

**T.C.
HALIÇ ÜNİVERSİTESİ
SOSYAL BİLİMLER ENSTİTÜSÜ
PSİKOLOJİ ANABİLİM DALI
UYGULAMALI PSİKOLOJİ PROGRAMI**

**ERGENLİK PROBLEMLERİ VE BAŞ ETME
YÖNTEMLERİ İLE İNTERNET BAĞIMLILIĞI
ARASINDAKİ İLİŞKİ**

YÜKSEK LİSANS TEZİ

**Hazırlayan
Nuray ŞAHİN**

**Danışmanı
Yrd.Doç.Dr. Pervin Sevda BIKMAZ**

İstanbul – 2014

**T.C.
HALIÇ ÜNİVERSİTESİ
SOSYAL BİLİMLER ENSTİTÜSÜ
PSİKOLOJİ ANABİLİM DALI
UYGULAMALI PSİKOLOJİ PROGRAMI**

**ERGENLİK PROBLEMLERİ VE BAŞ ETME
YÖNTEMLERİ İLE İNTERNET BAĞIMLILIĞI
ARASINDAKİ İLİŞKİ**

YÜKSEK LİSANS TEZİ

**Hazırlayan
Nuray ŞAHİN**

**Danışmanı
Yrd.Doç.Dr. Pervin Sevda BIKMAZ**

İstanbul – 2014

T.C.
HALIÇ ÜNİVERSİTESİ
SOSYAL BİLİMLER ENSTİTÜSÜ MÜDÜRLÜĞÜNE

.....Psikoloji.....Anabilim/Anasanat Dalı Uygulamalı Psikoloji Programı Tezli Yüksek Lisans
öğrencisiNuray SAHİN..... tarafından hazırlanan
“.....Ergenlik Problemleri ve Beslenme Yöntemleri ile
.....İnternet Bağımlılığı Arasındaki İlişki.....”
adlı bu çalışma jürimizce Yüksek Lisans Tezi olarak kabul edilmiştir.

Sınav Tarihi : 23/06/2014

(Jüri Üyesinin Ünvanı, Adı, Soyadı ve Kurumu) :

İmzası :

Jüri Üyesi:Yrd. Doç. Dr. P. Sevil BIRNAZ.....

Danışman:.....Halıç...Üniv. Psikoloji ASD/ABD Öğr. Üyesi

Jüri Üyesi:Yrd. Doç. Dr. Aslı PASİFEN.....

.....Halıç...Üniv. İMT ASD/ ABD Öğr. Üyesi

Jüri Üyesi:Yrd. Doç. Dr. Zehra Bano SAYINER.....

.....Halıç...Üniv. Psikoloji ASD/ ABD Öğr. Üyesi

Jüri Üyesi:

.....Üniv. ASD/ ABD Öğr. Üyesi (Yedek)

Jüri Üyesi:

.....Üniv. ASD/ ABD Öğr. Üyesi (Yedek)

.....

.....

.....

İÇİNDEKİLER

Sayfa No.

KISALTMALAR LİSTESİ.....	i
TABLolar LİSTESİ.....	ii
ÖZET.....	iv
ABSTRACT.....	v
1. KURAMSAL AÇIKLAMALAR VE İLGİLİ ARAŞTIRMALAR.....	1
1.1. İnternetin Gelişimi.....	1
1.2. İnternet Bağımlılığı.....	3
1.2.1. İnternet Bağımlılığı Tanı Ölçütleri.....	5
1.2.2. İnternet Bağımlılığı İle İlgili Araştırmalar.....	8
1.2.2.1. İnternet Bağımlılığı İle İlgili Yurt Dışında Yapılan Araştırmalar.....	8
1.2.2.2. İnternet Bağımlılığı İle İlgili Türkiye’de Yapılan Araştırmalar.....	12
1.3. Ergenlik Dönemi.....	15
1.3.1. Ergenlik Tanımları.....	15
1.3.2. Ergenlik Dönemi Gelişimsel Özellikleri.....	15
1.3.2.1. Fiziksel Gelişim.....	16
1.3.2.2. Psikososyal Gelişim.....	16
1.3.2.3. Zihinsel Gelişim.....	18
1.3.3. Ergenlik Dönemi Problemleri.....	18
1.3.3.1. Bedensel Gelişime İlişkin Problemler.....	19
1.3.3.2. Aile İçi İlişki ve Problemler.....	20
1.3.3.3. Gelecekle İlgili Düşünce ve İsteklere İlişkin Problemler.....	21
1.3.3.4. Toplumsal Gelişime İlişkin Problemler.....	22
1.3.3.5. Kişilik Gelişimi İle İlgili Problemler.....	23
1.4. Başa Çıkma Davranışı.....	23

