboken, NJ: John Wiley & Sons.
55. Mitchell, P. (2000). Internet addiction: Genuine diagnosis or not? The Lancet, 355(9204), 632. [https://doi.org/10.1016/S0140-6736\(05\)72500-9](https://doi.org/10.1016/S0140-6736(05)72500-9)
56. Yoo HJ, Cho SC, Ha J, Yune SK, Kim SJ, Hwang J, Chung A, Sung YH, Lyoo IK. Attention deficit hyperactivity symptoms and Internet addiction. Psychiatry and Clinical Neurosciences (2004), 58, 487–494
57. Adiele I, Olatokun W. Prevalence and determinants of Internet addiction among adolescents. Computers in Human Behavior 31 (2014) 100–110 <http://dx.doi.org/10.1016/j.chb.2013.10.028>
58. Haroon MZ, Zeb Z, Javed Z, Awan Z, Aftab Z, Talat W. Internet addiction in medical students. J Ayub Med Coll Abbottabad 2018;30(4 Suppl 1):659–63.
59. Alaçam H. Denizli bölgesi üniversite öğrencilerinde internet bağımlılığının görülme sıklığı ve yetişkin dikkat eksikliği hiperaktivite bozukluğu ile ilişkisi (Tıpta Uzmanlık Tezi). Denizli: Pamukkale Üniversitesi; 2012.
60. Gunay O, Ozturk A, Ergun-Arslantas E, Sevinc N. Internet addiction and depression levels in Erciyes University students. Dusunen Adam The Journal of Psychiatry and Neurological Sciences 2018;31:79-88. <https://doi.org/10.5350/DAJPN2018310108>
61. Canan F. Üniversite öğrencilerinde internet bağımlılığı, disosiyatif belirtiler ve sosyodemografik özellikler arasındaki ilişki (Tıpta Uzmanlık Tezi). Düzce: Düzce Üniversitesi; 2010
62. Aslan E; Yazıcı A. Üniversite Öğrencilerinde İnternet Bağımlılığı ve İlişkili Sosyodemografik Faktörler Klinik Psikiyatri 2016;19:109-117 DOI: 10.5505/kpd.2016.03511
63. Chin F, Leung CH (2018) The concurrent validity of the Internet Addiction Test (IAT) and the Mobile Phone Dependence Questionnaire (MPDQ). PLoS ONE 13(6): e0197562. <https://doi.org/10.1371/journal.pone.0197562>

64. Bekar T, Üniversite öğrencilerinde teknoloji ile ilgili bağımlılıklar ve ilişkili faktörler; (Tıpta Uzmanlık Tezi) Denizli: Pamukkale Üniversitesi; 2018
65. Özdemir G. Ondokuz mayıs üniversitesi tıp fakültesi öğrencilerinde internet bağımlılığı ve depresyon arasındaki ilişkinin değerlendirilmesi. Ankara Üniversitesi Tıp Fakültesi Aile Hekimliği Anabilim Dalı (Tıpta Uzmanlık Tezi). Ankara: 2016
66. Noyan CO, Enez Darçın A, Nurmedov S, Yılmaz O, Dilbaz N. Akıllı Telefon Bağımlılığı Ölçeğinin Kısa Formunun üniversite öğrencilerinde Türkçe geçerlilik ve güvenilirlik çalışması. *Anatolian Journal of Psychiatry/Anadolu Psikiyatri Dergisi* 2015;16:73-81
67. Aydemir Ö. Gazi Üniversitesi öğrencilerinde cep telefonu problemleri kullanımı ile akıllı telefon ve internet bağımlılığının değerlendirilmesi (Tıpta Uzmanlık Tezi). Ankara: Gazi Üniversitesi; 2016
68. Bragazzi, Nicola Luigi – Giovanni, Del Puente (2014), “A Proposal for Including Nomophobia in The New DSM-V”, *Psychology Research and Behavior Management*, Sayı.7, (155-160)).
69. Lin YH, Chang LR, Lee YH, Tseng HW, Kuo TB, Chen SH. Development and validation of the Smartphone Addiction Inventory (SPAI). *PloS One* 2014;9(6):e98312
70. Seo MJ, Choi TY, Woo J, Kim J, Lee J. A comparative study of smartphone and Internet addiction on adolescent psychopathology. *J Korean Soc Biol Ther Psychiatry* 2013; 19: 154-62
71. Smetaniuk P. A preliminary investigation into the prevalence and prediction of problematic cell phone use. *J Behav Addict* 2014; 3: 41-53.
72. Kwon M, Kim DJ, Cho H, Yang S. The smartphone addiction scale: development and validation of a short version for adolescents. *PloS One* 2013;8(12):e83558
73. Tateno M, Kim DJ, Teo AR, Skokauskas N, Guerrero APS, Kato TA. Smartphone Addiction in Japanese College Students: Usefulness of the Japanese Version of the Smartphone Addiction Scale as a Screening Tool for a New Form of Internet Addiction. *Psychiatry Investig* 2019;16(2):115-120 Korean Neuropsychiatric Association <https://doi.org/10.30773/pi.2018.12.25.2>
74. Luk TT, Wang MP, Chen S, Wan A, Pui HC, Oliffe J, Anath KV, Chan SS, Lam TH. Short version of the Smartphone Addiction Scale in Chinese adults: Psychometric properties, sociodemographic, and health behavioral correlates.

- Journal of Behavioral Addictions 7(4), pp. 1157–1165 (2018) DOI: 10.1556/2006.7.2018.105
75. Gümüş A. Tıp Fakültesi öğrencilerinde akıllı telefon bağımlılığı ve depresyon durumlarının değerlendirilmesi (Tıpta Uzmanlık Tezi). Yüzüncü Yıl Üniversitesi Tıp Fakültesi Halk Sağlığı Anabilim Dalı Van-2018
76. Süler M. Akıllı telefon bağımlılığının öznel mutluluk düzeyine etkisinin çeşitli değişkenler açısından incelenmesi (Yüksek Lisans Tezi). Sakarya: Sakarya Üniversitesi; 2016
77. Minaz A, Çetinkaya Bozkurt Ö. Üniversite öğrencilerinin akıllı telefon bağımlılık düzeylerinin ve kullanım amaçlarının farklı değişkenler açısından incelenmesi. Mehmet akif Ersoy üniversitesi Sosyal Bilimler Enstitüsü Dergisi Cilt:9 sayı:21 2017 Ekim. DOI: 10.20875/makusobed.306903
78. Dikeç G, Kebapçı A; Smartphone Addiction Level among a Group of University Students Bağımlılık Dergisi – Journal of Dependence | 2018; 19(1):1-9
79. Sanal Y, Ozer Ö. Smartphone addiction and the use of social media among university students. Mediterranean Journal of Humanities 2017;7(2):367-77.
80. Savci M, Aysan F. Technological addictions and social connectedness: predictor effect of internet addiction, social media addiction, digital game addiction and smartphone addiction on social connectedness. Dusunen Adam The Journal of Psychiatry and Neurological Sciences 2017;30:202-216. <https://doi.org/10.5350/DAJPN2017300304>
81. Gülsoy, T. (2009). Etkileşimli Medya ve Pazarlama Terimler Sözlüğü
82. Alpage H. Bitcoin'den Selfcoin'e kripto para. Uluslararası bilimsel araştırmalar dergisi, 2018; 3(2):411-428 Doi Number :<http://dx.doi.org/10.21733/ibad.419462>
83. Allen, K. A., Ryan, T., Gray, D. L., McInerney, D. M., & Waters, L. (2014). Social media use and social connectedness in adolescents: The positives and the potential pitfalls. The Australian Educational and Developmental Psychologist, 31, 18–31
84. Şahin, C. ve Yağcı, M. (2017). Sosyal medya bağımlılığı ölçeği-yetişkin formu: Geçerlilik ve güvenirlik çalışması. Ahi Evran Üniversitesi Kırşehir Eğitim Fakültesi Dergisi (KEFAD), 18(1), 523-53
85. Andreassen, C.S., & Pallesen, S. (2014). Social network site addiction – An overview. Current Pharmaceutical Design, 20, 4053–61
86. Kuss DJ, Griffiths MD. Online social networking and addiction: a review of the psychological literature. Int J Environ Res Public Health 2011; 8:3528-3552