1.4.1. Ergen ve Baş etme Davranışı.....	25
1.4.2. Ergenlerde Başa Çıkma Yöntemleri ile İlgili Araştırmalar.....	27
1.5. Problem.....	28
1.6. Amaç.....	29
1.7. Araştırmanın Önemi.....	30
1.8. Araştırmanın Sınırlılıkları.....	30
1.9. Araştırmanın Sayıltıları.....	30
2. YÖNTEM VE UYGULAMA.....	31
2.1. Örneklem.....	31
2.2. Veri Toplama Araçları.....	31
2.2.1. Kişisel Bilgi Formu.....	31
2.2.2. İnternet Bağımlılık Ölçeği.....	32
2.2.3. Problem Tarama Listesi.....	32
2.2.4. Ergenlerde Sorunlarla Başa Çıkma Ölçeği.....	33
2.3. Verilerin Toplanması.....	34
2.4. Verilerin Değerlendirilmesi.....	34
3. BULGULAR.....	36
3.1. Öğrencilerin demografik dağılımları.....	36
3.2. Öğrencilerin İnternet Kullanım Profilleri.....	38
3.3. Öğrencilerin İnternet Bağımlılık Durumları.....	39
3.4. İnternet Bağımlılığı ile Demografik Özellikler Arasındaki İlişkiler.....	40
3.5. İnternet Bağımlılığı ile İnternet Kullanım Profilleri Arasındaki İlişkiler.....	42
3.6. İnternet Bağımlılığı ile Ergen Problem Tarama Listesi Alt Boyutları Arasındaki İlişki.....	44
3.7. İnternet Bağımlılığı ile Ergenlerde Sorunlarla Başa Çıkma Ölçeği Alt Boyutları Arasındaki İlişki.....	49
3.8. Sorunları Aile ile Çözme, Olumsuz Duyguları Dışa Vurma, İnternet Kullanım Amacı ve Sıklığının İnternet Bağımlılığı Üzerindeki Yordayıcı Etkisine Dair Çoklu Doğrusal Regresyon Analizi.....	58

4. TARTIŞMA.....	59
5. SONUÇLAR VE ÖNERİLER.....	64
5.1. Sonuçlar.....	64
5.2. Öneriler.....	65
KAYNAKLAR.....	67
EKLER LİSTESİ.....	75
EK1. Bireysel Bilgi Formu.....	76
EK2. İnternet Bağımlılık Ölçeği.....	77
EK3. Ergen Problem Tarama Listesi.....	78
EK4. Ergenlerde Sorunlarla Başa Çıkma Ölçeği.....	80
ÖZGEÇMİŞ.....	82

KISALTMALAR

WWW: World Wide Web

WHO: World Health Organization

DSM: Diagnostic and Statistical Manual of Mental Disorders

APA: American Psychiatric Association

TUİK: Türkiye İstatistik Kurumu

TABLolar LİSTESİ

Sayfa No.

Tablo 3.1. Katılımcıların cinsiyetlerine göre dağılımları.....	36
Tablo 3.2. Katılımcıların sınıf düzeylerine göre dağılımları	37
Tablo 3.3. Katılımcıların yaşlara göre dağılımı.....	37
Tablo 3.4 Başat İnternet Kullanım Amacı.....	38
Tablo 3.5. İnternet kullanım sıklığı.....	39
Tablo 3.6. İnternet bağımlılık durumuna yönelik betimsel istatistikler.....	39
Tablo 3.7. Öğrencilerin cinsiyeti ile internet bağımlılık durumları arasındaki ilişkiye yönelik Ki-kare testi sonuçları.....	40
Tablo 3.8. Öğrencilerin sınıf düzeyi ile İnternet bağımlılık durumları arasındaki ilişkiye yönelik Ki-kare testi sonuçları.....	40
Tablo 3.9. Öğrencilerin yaşı ile internet bağımlılık durumları arasındaki ilişkiye yönelik Ki-kare testi sonuçları.....	41
Tablo 3.10. Öğrencilerin internet kullanma sıklığı ile İnternet bağımlılık durumları arasındaki ilişkiye yönelik Ki-kare testi sonuçları.....	42
Tablo 3.11. Öğrencilerin başat internet kullanım amacı ile İnternet bağımlılık durumları arasındaki ilişkiye yönelik Ki-kare testi sonuçları.....	43
Tablo 3.12. Sorunları aile ile çözme alt boyutu ile internet bağımlılık durumları arasındaki ilişkiye yönelik Kruskal-Wallis Testi sonuçları	44
Tablo 3.13. Değişiklik arama alt boyutu ile internet bağımlılık durumları arasındaki ilişkiye yönelik Kruskal-Wallis Testi sonuçları.....	45
Tablo 3.14. Olumsuz duyguları dışa vurma alt boyutu ile internet bağımlılık durumları arasındaki ilişkiye yönelik Kruskal-Wallis Testi sonuçları.....	46
Tablo 3.15. Kendini geliştirme alt boyutu ile internet bağımlılık durumları arasındaki ilişkiye yönelik Kruskal-Wallis Testi sonuçları.....	47
Tablo 3.16. Manevi destek arama alt boyutu ile internet bağımlılık durumları arasındaki ilişkiye yönelik Kruskal-Wallis Testi sonuçları.....	48
Tablo 3.17. Psikolojik destek arama alt boyutu ile internet bağımlılık durumları arasındaki ilişkiye yönelik Kruskal-Wallis Testi sonuçları.....	49
Tablo 3.18. Sorunu ciddiye almama alt boyutu ile internet bağımlılık durumları arasındaki ilişkiye yönelik Kruskal-Wallis Testi sonuçları	50

Tablo 3.19. Duygusal rahatlama alt boyutu ile internet bağımlılık durumları arasındaki ilişkiye yönelik Kruskal-Wallis Testi sonuçları.....	51
Tablo 3.20. Sorunları tek başına çözme alt boyutu ile internet bağımlılık durumları arasındaki ilişkiye yönelik Kruskal-Wallis Testi sonuçları.....	52
Tablo 3.21. Fiziksel problemler alt boyutu ile internet bağımlılık durumları arasındaki ilişkiye yönelik Kruskal-Wallis Testi sonuçları.....	53
Tablo 3.22. Aile ile ilgili problemler alt boyutu ile internet bağımlılık durumları arasındaki ilişkiye yönelik Kruskal-Wallis Testi sonuçları.....	54
Tablo 3.23. Gelecekle ilgili düşünce ve isteklere ilişkin problemler alt boyutu ile internet bağımlılık durumları arasındaki ilişkiye yönelik Kruskal-Wallis Testi sonuçları.....	55
Tablo 3.24. Toplumsal gelişime ilişkin problemler alt boyutu ile internet bağımlılık durumları arasındaki ilişkiye yönelik Kruskal-Wallis Testi sonuçları.....	56
Tablo 3.25. Kişilik gelişimine ilişkin problemler alt boyutu ile internet bağımlılık durumları arasındaki ilişkiye yönelik Kruskal-Wallis Testi sonuçları.....	57
Tablo 3. 26. Sorunları aile ile çözme, olumsuz duyguları dışa vurma, internet kullanım amacı ve internet kullanma sıklığının internet bağımlılığı üzerindeki yordayıcı etkisine dair Çoklu Doğrusal Regresyon Analizi Sonuçları.....	58