87. Griffiths MD. Social networking addiction: emerging themes and issues. *J Addict Res Ther* 2013; 4:e118
88. van den Eijnden RJJM, Lemmens JS, Valkenburg PM. The Social Media Disorder Scale. *Comput Human Behav* 2016; 61:478-487
89. Manwong M, Lohsoonthorn V, Booranasuksakul T, Chaikoolvatana A. Effects of a group activity-based motivational enhancement therapy program on social media addictive behaviors among junior high school students in Thailand: a cluster randomized trial. *Psychology Research and Behavior Management* 2018;11 329–339
90. Kirriemuir, J. (2002). Video gaming, education and digital learning technologies. *D-Lib Magazine*, 8(2)
91. Durdu, P, Tüfekçi A. ve Çağıltay K. (2005). Üniversite öğrencilerinin bilgisayar oyunu oynama alışkanlıkları ve oyun tercihleri: ODTÜ ve Gazi Üniversitesi öğrencileri arasında karşılaştırmalı bir çalışma. *Eurasian Journal of Educational Research*, 19, 66-76
92. Soper WB, Miller MJ. Junk-time junkies: An emerging addiction among students. *The School Counselor* 1983;31(1):40-43
93. Griffiths, M. (2000). Does Internet and computer” addiction” exist? Some case study evidence. *CyberPsychology and Behavior*, 3(2), 211–218
94. Gentile, D. A., Bailey, K., Bavelier, D., Brockmyer, J. F., Cash, H., Coyne, S. M. ... Markle, T. (2017). Internet gaming disorder in children and adolescents. *Pediatrics*, 140(Supplement 2), 81–85
95. Wu, A. M., Chen, J. H., Tong, K. K., Yu, S., & Lau, J. T. (2018). Prevalence and associated factors of Internet gaming disorder among community dwelling adults in Macao, China. *Journal of Behavioral Addictions*, 7(1), 62–69
96. World Health Organization. Gaming disorder. September 2018 <https://www.who.int/features/qa/gaming-disorder/en/> Erişim tarihi: 12.03.2019
97. Lopez-Fernandez O. Generalised Versus Specific Internet Use-Related Addiction Problems: A Mixed Methods Study on Internet, Gaming, and Social Networking Behaviours. *International Journal of Environmental Research Public Health* 2018, 15, 2913; doi:10.3390/ijerph15122913
98. Lin CY, Imani V, Broström A, Årestedt K, Pakpour AH and Griffiths MD (2019) Evaluating the Psychometric Properties of the 7-Item Persian Game Addiction

- Scale for Iranian Adolescents. *Front. Psychol.* 10:149. doi: 10.3389/fpsyg.2019.00149
99. Stavropoulos V, Adams BLM, Beard CL, Dumble E, Trawley S, Gomez R, Pontes H. Associations between attention deficit hyperactivity and internet gaming disorder symptoms: Is there consistency across types of symptoms, gender and countries? *Addictive Behaviors Reports* 9 (2019) 100158
100. Eni B; Lise öğrencilerinin dijital oyun bağımlılığı ve algıladıkları ebeveyn tutumlarının değerlendirilmesi; Yüksek Lisans Tezi; Haliç Üniversitesi Sosyal Bilimler Enstitüsü Klinik Psikoloji Bilim Dalı İstanbul 2017
101. Odabaşı Ş, Üniversite öğrencilerinin online oyun bağımlılığı düzeylerinin öznel mutluluk düzeyleriyle ilişkisi; Yüksek Lisans Tezi; Sakarya Üniversitesi Eğitim Bilimleri Enstitüsü Psikolojik Danışma ve Rehberlik Bilim Dalı Sakarya 2016
102. Pawlikowski M, Altstötter-Gleich C, Brand M. Validation and psychometric properties of a short version of Young's Internet Addiction Test. *Computers in Human Behavior* 2013;29(3):1212-23
103. Kutlu M, Savci M, Demir Y, Aysan F. Young İnternet Bağımlılığı Testi Kısa Formunun Türkçe uyarlaması: Üniversite öğrencileri ve ergenlerde geçerlilik ve güvenilirlik çalışması. *Anadolu Psikiyatri Derg*, 2016;17(Supplement 1);69-76
104. Lemmens JS, Valkenburg PM, Peter J. Development and validation of a game addiction scale for adolescents. *Media Psychology* 2009; 12(Suppl.1):77-95
105. Irmak A, Erdoğan S. Dijital Oyun Bağımlılığı Ölçeği Türkçe formunun geçerliliği ve güvenilirliği. *Anadolu Psikiyatri Derg* 2015; 16(Özel sayı.1):10-18
106. Özdemir, A. (2013). *Yönetim Biliminde İleri Araştırma Yöntemleri ve Uygulamalar*, 3. Baskı, İstanbul: Beta Yayınevi
107. Tabachnick and Fidell, 2013 B.G. Tabachnick, L.S. Fidell *Using Multivariate Statistics* (sixth ed.)Pearson, Boston (2013)
108. Kuyucu M. Y kuşağı ve facebook: Y kuşağının facebook kullanım alışkanlıkları üzerine bir inceleme. *Elektronik Sosyal Bilimler Dergisi* 2014 13(4950); 55-83
109. Işık, I., & Ergün, N. (2018). Determining the relation between Turkish middle-school students' Internet addiction and perceived social support from family. *Addicta: The Turkish Journal on Addictions*, 5, 527-542. <http://dx.doi.org/10.15805/addicta.2018.5.3.0003>

110. Trumello C, Babore A, Carla C, Morelli M, Bianchi D. Relationship with Parents, Emotion Regulation, and Callous-Unemotional Traits in Adolescents' Internet Addiction. *BioMed Research International* Volume 2018, Article ID 7914261, 10 pages <https://doi.org/10.1155/2018/7914261>
111. Avcı DK, Şahin HA. Relationship Between Burnout Syndrome and Internet Addiction, and the Risk Factors in Healthcare Employees in a University Hospital. *Konuralp Tıp Dergisi* 2017;9(2):1-8
112. Üçkardeş EA. Mersin Üniversitesi Öğrencileri Arasında İnternet Bağımlılığının Değerlendirilmesi (Tıpta Uzmanlık Tezi). Mersin: Mersin Üniversitesi; 2010.
113. Ryu H, Lee JY, Choi AR, Chung SJ, Park M, Bhang SY, Kwon JG, Kweon YS, Choi JS; Application of Diagnostic Interview for Internet Addiction (DIA) in Clinical Practice for Korean Adolescents; *J. Clin. Med.* 2019, 8, 202; doi:10.3390/jcm8020202
114. Civelek E, Emir G, Kılıç K, Özer Y, Yıldız T, Albayrak S. Bir Lisedeki 9. ve 10. Sınıf Öğrencilerinin İnternet Bağımlılığı Düzeyi ve İlişkili Faktörler. *Sağlık ve Toplum* Yıl:26, Sayı: 3 Eylül-Aralık 2016
115. Ünal MH. Ankara yıldırım beyazıt üniversitesi tıp fakültesi öğrencilerinin akıllı telefon bağımlılık düzeylerinin belirlenmesi. Ankara: Yıldırım Beyazıt Üniversitesi; 2015.
116. Lee H, Kim JW, Choi TY. Risk Factors for Smartphone Addiction in Korean Adolescents: Smartphone Use Patterns. *J Korean Med Sci* 2017; 32: 1674-1679 <https://doi.org/10.3346/jkms.2017.32.10.1674>
117. Oviedo-Trespalacios O, Nandavar S, Newton JDA, Demant D and Phillips JG (2019) Problematic Use of Mobile Phones in Australia...Is It Getting Worse? *Front. Psychiatry* 10:105. doi: 10.3389/fpsy.2019.00105
118. Koçer M. Erciyes Üniversitesi Öğrencilerinin İnternet ve Sosyal Medya Kullanım Alışkanlıkları Akdeniz Üniversitesi İletişim Dergisi Aralık 2012 Sayı 18 (70-85) ISSN 1304 3846
119. Günay M. Sağlıkla ilgili Fakültelerde Eğitim görenlerin Sosyal Medya Bağımlılık Düzeyi. Trakya Üniversitesi. Aile Hekimliği Anabilim Dalı (Tıpta Uzmanlık Tezi) EDİRNE-2017
120. Sampasa-Kanyinga H, Chaput JP, Hamilton HA. Social Media Use, School Connectedness, and Academic Performance Among Adolescents. *The Journal of*

Primary Prevention (2019) 40:189–211 <https://doi.org/10.1007/s10935-019-00543-6>