GENEL BİLGİLER

Adı ve Soyadı : Nuray ŞAHİN
Anabilim Dalı : Psikoloji
Programı : Uygulamalı Psikoloji
Tez Danışmanı : Yrd.Doç.Dr.Pervin Sevda BIKMAZ
Tez Türü ve Tarihi : Yüksek Lisans – Haziran 2014

ERGENLİK PROBLEMLERİ VE BAŞ ETME YÖNTEMLERİ İLE İNTERNET BAĞIMLILIĞI ARASINDAKİ İLİŞKİ

ÖZET

İnternet, insanların yaşamlarını kolaylaştırmasına rağmen, “internet bağımlılığı” gibi bazı olumsuz etkileri de vardır. Günümüzde, ergenlerin internet bağımlılığı riski ebeveynlerine kıyasla daha fazladır çünkü onlar internetin tehlikelerine karşı daha savunmasızdırlar.

Bu tez çalışması ergenlik problemleri ve başa çıkma yöntemlerinin internet bağımlılığıyla ilişkisini incelemek amacıyla gerçekleştirilmiştir. Ayrıca demografik veriler ve internet kullanım profilleri de incelenmiştir.

Araştırmanın örneklemini 518 lise öğrencisi oluşturmaktadır. Çalışmanın sonuçlarına göre; öğrencilerin %20,1’i muhtemel bağımlı, %3,3’ü bağımlıdır. Cinsiyet, yaş ve sınıf düzeyi değişkenleri ile internet bağımlılık durumları arasında anlamlı ilişki bulunmazken, internet kullanım sıklığı arttıkça internet bağımlılık riskinin de arttığı görülmüştür. Başat internet kullanım amaçları “internet korsanlığı” olan öğrencilerin en yüksek risk grubu olduğu, oyun oynama amacının onun izlediği görülmüştür.

Ergenlik problemleri ve başa çıkma yöntemleri ile internet bağımlılık düzeyleri arasında anlamlı ilişki bulunmuştur. Sorunları aile ile çözme davranışı, olumsuz duyguları dışa vurma davranışı, internet kullanım amacı ve internet kullanım sıklığının birlikte internet bağımlılığının yordayıcıları olduğu bulunmuştur.

Anahtar Kelimeler: İnternet Bağımlılığı, Ergenlik, Başa Çıkma, Ergenlik Problemleri

GENERAL KNOWLEDGE

Name and Surname : Nuray ŞAHİN
Field : Psychology
Program : Applied Psychology
Supervisor : Asst.Prof.Dr.Pervin Sevda BIKMAZ
Degree Awarded and Date : Master – June 2014

THE RELATIONSHIP BETWEEN INTERNET ADDICTION; COPING STRATEGIES AND ADOLESCENCE PROBLEMS

ABSTRACT

Although, internet facilitates people's lives, it has also some negative effects such as internet addiction. Today, adolescents are more likely at risk for internet addiction than their parents because they are more vulnerable to threats of internet.

The aim of the present study was to investigate the prevalence of internet addiction among adolescents, in relation to coping strategies and problems of adolescence. demographic variables and internet usage profiles were also examined.

Sample of the study is comprised by 518 high school students. According to the findings of the study; 20.1 percent of the participants were potential addicts and only 3.3 percent of the participants were addicts. It has not been found a significant distinctness between levels of internet addiction and demographic variables; gender, class grade and age. While the time spent on the internet increases internet addiction levels also increased.

Relevant to internet addiction levels, the most risky group for the dominant purpose of internet use was "hack and software" and "playing game" came after.

Adolescence problems and coping strategies have been differentiated significantly according to the internet addiction levels. "Solving problems with family", "expression of negative emotions", "dominant purpose of internet use" and "time spent on internet" were found to be predictors of internet addiction.