121. Ryu H, Lee JY, Choi A, Park S, Kim DJ, Choi JS; The Relationship between Impulsivity and Internet Gaming Disorder in Young Adults: Mediating Effects of Interpersonal Relationships and Depression
122. Pontes HM; Schivinski B; Sindermann C; Li M; Becker B; Zhou M; Montag C. Measurement and conceptualization of Gaming Disorder according to the World Health Organization framework: The development of the Gaming Disorder Test
123. Bülbül, H., Tunç, T. & Aydil, F. (2018). “Üniversite Öğrencilerinde Oyun Bağımlılığı: Kişisel Özellikler ve Başarı İle İlişkisi”, Ömer Halisdemir Üniversitesi İktisadi ve İdari Bilimler Fakültesi Dergisi, 11(3), 97-111
124. Park, M. H., Park, E. J., Choi, J., Chai, S., Lee, J. H., Lee, C. and Kim, D. J. (2011). Preliminary Study of Internet Addiction and Cognitive Function in Adolescents Based on Iq Tests. *Psychiatry Research*, 190, 275–281
125. Aksoy V. İnternet Bağımlılığı ve sosyal ağ kullanım düzeylerinin fen lisesi öğrencilerinin demografik özelliklerine göre değişimi ve akademik başarılarına etkisi. *Akademik Sosyal Araştırmalar Dergisi*, Yıl: 3, Sayı: 19, Aralık2015, s. 365-383
126. Gökçearslan Ş, Günbatar MS. Ortaöğrenim öğrencilerinde internet bağımlılığı. *Eğitim Teknolojisi Kuram ve Uygulama Cilt:2 Sayı:2 Yıl:2012*
127. Ertekin YH, Ertekin H, Uludağ A, Tekin M. İlköğretim sekizinci sınıf öğrencilerinde internet bağımlılığı: Çanakkale örnekleme. *Türk Aile Hek Derg* 2016; 20 (2): 72-76
128. Sultani N, Chandola R, Yousufy MA. Association between personality traits and internet addiction among college students Paripex – Indian Journal of Resarch Volume-8 | Issue-3 | March-2019 | PRINT ISSN No - 2250-1991
129. Akın G. Erzincan Üniversitesi öğrencilerinde akıllı telefon bağımlılık düzeyinin belirlenmesi ve ilişkili faktörlerin değerlendirilmesi, Erzincan Binali Yıldırım Üniversitesi Tıp Fakültesi Halk Sağlığı Anabilim Dalı (Tıpta Uzmanlık Tezi) Erzincan-2018
130. Samaha M, Hawi NS. Relationships among smartphone addiction, stress, academic performance, and satisfaction with life. *Computers in Human Behavior* 2016;57:321-325.

131. Doğruluk S. Öğretmen adaylarının sosyal medya kullanım alışkanlıkları ile internet bağımlılıkları arasındaki ilişki (Yüksek Lisans Tezi). Kahramanmaraş: Kahramanmaraş Sütçü İmam Üniversitesi; 2017.
132. HealthyPlace - Men, Women, and the Internet: Gender Differences. <https://www.healthyplace.com/addictions/center-for-internet-addiction-recovery/gender-and-internet-addiction/> Erişim tarihi: 10.02.2019
133. Reuter M, Montag C, eds. Internet addiction: Neuroscientific approaches and therapeutical implications including smartphone addiction. Springer 2017.
134. Yeh YC, Ko HC, Wu JY, Cheng CP. Gender differences in relationships of actual and virtual social support to Internet addiction mediated through depressive symptoms among college students in Taiwan. *Cyberpsychology & Behavior* 2008;11(4):485-7.
135. Pasquale CD, Dinaro C, Sciacca F. Relationship of Internet gaming disorder with dissociative experience in Italian university students *Ann Gen Psychiatry* (2018) 17:28 <https://doi.org/10.1186/s12991-018-0198-y>
136. Çakır Ö, Ayas T, Horzum MB. Üniversite Öğrencilerinin İnternet ve Oyun Bağımlılıklarının Çeşitli Değişkenlere Göre İncelenmesi. *Ankara Üniversitesi Eğitim Bilimleri Fakültesi Dergisi*, yıl: 2011, cilt: 44, sayı: 2, 95-117
137. Arıcak, O. T., Dinç, M., Yay, M. ve Griffiths M. D. (2018). İnternet Oyun Oynama Bozukluğu Ölçeği Kısa Formu'nun (İOOBÖ9-KF) Türkçeye uyarlanması: Geçerlik ve güvenilirlik çalışması. *Addicta: The Turkish Journal on Addictions*, 5,615–636. <http://dx.doi.org/10.15805/addicta.2018.5.4.0027>
138. Karadere ME, Yazla E, Ölçüm Hİ; Üniversite Öğrencilerinde internet bağımlılığı ve sosyal ağ kullanım düzeyinin sosyodemografik verilerle ilişkisi; 3. Uluslararası Teknoloji Bağımlılığı Kongresi 03-04 Mayıs 2016, İstanbul (368)
139. Yılmaz D, Çınar HG, Özyazıcıoğlu N. Hemşirelik Öğrencilerinde Akıllı Telefon ve İnternet Bağımlılığı ile Üst Ekstremitte Fonksiyonel Aktivite Düzeyleri Arasındaki İlişkinin İncelenmesi. *SDÜ Sağlık Bilimleri Dergisi* 2017;8(3):34-9.
140. Han DH, Kim SM, Lee YS, Renshaw PF. The effect of family therapy on the changes in the severity of on-line game play and brain activity in adolescents with on-line game addiction. *Psychiatry Research: Neuroimaging* 2012;202(2):126-31.
141. Torres-Rodriguezi A, Griffiths MD, Carbonelli X, Obersti U. Treatment efficacy of a specialized psychotherapy program for Internet. *Journal of Behavioral Addictions* 7(4), pp. 939–952 (2018) DOI: 10.1556/2006.7.2018.111

142. Balcı Ş, Gülnar B. Üniversite öğrencileri arasında internet bağımlılığı ve internet bağımlıların profili, Selçuk İletişim, 6, 1, 2009
143. Kayri M, Günüş S; Yüksek ve düşük sosyo-ekonomik koşullara sahip öğrencilerin internet bağımlılığı açısından karşılaştırmalı olarak incelenmesi; 3. Uluslararası Teknoloji Bağımlılığı Kongresi 03-04 Mayıs 2016, İstanbul (335-348)
144. Dursun S. Ankara üniversitesi tıp fakültesi 1.ve 6. Sınıf öğrencileri arasında akıllı telefon bağımlılığının araştırılması (Tıpta Uzmanlık Tezi). Ankara: Ankara Üniversitesi; 2017
145. Alaçam H, Çulha Ateşci F, Şengül C, Tümkaya S. Üniversite öğrencilerinde internet bağımlılığının sigara ve alkol kullanımı ile ilişkisi Anadolu Psikiyatri Derg 2015; 16(6):383-388
146. Boumosleh J, Jaalouk D. Smartphone Addiction among University Students and Its Relationship with Academic Performance Global Journal of Health Science; Vol. 10, No. 1; 2018
147. Chacón RC, Zurita FO, Castro MS, Espejo TG, Martínez AM, Ruiz-Rico GR. The association of Self-concept with Substance Abuse and Problematic Use of Video Games in University Students: A Structural Equation Model. Adicciones 2017;872
148. World Health Organization. Physical Activity and Adults. https://www.who.int/dietphysicalactivity/factsheet_adults/en/ Erişim tarihi: 12.06.2019
149. Demir Y, Kutlu M. İnternet Bağımlılığı, Akademik Erteleme ve Akademik Başarı arasındaki ilişkiler. International Journal of Social Science Doi number:<http://dx.doi.org/10.9761/JASSS7296> Number: 61 , p. 91-105, Autumn III 2017
150. Custer, N. R. (2016). Test anxiety and academic procrastination among pre-licensure nur-sing students. (Doctoral dissertation, Indiana University of Pennsylvania).
151. Yücelten E. Üniversite öğrencilerinde internet bağımlılığı ve akıllı telefon bağımlılığının bağlanma stilleri ile ilişkisinin incelenmesi (Yüksek Lisans Tezi). İstanbul: Üsküdar Üniversitesi; 2016.
152. Altundağ Y, Bulut S. Aday sınıf öğretmenlerinde problemlı akıllı telefon kullanımının incelenmesi. Abant İzzet Baysal Üniversitesi Eğitim Fakültesi Dergisi 17(4):1670-82.

153. Leung H, Pakpour AH, Strong C, Lin YC, Tsai MC, Griffiths MD, Lin CY, Chen IH. Measurement invariance across young adults from Hong Kong and Taiwan among three internet-related addiction scales: Bergen Social Media Addiction Scale (BSMAS), Smartphone Application-Based Addiction Scale (SABAS), and Internet Gaming Disorder Scale-Short Form (IGDS-SF9). *Addictive Behaviors*, <https://doi.org/10.1016/j.addbeh.2019.04.027>
154. Şendurur, E., & Şendurur, P. (2018). Underlying factors of problematic online gaming behavior: Age, intensity, and genre. *Addicta: The Turkish Journal on Addictions*, 5, 747–764. <http://dx.doi.org/10.15805/addicta.2018.5.4.0023>



9. EKLER

9.1. Anket Formu (Ek-1)

Düzce Üniversitesi Öğrencilerinde teknoloji ile ilgili bağımlılıklar ve ilişkili faktörler

Değerli Öğrencimiz; Bu çalışmada Üniversitemizde teknoloji ile ilgili bağımlılıkları ve ilişkili faktörleri incelemeyi amaçlamaktayız. Vereceğiniz bilgiler bilimsel amaçla kullanılacaktır. Anketlere lütfen isim yazmayınız. Katılımınız için teşekkür ederiz.

1. Yaşınız: _____ Fakülte ve sınıfınız: _____
2. Cinsiyetiniz: Kadın Erkek
3. Yaşadığınız Yeri seçiniz: Evde yalnız Evde arkadaşlarla
 Ailemle Akrabalarım
 Yurtta Pansiyon/Apart
4. Yaşadığınız Yerde size ait odanız var mı? Evet Hayır
televizyonunuz var mı? Evet Hayır
internet bağlantınız var mı? Evet Hayır
5. Sahip olduğunuz teknolojik aletleri işaretleyiniz (birden çok seçenek işaretleyebilirsiniz):
 Masaüstü bilgisayar Dizüstü bilgisayar Tablet bilgisayar
 Akıllı telefon Oyun konsolu
6. Ailenizin gelir durumunu işaretleyiniz:
 Geliri giderinden az Geliri giderine eşit Geliri giderinden fazla
7. Annenizin öğrenim durumu: Okuryazar değil Ortaokul mezunu
 Okuryazar Lise mezunu
 ilkokul mezunu Üniversite mezunu
8. Babanızın öğrenim durumu: Okuryazar değil Ortaokul mezunu
 Okuryazar Lise mezunu
 ilkokul mezunu Üniversite mezunu
9. Anne ve baba birlikteliği Anne ve baba birlikte Anne ve baba ayrı
 Sadece anne hayatta Sadece baba hayatta
10. Günde en az bir adet sigara içiyor musunuz? Evet Hayır
11. Haftada en az bir gün alkollü içecek kullanıyor musunuz? Evet Hayır
12. Düzenli olarak haftada en az 5 gün 30 dakika (haftalık 150 dakika) spor yapıyor musunuz? Evet Hayır
13. Sağlık durumunuzu genel olarak nasıl değerlendirirsiniz? İyi Orta Kötü
14. Kendi akademik başarınızı nasıl değerlendirirsiniz? İyi Orta Kötü
15. Akıllı telefonunuzla günlük ortalama kaç saat internete bağlıyorsunuz? _____
Bilgisayarınızla günlük ortalama kaç saat internete bağlıyorsunuz? _____
Günlük ortalama kaç saat sosyal medyada zaman geçiriyorsunuz? _____
Günlük ortalama kaç saat dijital oyun oynuyorsunuz? _____
Günlük ortalama kaç saat televizyon seyrediyorsunuz? _____

16. İnterneti daha çok hangi amaçla kullanıyorsunuz? (**yalnızca bir seçenek işaretleyiniz**)

- Olayları takip etme Online alışveriş
 E-mail, Anında mesajlaşma Ödevler için
 Online oyun oynamak Hobi (Müzik, film...vb.)
 Web'de sörf yapmak Diğer (_____)

17. Aşağıdakileri ilk olarak kaç yaşında yaptığınızı yazınız.

- İlk kez internet kullandığınızda _____
 Cep telefonu kullanmaya başladığınızda _____
 Akıllı telefon kullanmaya başladığınızda _____
 Bilgisayar kullanmaya başladığınızda _____
 İlk defa dijital oyun oynadığınızda _____

18. **Doktor tarafından tanı konulmuş** fiziksel bir hastalığınız var mı? Evet ise nedir? Evet (_____) Hayır
Psikiyatrik bir hastalığınız var mı? Evet ise nedir? Evet (_____) Hayır

YOUNG İNTERNET BAĞIMLILIĞI TESTİ - KISA FORMU (YİBT-KF)

AÇIKLAMA: Lütfen aşağıdaki sorularda belirtilen durumları hangi sıklıkta yaşadığınızı belirtiniz. Lütfen her soru için sadece bir seçeneği işaretleyiniz ve hiçbir soruyu boş bırakmayınız.
1-Hiçbir zaman, 2-Nadiren, 3-Bazen, 4-Sıklıkla, 5-Her zaman

| | | | | | | |
|----|--|---|---|---|---|---|
| 1 | Hangi sıklıkta planladığınızdan daha fazla internette kalırsınız? | 1 | 2 | 3 | 4 | 5 |
| 2 | Hangi sıklıkta ailenizle ilgili işleri ihmal ederek internette daha fazla zaman harcarsınız? | 1 | 2 | 3 | 4 | 5 |
| 3 | Okul veya ders ile ilgili çalışmalarınız hangi sıklıkta internette harcadığınız süre yüzünden zarar görmektedir? | 1 | 2 | 3 | 4 | 5 |
| 4 | Birileri internette ne yaptığınızı sorduğunda hangi sıklıkta sır gibi saklar veya savunmaya geçersiniz? | 1 | 2 | 3 | 4 | 5 |
| 5 | Birileri siz internette iken canınızı sıkarsa hangi sıklıkta onları tersler, onlara bağırır ve öfkeli davranırsınız? | 1 | 2 | 3 | 4 | 5 |
| 6 | Hangi sıklıkta gece internette harcadığınız süre yüzünden uykusuz kalırsınız? | 1 | 2 | 3 | 4 | 5 |
| 7 | İnternete bağlı değilken hangi sıklıkta internetle avunur veya internete bağlı olduğunuz hayalini kurarsınız? | 1 | 2 | 3 | 4 | 5 |
| 8 | İnternette iken hangi sıklıkta kendinizi 'birkaç dakika daha' derken bulursunuz? | 1 | 2 | 3 | 4 | 5 |
| 9 | Hangi sıklıkta internette harcadığınız zamanı azaltmak için uğraşsınız ve başarısız olursunuz? | 1 | 2 | 3 | 4 | 5 |
| 10 | Ne kadar süre internette olduğunuzu hangi sıklıkta saklamaya çalışırsınız? | 1 | 2 | 3 | 4 | 5 |
| 11 | Hangi sıklıkta başkalarıyla dışarı çıkmak yerine internette daha fazla zaman harcamayı tercih edersiniz? | 1 | 2 | 3 | 4 | 5 |
| 12 | İnternete bağlanmadığınızda hangi sıklıkta kendinizi bunalımda, karamsar ve sinirli hissedip, internete bağlandığınızda bu şikayetlerinizin hemen geçtiğini görürsünüz | 1 | 2 | 3 | 4 | 5 |

Akıllı Telefon Bağımlılığı Ölçeği-Kısa Form

Yönerge: Aşağıda akıllı telefon kullanımı ile ilgili çeşitli duygu ve düşünceleri içeren anlatımlar verilmiştir. Lütfen her anlatımın size ne kadar uyduğunu değerlendirerek en uygun seçeneği yuvarlak içine alınız.