Key words: Internet Addiction, Adolescence, Coping Behaviors, Adolescence Problems

1. KURAMSAL AÇIKLAMALAR VE İLGİLİ ARAŞTIRMALAR

1.1. İnternetin Gelişimi

İnternet; insanların ihtiyaç duyduğu her türlü bilgiye ulaşmalarına, eğlenceli vakit geçirmelerine ve birbirleriyle iletişimde bulunabilmelerine imkân tanıyan bir kitle iletişim aracıdır. Dünyanın her tarafından bilgisayarların bir araya gelmesi ile oluşan internet, son yıllardaki gelişiminden sonra bilgisayarın önemli bir parçası haline gelmiş ve her geçen gün dünya üzerinde daha fazla kullanıcıya sahip olmaktadır.

Önemli bir iletişim ve bilgi paylaşımı aracı olan internet oldukça kısa bir geçmişe sahiptir. Dünya bildiğimiz anlamıyla internetle yani ‘World Wide Web’ deyişimiyle 1991’de tanıştı. World Wide Web, birbiriyle bağlantılı, internet üzerinde çalışan ve "www" ile başlayan adreslerdeki sayfaların görüntülenmesini sağlayan servistir. 1994’e gelindiğinde internetteki site sayısı 10 bine ulaşmıştı. WWW, 1994 yılından beri hızla büyümekte, kullananların yaş aralığı genişlemektedir (Wikipedia, 2014). İnternet pazarlama alanında faaliyet gösteren bir firmanın hazırladığı “Dünya ve Türkiye İnternet Raporu 2007” raporuna göre, Türkiye, etkin internet kullanıcı sayısı açısından dünya sıralamasında 16. sırada yer alıyordu. “İnternet Kullanıcı Adedine Göre Tüm Dünya Performansı”nın sıralandığı rapora göre, dünyada nüfusun yüzde 16,9’u, yani 1 milyar 114 milyon 275 bin kişi internet kullanıyordu (Metropol Design, 2014). Türkiye Halk Bankası (2014) Birleşmiş Milletler’e bağlı Uluslararası Telekomünikasyon Birliği ITU’nun açıkladığı rakamlara göre, 2014 sonuna kadar dünyada 3 milyar kişinin internete erişimi olacağını bildirmiştir. Türkiye İstatistik Kurumu’nun (TUİK) 2013 yılı Hanehalkı Bilişim Teknolojileri Kullanım Araştırması sonuçlarına göre 2004 yılında Türkiye genelinde hanelerin %18,8’i internete erişim olanağına sahipken bu oran 2013 yılında %48,9’a çıkmıştır.

Kentlerde ise hanelerde internet kullanım oranı % 58'e ulaşmıştır. 2013 yılı Ocak-Mart döneminde 16-24 yaş grubundaki bireylerin %68,7'si, 25-34 yaş arası bireylerin ise % 58,8'i internet kullanmıştır. Yaş grupları büyüdükçe internet kullanım oranları azaldığı görülmüştür. Kişisel kullanım amaçları arasında internet üzerinden haber, gazete ya da dergi okuma (75,6) ve internet üzerindeki sosyal gruplara katılma(73,2) ilk iki sırada yer alırken, %62,5 oranı ile elektronik posta(e-posta) gönderme/alma üçüncü sırada yer almıştır (TUİK, 2014).

Teknolojik gelişmelerin sonucu olarak, internet kullanımını hızla yaygınlaştırmaktadır. İlk başlarda masaüstü bilgisayarlar kullanılırken, 2000'li yıllarda taşınabilir bilgisayarlar yaygın kullanılmaya başlanmıştır. Son yıllarda akıllı telefon olarak adlandırılan, internet bağlantısı özelliği bulunan cep telefonlarının yaygınlaşmasıyla birlikte artık insanlar kablosuz olarak, istedikleri her an internete bağlanabilmektedir. 2013 yılının ilk üç ayında İnternet kullanan bireylerin ev ve işyeri dışında İnternete kablosuz olarak bağlanmak için %41,1'i cep telefonu veya akıllı telefon kullanırken, %17,1'i taşınabilir bilgisayar (dizüstü, tablet vb.) kullanmıştır (TUİK, 2014).

İnternet, ev ve iş ortamında günlük yaşamımızı değiştiren birçok etkinliği içermektedir (Yellowlees ve Marks, 2007). İnternetin iletişim, oyun, haber, bilgi paylaşımı, eğitim, alış-veriş, bankacılık vb. kullanım amaçları vardır. İnternetin kullanım nedenlerinden bazıları; arkadaş bulma, var olan tanıdıklarla iletişim halinde olma, ödevler için kullanım, hobiler ve kişisel ilgiler için bilgi arama, can sıkıntısını giderme ve problemlerden uzaklaşma için eğlenme, kendini ifade etme vb. şeklinde sıralanabilir (Bayraktutan, 2005). Özellikle bazı özel veya resmi kurumların internet ortamından da hizmet vermesi insan yaşamını kolaylaştırmakta ve başta zaman yönünden sıkıntı yaşayan bireyler olmak üzere, birçok kişiye fayda sağlamaktadır. İnternet, az ya da çok fark etmeksizin, çoğu kullanıcı tarafından gerekli ve önemli bir teknoloji olarak görülmektedir (Bayraktutan, 2005). Özellikle internetin, dünyanın bir ucundan diğerine mesafeleri ortadan kaldırarak ucuz ve kolay iletişimin yanında görsel iletişimi de içinde bulundurması, internetin vazgeçilmez ve çok faydalı bir iletişim aracı olarak kullanılmasını mümkün kılmaktadır.

İnternetin sağladığı kolaylıklar yanında, herkesin kullanımına açık olmasından dolayı ortaya çıkan problemler de söz konusu olabilmektedir. Güvenilir olmayan bilgiye ulaşma imkânı vermesi, internet üzerinden işlenen bilişim suçları internetin neden olduğu problemlerdendir.

1.2. İnternet Bağımlılığı

Sağlıklı internet kullanımı; interneti, bilişsel ya da davranışsal bir rahatsızlık bulunmadan, makul miktardaki bir süre içerisinde, açık bir amaç için kullanmaktır. Sağlıklı internet kullanıcıları, internet iletişimiyle gerçek hayattaki iletişimi birbirinden ayırabilirler (Davis, 2001). Ancak interneti herkes bu şekilde zararsız olarak, ihtiyaçları ve amaçları doğrultusunda, gerektiği miktarda kullanmamaktadır. İnternet hakkındaki takıntılı düşünceler, tolerans, dürtü kontrolünün azalması, internet kullanımını durduramamak ve yoksunluk belirtileri gibi belirtiler sağlıksız internet kullanımını karakterize eden belirtiler olarak ifade edilir (Young, 1999).

İlk başlarda, bilgi arayışını, kişilerarası iletişimi ve ticari işlemleri kolaylaştırmak için tasarlanmış olsa da internet, kimi kullanıcılar için hayatlarının merkezinde ve karşısında direnmenin zor olduğu bir ortam haline almıştır. İnternetin öneminin ve çevrimiçi kullanma miktarının dikkate değer şekilde artmasıyla da internet bağımlılığı toplumda sık görülür hale gelmektedir (Nalwa ve Anand, 2003).

Yeni bir bağımlılık türü olarak internet bağımlılığı, son yıllarda, psikoloji, psikiyatri, sosyoloji başta olmak üzere farklı disiplinlerden araştırmacıların dikkatini çeken önemli bir çalışma alanı haline gelmiştir. İnternet bağımlılığının standart bir tanımı olmadığı halde, araştırmacılar arasında böyle bir olgunun varlığı kabul görmektedir (Chou ve ark. 2005).

Griffiths'e (1998) göre aşırı internet kullanımı birçok durumda sorun teşkil etmeyebilir, ancak sınırlı sayıda da olsa durum incelemeleri göstermektedir ki; bazı bireylerin aşırı internet kullanması gerçek bir bağımlılıktır ve gerçek bir kaygı kaynağıdır. Yazar ayrıca internet kullanımının bir tür teknoloji bağımlılığı (bilgisayar bağımlılığı gibi) ve davranış bağımlılıklarının bir alt türü (saplantılı bir şekilde kumar oynama gibi) olduğunu ifade etmektedir (aktaran Chou ve Hsiao 2000: 66).