1-Kesinlikle katılmıyorum, 2-Katılmıyorum, 3-Kısmen katılmıyorum, 4-Kısmen katılıyorum, 5-Katılıyorum, 6-Kesinlikle katılıyorum

| | | | | | | | |
|---|---|---|---|---|---|---|---|
| 1 | Akıllı telefon kullanmaktan dolayı planladığım işleri aksatırım | 1 | 2 | 3 | 4 | 5 | 6 |
| 2 | Akıllı telefonu kullanmaktan dolayı derslerime odaklanmakta, ödevlerimi yapmakta ve işlerimi tamamlamakta güçlük çekerim. | 1 | 2 | 3 | 4 | 5 | 6 |
| 3 | Akıllı telefon kullanmaktan dolayı el bileğimde veya ensemdede ağrı hissedirim. | 1 | 2 | 3 | 4 | 5 | 6 |
| 4 | Akıllı telefonumun yanımda olmamasına tahammül edemem. | 1 | 2 | 3 | 4 | 5 | 6 |
| 5 | Akıllı telefonum yanımda olmadığımda sabırsız ve sinirli olurum. | 1 | 2 | 3 | 4 | 5 | 6 |
| 6 | Kullanmasam da, akıllı telefonum aklımdadır. | 1 | 2 | 3 | 4 | 5 | 6 |
| 7 | Günlük yaşamımı aksatmasına rağmen akıllı telefonumu kullanmaktan vazgeçemem. | 1 | 2 | 3 | 4 | 5 | 6 |

| | | | | | | | |
|----|---|---|---|---|---|---|---|
| 8 | 8 İnsanların twitter veya facebook üzerindeki konuşmalarını kaçırmamak için sürekli akıllı telefonumu kontrol ederim. | 1 | 2 | 3 | 4 | 5 | 6 |
| 9 | Akıllı telefonumu hedeflediğimden daha uzun süre kullanırım. | 1 | 2 | 3 | 4 | 5 | 6 |
| 10 | Çevremdeki insanlar akıllı telefonumu çok fazla kullandığını söylerler. | 1 | 2 | 3 | 4 | 5 | 6 |

Değerlendirme: Ölçek maddeleri 1'den 6'ya doğru puanlandırılmıştır. Ölçek puanları 10-60 arasında değişmektedir. Testten elde edilen puan arttıkça bağımlılık için riskin arttığı değerlendirilmektedir. Ölçek bir faktörlü olup alt ölçekleri yoktur. Kore örnekleminde erkekler için kesme puanı 31, kadınlar için 33 olarak belirtilmiştir.

Sosyal Medya Bağımlılığı Ölçeği-Yetişkin Formu

| | | | | | | | |
|--|---|---|---|---|---|---|--|
| AÇIKLAMA: Aşağıda internette sosyal medya kullanımı ile ilgili çeşitli durumlar verilmiştir. Sizden her ifadeyi dikkatlice okumanız kendiniz için en doğru olan ifadeyi işaretlemeniz istenmektedir. Lütfen boş madde bırakmayınız ve her durum için bir işaretleme yapınız. 1-Bana hiç uygun değil, 2-Bana uygun değil, 3-Kararsızım, 4-Bana uygun, 5-Bana çok uygun | | | | | | | |
| 1 | Sosyal medyayı gerçek dünyadan bir kaçış olarak görüyorum. | 1 | 2 | 3 | 4 | 5 | |
| 2 | Sosyal medyada planladığımdan daha uzun süre kalırım. | 1 | 2 | 3 | 4 | 5 | |
| 3 | Kendimi mutsuz hissettiğim zamanlarda sosyal medyada olmak beni rahatlatır. | 1 | 2 | 3 | 4 | 5 | |
| 4 | Sosyal medyada çok zaman geçirdiğimden işlerimi aksatıyorum. | 1 | 2 | 3 | 4 | 5 | |
| 5 | Sosyal medyaya gerekmedikçe girmem. | 1 | 2 | 3 | 4 | 5 | |
| 6 | Sosyal medya yüzünden verimliliğimin azaldığını fark ediyorum. | 1 | 2 | 3 | 4 | 5 | |
| 7 | Sosyal medyada çok zaman geçirdiğim için çevremdekiler beni eleştirirler. | 1 | 2 | 3 | 4 | 5 | |
| 8 | Sosyal medyayı kullanırken biri beni rahatsız ettiğinde sinirleniyorum. | 1 | 2 | 3 | 4 | 5 | |
| 9 | Sosyal medyada iken kendimi özgür hissediyorum. | 1 | 2 | 3 | 4 | 5 | |
| 10 | Sabah uyandığımda ilk işim sosyal medyaya girmek olur. | 1 | 2 | 3 | 4 | 5 | |
| 11 | Sosyal medya kullanmayı sevmiyorum. | 1 | 2 | 3 | 4 | 5 | |
| 12 | Güncel olaylardan haberdar olmak için sosyal medyadan ayrılamıyorum. | 1 | 2 | 3 | 4 | 5 | |
| 13 | Çevremde birileri varken bile, sosyal medyada olmayı tercih ederim. | 1 | 2 | 3 | 4 | 5 | |
| 14 | Özel bazı duyuruları görebilmek ya da paylaşabilmek için sosyal medyada daha çok zaman geçiriyorum. | 1 | 2 | 3 | 4 | 5 | |
| 15 | Sosyal medyadan dolayı aile üyelerini ihmal ettiğim olur. | 1 | 2 | 3 | 4 | 5 | |
| 16 | İnsani amaçlı sosyal projelerde yer almak için sosyal medyayı kullanmaktan kendimi alamıyorum. | 1 | 2 | 3 | 4 | 5 | |
| 17 | Sosyal medyada bağlantı kurduğum insanlara kendimi daha iyi anlatıyorum. | 1 | 2 | 3 | 4 | 5 | |
| 18 | Sosyal medyadaki arkadaşlıkları gerçek yaşamdaki arkadaşlıklara tercih ederim. | 1 | 2 | 3 | 4 | 5 | |
| 19 | Sosyal medya gruplarıyla iletişim halinde olabilmem için sosyal medyayı daha uzun süre kullanırım. | 1 | 2 | 3 | 4 | 5 | |
| 20 | Çeşitli sosyal duyarlılıklar konusunda çabuk haberdar olma isteği beni daha çok sosyal medyada olmaya itiyor. | 1 | 2 | 3 | 4 | 5 | |

Dijital Oyun Bağımlılığı Ölçeği

| | | | | | | | |
|---|---|---|---|---|---|---|--|
| AÇIKLAMA: Aşağıdaki soruları son 6 ay içinde hangi sıklıkla yaşadığınızı işaretleyiniz. 1-Hiçbir zaman, 2-Nadiren, 3-Bazen, 4-Sık sık, 5-Her zaman | | | | | | | |
| 1 | Bir bilgisayar oyununu tüm gün boyunca oynamayı düşündün mü? | 1 | 2 | 3 | 4 | 5 | |
| 2 | Oyun için harcadığın zamanı giderek arttırdın mı? | 1 | 2 | 3 | 4 | 5 | |
| 3 | Günlük yaşamdan uzaklaşmak için oyun oynadığın oldu mu? | 1 | 2 | 3 | 4 | 5 | |
| 4 | Yakınındaki kişiler (aile bireyleri, arkadaşlar gibi) oyun süreni azaltmada başarısız oldu mu? | 1 | 2 | 3 | 4 | 5 | |
| 5 | Oyun oynamadığın zaman kendini kötü hissettin mi? | 1 | 2 | 3 | 4 | 5 | |
| 6 | Oyunda harcadığın zaman konusunda yakınındaki kişiler ile (aile bireyleri, arkadaşlar gibi) kavga ettin mi? | 1 | 2 | 3 | 4 | 5 | |
| 7 | Oyun oynamak için diğer önemli faaliyetleri (okul, iş, spor gibi) ihmal ettin mi? | 1 | 2 | 3 | 4 | 5 | |

9.2. Etik Kurul Onay Formu (Ek-2)

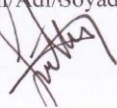
DÜZCE ÜNİVERSİTESİ
TIP FAKÜLTESİ
GİRİŞİMSSEL OLMAYAN SAĞLIK ARAŞTIRMALARI ETİK KURULU KARAR FORMU

| | | |
|----------------------------------|------------------|--|
| ARAŞTIRMANIN AÇIK ADI | | Düzce Üniversitesi Öğrencilerinde Teknoloji ile ilgili Bağımlılıklar ve ilişkili Faktörler |
| VARSA ARAŞTIRMANIN PROTOKOL KODU | | |
| ETİK KURUL BİLGİLERİ | ETİK KURULUN ADI | Düzce Üniversitesi Girişimsel Olmayan Sağlık Araştırmaları Etik Kurulu |
| | AÇIK ADRESİ: | Düzce Üniversitesi Tıp Fak. Morfoloji Binası 4. Kat Konuralp-Düzce |
| | TELEFON | 0380 542 14 16 |
| | FAKS | 0380 542 13 02 |
| | E-POSTA | duzceetik@duzce.edu.tr |

| | | | | | |
|--|--|---|------------------------------------|--|--|
| BAŞVURU BİLGİLERİ | KOORDİNATÖR/SORUMLU ARAŞTIRMACI UNVANI/ADI/SOYADI | Prof.Dr.Atilla Senih MAYDA | | | |
| | YARDIMCI ARAŞTIRMACILAR UNVANI/ADI/SOYADI | Arş.Gör.Dr.Hatice DELİBAŞ | | | |
| | KOORDİNATÖR/SORUMLU ARAŞTIRMACININ UZMANLIK ALANI | Halk Sağlığı | | | |
| | KOORDİNATÖR/SORUMLU ARAŞTIRMACININ BULUNDUĞU MERKEZ | Düzce Üniversitesi Tıp Fakültesi Halk Sağlığı Anabilim Dalı | | | |
| | VARSA İDARI SORUMLU UNVANI/ADI/SOYADI | | | | |
| | DESTEKLEYİCİ | | | | |
| | PROJE YÜRÜTÜCÜSÜ UNVANI/ADI/SOYADI (TÜBİTAK vb. gibi kaynaklardan destek alanlar için) | | | | |
| | DESTEKLEYİCİNİN YASAL TEMSİLCİSİ | | | | |
| | ARAŞTIRMANIN FAZİ VE TÜRÜ | FAZ 1 | <input type="checkbox"/> | | |
| | | FAZ 2 | <input type="checkbox"/> | | |
| FAZ 3 | | <input type="checkbox"/> | | | |
| FAZ 4 | | <input type="checkbox"/> | | | |
| Gözlemsel ilaç çalışması | | <input type="checkbox"/> | | | |
| Tıbbi cihaz klinik araştırması | | <input type="checkbox"/> | | | |
| İn vitro tıbbi tanı cihazları ile yapılan performans değerlendirme çalışmaları | | <input type="checkbox"/> | | | |
| İlaç dışı klinik araştırma | | <input type="checkbox"/> | | | |
| Diğer ise belirtiniz **** | | | | | |
| | TEK MERKEZ <input type="checkbox"/> | ÇOK MERKEZLİ <input type="checkbox"/> | ULUSAL <input type="checkbox"/> | ULUSLARARASI <input type="checkbox"/> | |

| DEĞERLEN DİRİLEN BELGELER | Belge Adı | Tarihi | Versiyon Numarası | Dili | | |
|-------------------------------------|---------------------|--------|-------------------|---------------------------------|------------------------------------|------------------------------------|
| | ARAŞTIRMA PROTOKOLÜ | | | | Türkçe <input type="checkbox"/> | İngilizce <input type="checkbox"/> |
| BİLGİLENDİRİLMİŞ GÖNÜLLÜ OLUR FORMU | | | | Türkçe <input type="checkbox"/> | İngilizce <input type="checkbox"/> | Diğer <input type="checkbox"/> |

Etik Kurul Başkanının
Unvanı/Adı/Soyadı: Doç.Dr.Gülbin SEZEN
İmza:



Not: Etik kurul başkanı, imzasının yer almadığı her sayfaya imza atmalıdır.

DÜZCE ÜNİVERSİTESİ
TIP FAKÜLTESİ
GİRİŞİMSEL OLMAYAN SAĞLIK ARAŞTIRMALARI ETİK KURULU KARAR FORMU

| ARAŞTIRMANIN AÇIK ADI | | Düzce Üniversitesi Öğrencilerinde Teknoloji ile ilgili Bağımlılıklar ve ilişkili Faktörler | | | | | | | |
|---|--|--|---------------------------------------|---------------------------------------|----------------------------|---|---------------------------------------|---------------------------------------|------|
| VARSA ARAŞTIRMANIN PROTOKOL KODU | | | | | | | | | |
| | OLGU RAPOR FORMU | | | | | Türkçe <input type="checkbox"/> İngilizce <input type="checkbox"/> Diğer <input type="checkbox"/> | | | |
| | ARAŞTIRMA BROŞÜRÜ | | | | | Türkçe <input type="checkbox"/> İngilizce <input type="checkbox"/> Diğer <input type="checkbox"/> | | | |
| DEĞERLENDİRİLEN DİĞER BELGELER | Belge Adı | Açıklama | | | | | | | |
| | SİGORTA | | | | | | | | |
| | ARAŞTIRMA BÜTÇESİ | | | | | | | | |
| | BIYOLOJİK MATERYEL TRANSFER FORMU | | | | | | | | |
| | ILAN | | | | | | | | |
| | YILLIK BİLDİRİM | | | | | | | | |
| | SONUÇ RAPORU | | | | | | | | |
| | GÜVENLİLİK BİLDİRİMLERİ | | | | | | | | |
| | DİĞER: | | | | | | | | |
| KARAR BİLGİLERİ | Karar No:2018/170 | Tarih: 17.09.2018 | | | | | | | |
| | Yukarıda bilgileri verilen başvuru dosyası ile ilgili belgeler araştırmanın/çalışmanın gerekçe, amaç, yaklaşım ve yöntemleri dikkate alınarak incelenmiş ve uygun bulunmuş olup araştırmanın/çalışmanın başvuru dosyasında belirtilen merkezlerde gerçekleştirilmesinde etik ve bilimsel sakınca bulunmadığına toplantıya katılan etik kurul üye tam sayısının salt çoğunluğu ile karar verilmiştir. | | | | | | | | |
| KLİNİK ARAŞTIRMALAR ETİK KURULU | | | | | | | | | |
| ETİK KURULUN ÇALIŞMA ESASI | | İlaç ve Biyolojik Ürünlerin Klinik Araştırmaları Hakkında Yönetmelik, İyi Klinik Uygulamaları Kılavuzu | | | | | | | |
| BAŞKANIN UNVANI / ADI / SOYADI: | | Doç.Dr.Gülbin SEZEN | | | | | | | |
| Unvanı/Adı/Soyadı | Uzmanlık Alanı | Kurumu | Cinsiyet | | Araştırma ile ilişki | | Katılım * | | İmza |
| Prof. Dr. Hüseyin YÜCE | Tıbbi Genetik | Düzce Üniversitesi Tıp Fakültesi | E <input checked="" type="checkbox"/> | K <input type="checkbox"/> | E <input type="checkbox"/> | H <input checked="" type="checkbox"/> | E <input checked="" type="checkbox"/> | H <input checked="" type="checkbox"/> | |
| Prof.Dr.Atilla Senih MAYDA | Halk Sağlığı | Düzce Üniversitesi Tıp Fakültesi | E <input checked="" type="checkbox"/> | K <input type="checkbox"/> | E <input type="checkbox"/> | H <input checked="" type="checkbox"/> | E <input type="checkbox"/> | H <input checked="" type="checkbox"/> | |
| Doç.Dr.Ege GÜLEÇ BALBAY | Göğüs Hastalıkları | Düzce Üniversitesi Tıp Fakültesi | E <input type="checkbox"/> | K <input checked="" type="checkbox"/> | E <input type="checkbox"/> | H <input checked="" type="checkbox"/> | E <input checked="" type="checkbox"/> | H <input type="checkbox"/> | |
| Doç.Dr.Muhammet Ali KAYIKÇI | Üroloji | Düzce Üniversitesi Tıp Fakültesi | E <input checked="" type="checkbox"/> | K <input type="checkbox"/> | E <input type="checkbox"/> | H <input checked="" type="checkbox"/> | E <input checked="" type="checkbox"/> | H <input type="checkbox"/> | |
| Doç.Dr.Birgül ÖNEÇ | İç Hastalıkları | Düzce Üniversitesi Tıp Fakültesi | E <input type="checkbox"/> | K <input checked="" type="checkbox"/> | E <input type="checkbox"/> | H <input checked="" type="checkbox"/> | E <input checked="" type="checkbox"/> | H <input type="checkbox"/> | |
| Dr.Öğr.Üyesi Nuri Cenk COŞKUN | Farmakoloji | Düzce Üniversitesi Tıp Fakültesi | E <input checked="" type="checkbox"/> | K <input type="checkbox"/> | E <input type="checkbox"/> | H <input checked="" type="checkbox"/> | E <input checked="" type="checkbox"/> | H <input type="checkbox"/> | |
| Dr.Öğr.Üyesi Filiz SÜZER ÖZKAN | Hemşirelik Bölümü | Düzce Üniversitesi Sağlık Bilimleri Fakültesi | E <input type="checkbox"/> | K <input checked="" type="checkbox"/> | E <input type="checkbox"/> | H <input checked="" type="checkbox"/> | E <input checked="" type="checkbox"/> | H <input type="checkbox"/> | |
| Dr.Öğr.Üyesi Önder KILIÇASLAN | Çocuk Sağlığı | Düzce Üniversitesi Tıp Fakültesi | E <input checked="" type="checkbox"/> | K <input type="checkbox"/> | E <input type="checkbox"/> | H <input checked="" type="checkbox"/> | E <input checked="" type="checkbox"/> | H <input type="checkbox"/> | |
| Dr.Öğr.Üyesi Abdullah BELADA | KBB | Düzce Üniversitesi Tıp Fakültesi | E <input checked="" type="checkbox"/> | K <input type="checkbox"/> | E <input type="checkbox"/> | H <input checked="" type="checkbox"/> | E <input checked="" type="checkbox"/> | H <input type="checkbox"/> | |
| Mustafa Salih EROL | Biyomedikal Uzmanı | Düzce Üniversitesi Sağlık Uyg.ve Araş.Merkezi | E <input checked="" type="checkbox"/> | K <input type="checkbox"/> | E <input type="checkbox"/> | H <input checked="" type="checkbox"/> | E <input checked="" type="checkbox"/> | H <input type="checkbox"/> | |
| Kenan VAROL | Sivil Üye | Varoller Demir Çelik Ürünleri San.ve Tic.Ltd.Şti. | E <input checked="" type="checkbox"/> | K <input type="checkbox"/> | E <input type="checkbox"/> | H <input checked="" type="checkbox"/> | E <input checked="" type="checkbox"/> | H <input type="checkbox"/> | |
| Metin POLAT | Avukat | Düzce Üniversitesi Hukuk Müşavirliği | E <input checked="" type="checkbox"/> | K <input type="checkbox"/> | E <input type="checkbox"/> | H <input checked="" type="checkbox"/> | E <input checked="" type="checkbox"/> | H <input type="checkbox"/> | |

*:Toplantıda Bulunma

Etik Kurul Başkanının
Unvanı/Adı/Soyadı: Doç.Dr.Gülbin SEZEN
İmza:

Not: Etik kurul başkanı, imzasının yer almadığı her sayfaya imza atmalıdır.

9.3. Fen Edebiyat Fakültesi İzin Formu (Ek-3)

Evrak Tarih ve Sayısı: 06/08/2018-E.46181



T.C.
DÜZCE ÜNİVERSİTESİ REKTÖRLÜĞÜ
Fen Edebiyat Fakültesi



Sayı :43765587/044/
Konu :Anket İzni

TIP FAKÜLTESİ DEKANLIĞINA

İlgi :03/08/2018 tarihli, 46023 sayılı ve Anket Çalışması konulu yazı

İlgi yazınızda belirtilen "Düzce Üniversitesi Öğrencilerinde Teknoloji ile İlgili Bağımlılıklar ve İlişkili Faktörler" konulu anket formlarının; Fakültemiz öğrencilerine uygulanmasında herhangi bir sakınca görülmemektedir.

Bilgilerinizi ve gereğini arz ederim.

Doç.Dr. Abdulkadir ALLI
Fen Edebiyat Fakültesi Dekan V.

<http://ebys.duzce.edu.tr/envision-Dogrula/BelgeDogrulama.aspx>

BARKOD NO: *BELM8DLK3*

Konuralp Yerleşkesi 81620 Merkez DÜZCE

Tel: : 0 380 541 24 04

E-Posta: :

fenedebiyat@duzce.edu.tr

Faks: 0 380 541 24 03

Elektronik ağ:www.fef.duzce.edu.tr

Ayrıntılı bilgi için irtibat: Mihriban CAN



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

9.4. Teknoloji Fakültesi İzin Formu (Ek-4)

Evrak Tarih ve Sayısı: 06/08/2018-E.46212



T.C.
DÜZCE ÜNİVERSİTESİ REKTÖRLÜĞÜ
Teknoloji Fakültesi



Sayı :92842701/600/
Konu :Anket Çalışması

TIP FAKÜLTESİ DEKANLIĞINA

İlgi :03/08/2018 tarihli, 46023 sayılı ve Anket Çalışması konulu yazı

İlgi yazı uyarınca Fakültemiz öğrencilerine uygulanmak istenilen anket çalışmasına, katılmak isteyen öğrencilerimize uygulanmasında Dekanlığımızca bir sakınca bulunmamaktadır.

Bilgilerinizi ve gereğini arz ederim.

Doç.Dr. Rıfat AKBİYİKLİ
Teknoloji Fakültesi Dekanı V.

<http://ebys.duzce.edu.tr/envision-Dogrula/BelgeDogrulama.aspx>

BARKOD NO: *BEKV8DKT3*

Konuralp Yerleşkesi 81620 Merkez DÜZCE

Tel: : 0 380 542 11 33

Faks: 0 380 542 11 34

E-Posta: : teknoloji@duzce.edu.tr

Elektronik ağ:www.teknoloji.duzce.edu.tr

Ayrıntılı bilgi için irtibat: Bayram Pektaş



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

9.5. Sağlık Bilimleri Fakültesi İzin Formu (Ek-5)

Evrak Tarih ve Sayısı: 07/08/2018-E.46387



T.C.
DÜZCE ÜNİVERSİTESİ REKTÖRLÜĞÜ
Sağlık Bilimleri Fakültesi



Sayı :88606300/600/
Konu :Anket Çalışması

TIP FAKÜLTESİ DEKANLIĞINA

İlgi :03/08/2018 tarihli, 46023 sayılı ve Anket Çalışması konulu yazı

Fakülteniz Halk Sağlığı Anabilim Dalı Araştırma Görevlisi Dr. Hatice DELİBAŞ'ın "Düzce Üniversitesi Öğrencilerinde Teknoloji ile İlgili Bağımlılıklar ve İlişkili Faktörler" konulu uzmanlık tezi ile ilgili anket çalışmasını Fakültemiz öğrencilerine uygulaması Dekanlığımızca uygun görülmüştür.
Bilgilerinize arz ederim.

Prof.Dr. Şerif DEMİR
Sağlık Bilimleri Fakültesi Dekanı Vekili

<http://ebys.duzce.edu.tr/envision-Dogrula/BelgeDogrulama.aspx>

Konuralp Yerleşkesi DÜZCE 81620
Tel : 0 380 542 11 41
E-Posta : syo@duzce.edu.tr

BARKOD NO: *BENN8D6N6*
Ayrıntılı bilgi için irtibat: Burak İşlek
Elektronik ağ:www.syo.duzce.edu.tr



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

9.6. Orman Fakültesi İzin Formu (Ek-6)

Evrak Tarih ve Sayısı: 08/08/2018-E.46586



T.C.
DÜZCE ÜNİVERSİTESİ REKTÖRLÜĞÜ
Orman Fakültesi



Sayı :10723798/600/
Konu :Anket Çalışması

TIP FAKÜLTESİ DEKANLIĞINA

İlgi :03/08/2018 tarihli, 46023 sayılı ve Anket Çalışması konulu yazı

İlgi yazı gereği; Fakülteniz Halk Sağlığı Anabilim Dalı Araştırma Görevlisi Dr. Hatice DELİBAŞ'ın "Düzce Üniversitesi Öğrencilerinde Teknoloji ile İlgili Bağımlılıklar ve İlişkili Faktörler" konulu uzmanlık tezi ile ilgili Fakültemiz öğrencilerine anket uygulama çalışması yapması Dekanlığımızca uygun bulunmuştur.

Bilgilerinizi ve gereğini arz ve rica ederim.

Doç.Dr. Akif KETEN
Orman Fakültesi Dekanı V.

<http://cbys.duzce.edu.tr/envision-Dogrula/BelgeDogrulama.aspx>

BARKOD NO: *BENNBDN2P*

Düzce Üniversitesi Orman Fakültesi Konuralp Yerleşkesi DÜZCE
Tel: : (0380) 542 11 37 Faks: (0380) 542 11 36 Ayrıntılı bilgi için irtibat: Fatih Sertkaya
E-Posta: : bilgisistem@duzce.edu.tr Elektronik ağ: www.of.duzce.edu.tr



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

9.7. İşletme Fakültesi İzin Formu (Ek-7)

Evrak Tarih ve Sayısı: 10/08/2018-E.46977



T.C.
DÜZCE ÜNİVERSİTESİ REKTÖRLÜĞÜ
İşletme Fakültesi



Sayı :96600542/600/
Konu :Anket Çalışması

TIP FAKÜLTESİ DEKANLIĞINA

İlgi :03/08/2018 tarihli, 46023 sayılı ve Anket Çalışması konulu yazı

Fakülteniz Halk Sağlığı Anabilim Dalı Araştırma Görevlisi Dr. Hatice DELİBAŞ'ın "Düzce Üniversitesi Öğrencilerinde Teknoloji ile İlgili Bağımlılıklar ve İlişkili Faktörler" konulu uzmanlık tezi ile ilgili anket çalışması yapabilmesi için izin talebinde bulunduğu ilgide kayıtlı yazınız incelenmiştir. Bahse konu ankete ilişkin Üniversitemiz Etik Kurulundan onay alınmadığı görülmüştür. Bu nedenle Araştırma Görevlisi Dr. Hatice DELİBAŞ'ın talebi uygun görülmemiş olup Üniversitemiz Etik Kurulundan gerekli onayın alınması halinde anket çalışmasına izin verilecektir.

Bilgilerinize arz ederim.

Prof.Dr. İzzet KİLİNÇ
İşletme Fakültesi Dekanı Vekili

<http://cbys.duzce.edu.tr/envision-Dogrula/BelgeDogrulama.aspx>

BARKOD NO: *BELM8DZ16*

Konuralp Yerleşkesi 81620 Merkez DÜZCE

Tel: : 0 380 542 13 70

E-Posta: : if@duzce.edu.tr

Faks: 0 380 542 13 72

Elektronik ağ:www.if.duzce.edu.tr

Ayrıntılı bilgi için irtibat: Mustafa Boluk



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

9.8. Eğitim Fakültesi İzin Formu (Ek-8)

Evrak Tarih ve Sayısı: 13/08/2018-E.47183



T.C.
DÜZCE ÜNİVERSİTESİ REKTÖRLÜĞÜ
Eğitim Fakültesi



Sayı :46622718/600/47183
Konu :Anket Çalışması

13/08/2018

TIP FAKÜLTESİ DEKANLIĞINA

İlgi :03/08/2018 tarihli, 46023 sayılı ve Anket Çalışması konulu yazı

İlgi yazıya istinaden; Fakülteniz Halk Sağlığı Anabilim Dalı Araştırma Görevlisi Dr. Hatice DELİBAŞ'ın Fakültemiz öğrencilerine uygulamak istediği anket çalışması Dekanlığımızca uygun görülmüştür.

Bilgilerinizi ve gereğini arz ederim.

Prof.Dr. Mustafa KOÇ
Eğitim Fakültesi Dekanı Vekili

<http://ebys.duzce.edu.tr/cnvision-Dogrula/BelgeDogrulama.aspx>

BARKOD NO: *BESF80CAS*

Konuralp Yerleşkesi 81620 Merkez DÜZCE

Tel: : 0 380 542 13 55

E-Posta: : ef@duzce.edu.tr

Faks: 0 380 542 13 66

Elektronik ağ:www.ef.duzce.edu.tr

Ayrıntılı bilgi için irtibat: Gamze Özmen



9.9. Spor Bilimleri Fakültesi İzin Formu (Ek-9)

Evrak Tarih ve Sayısı: 17/08/2018-E.48154



T.C.
DÜZCE ÜNİVERSİTESİ REKTÖRLÜĞÜ
Spor Bilimleri Fakültesi



Sayı :16530984/600/
Konu :Anket Çalışması

TIP FAKÜLTESİ DEKANLIĞINA

İlgi :03/08/2018 tarihli, 46023 sayılı ve Anket Çalışması konulu yazı

Halk Sağlığı Anabilim Dalı tıpta uzmanlık öğrencisi Dr. Hatice DELİBAŞ'ın Prof. Dr. Atilla Senih Mayda danışmanlığında yürüttüğü "Düzce Üniversitesi öğrencilerinde teknoloji ile ilgili bağımlılıklar ve ilişkili faktörler" başlıklı tez çalışması ile ilgili anket çalışması yapılabilmesi için izin verilmesi hakkındaki ilgede kayıtlı yazınız incelenmiş olup çalışmanın yapılması uygun görülmektedir.

Bilgilerinizi ve gereğini arz ederim.

Prof.Dr. Hakkı ÇOKNAZ
Spor Bilimleri Fakültesi Dekanı Vekili

<http://ebys.duzce.edu.tr/envision-Dogrula/BelgeDogrulama.aspx>

BARKOD NO: *BEKVBDPE6*

Konuralp Yerleşkesi Merkez/DÜZCE 81620

Tel: : (0380) 542 11 11

Faks: (0380) 542 11 03

E-Posta: : bilgislem@duzce.edu.tr

Elektronik ağ:www.duzce.edu.tr

Ayrıntılı bilgi için irtibat: Berivan Bayar



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

9.10. Tıp fakültesi İzin Formu (Ek-10)

Evrak Tarih ve Sayısı: 05/09/2018-E.49926



T.C.
DÜZCE ÜNİVERSİTESİ REKTÖRLÜĞÜ
Tıp Fakültesi



Sayı :45867408/929/
Konu :Anket Çalışması

HALK SAĞLIĞI ANABİLİM DALI BAŞKANLIĞINA

İlgi :03/08/2018 tarihli, 45756 sayılı ve Dr Hatice DELİBAŞ konulu yazı

Anabilim Dalımız Araştırma Görevlisi Dr. Hatice DELİBAŞ'ın "Düzce Üniversitesi Öğrencilerinde Teknoloji ile Bağımlılıklar ve İlişkili Faktörler" adlı uzmanlık tezi için Fakültemiz öğrencilerine anket çalışması yapması uygun görülmüştür. Üniversitemiz Spor Bilimleri Fakültesi, Eğitim Fakültesi, Fen Edebiyat Fakültesi, İşletme Fakültesi, Orman Fakültesi, Sağlık Bilimleri Fakültesi ve Teknoloji Fakültesinin konuya dair yazıları ektedir. Bilgilerinizi ve gereğini rica ederim.

Prof.Dr. Sarfınaz ATAÖĞLU
Tıp Fakültesi Dekanı Vekili

EK :
7 Sayfa Yazı

<http://ebys.duzce.edu.tr/en/visyon-Dogrula/BelgeDogrulama.aspx>

Konuralp Yerleşkesi 81620 Merkez DÜZCE

Tel : 0 380 542 14 35

E-Posta : ttp@duzce.edu.tr

BARKOD NO: "86683166"

Faks: 0 380 542 13 02

Elektronik ağı: www.tp.duzce.edu.tr

Ayrıntılı bilgi için İrtibat: Mehmet Kaya



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

9.11. Mühendislik Fakültesi İzin Formu (Ek-11)

Evrak Tarih ve Sayısı: 05/09/2018-E.49901



T.C.
DÜZCE ÜNİVERSİTESİ REKTÖRLÜĞÜ
Mühendislik Fakültesi



Sayı :17484179/600/
Konu :Anket Çalışması

TIP FAKÜLTESİ DEKANLIĞINA

İlgi :03/08/2018 tarihli, 46023 sayılı ve Anket Çalışması konulu yazı

Fakülteniz Halk Sağlığı Anabilim Dalı Araştırma Görevlisi Dr. Hatice DELİBAŞ'ın "Düzce Üniversitesi Öğrencilerinde Teknoloji ile İlgili Bağımlılıklar ve İlişkili Faktörler" konulu uzmanlık tezi ile ilgili Fakültemizde yapmak istediği anket çalışması Dekanlığımızca uygun görülmüştür.

Bilgilerinizi ve gereğini arz ederim.

Dr. Öğr. Üyesi İrem DÜZDAR ARGUN
Mühendislik Fakültesi Dekanı V.

<http://ebys.duzce.edu.tr/envision-Doğrul/BelgeDogrulama.aspx>

BARKOD NO: "BENF0395"

Konuralp Yerleşkesi 81620 Merkez DÜZCE

Tel: 0 380 542 10 36

E-Posta: : mf@duzce.edu.tr

Faks: 0 380 542 10 37

Elektronik a@www.mf.duzce.edu.tr

Ayrıntılı bilgi için İrtibat: Zehra Keleş