Young ve arkadaşları (2000) internet bağımlılığını; “sanal-seks bağımlılığı”, “sanal-arkadaşlık bağımlılığı”, “ağ tutkuları (saplantısal çevrimiçi kumar, çevrimiçi alış-veriş)”, “aşırı bilgi yükleme (internette dolaşmak, veri tabanı araştırması)” ve “bilgisayar bağımlılığı (özellikle bilgisayar oyunu oynama)” şeklinde alt kategorilere ayırmıştır. Peltoniemi (2002) ise; “çevrimiçi seks bağımlılığı”, “çevrimiçi sohbet bağımlılığı”, “sanal arkadaşlık bağımlılığı”, “çevrimiçi oyun bağımlılığı”, “çevrimiçi

kumar bağımlılığı”, “çevrimiçi bilgi bağımlılığı” ve “internette dolaşma bağımlılığı” olarak sınıflandırmıştır. (aktaran Beyatlı, 2012)

İnternet bağımlılığına ilişkin araştırmacıların yaptığı bazı tanımlar vardır. Kandell (1998), İnternet bağımlılığını; bağlandıktan sonra yapılan faaliyetten bağımsız olarak İnternet’e psikolojik olarak bağımlılık duyma olarak tanımlarken, Morahan-Martin ve Schumacher (2000), İnternet’in yoğun kullanılması ve bu kullanımın kontrol altına alınamaması ile kişinin yaşamına ciddi düzeyde zarar vermesi olarak tanımlamıştır. Beard ve Wolf (2001) ise kişinin ev, iş, okul, sosyal ya da psikolojik yaşamında zorluk yaşamasına neden olan aşırı kullanım olarak tanımlamaktadır. Young (2007) ise kullanıcının çevrimiçi zamanını, kontrol yeteneğini, ilişkisel, mesleki ve sosyal problemlere sebep olacak derecede etkileyebilen, yeni ve genellikle tanınmamış klinik bir rahatsızlık olarak tanımlamıştır.

Davis (2001) patolojik internet kullanımını kullanma amacına göre ‘özgül’ ve ‘yaygın’ olarak ikiye ayırmıştır. Özgül tipte internet çevrimiçi seks, oyun, kumar, borsa takibi, alışveriş gibi özel amaçlar doğrultusunda kullanılır. Amaç doğrudan internet kullanımı değil bir hedefe ulaşmak için internetin kullanılmasıdır. Yaygın patolojik internet kullanımında ise, amaç doğrudan internet kullanımıdır ve kullanım amacı ya çok çeşitlidir, ya da açık bir amaç olmaksızın çok fazla zaman harcanması söz konusudur. Genellikle her an ulaşılabilir ve ulaşılabilir olma gereksinmesi vardır. Çevrimiçi olduğunda hissedilen sosyal bağ ve destek duygusu çevrimiçi kalmaya yönelik motivasyonu artırır ve internet kişinin dış dünyayla olan ana bağlantısı haline gelir.

“İnternet bağımlılığı” teriminin, İnternet’in patolojik boyutlarda kullanımını yeterince tanımlayamadığını belirten Gönül, bu klinik durum karşısında “Patolojik İnternet Kullanımı” (PİK) terimini kullanmayı uygun görmektedir. Gönül’e göre bağımlılık internete değil, içeriğine ve sunduğu imkânlara karşı gelişmektedir. İnternet ortamının kendisi bağımlılık yaratan bir nesne olabileceği gibi, daha önce var olan bağımlılık nesnelere için de bir ortam oluşturabilmektedir. Örneğin kumar bağımlısı bir kişi aynı belirtileri yalnızca ortam değişikliği ile internette de yaşayabilmektedir (Gönül, 2002).

Song, Larose, Eastin ve Lin (2004)’e göre internet bağımlılığı ya da patolojik internet kullanımı, dürtü kontrol bozukluğunun bir türüdür ve televizyon gibi kitle iletişim araçlarına olan bağımlılıklara benzer fakat potansiyel olarak daha tehlikelidir.

Çünkü televizyon evdeki boş zamanı doldururken buna karşılık iş, okul ve oyunun içine giren aşırı internet kullanımı kişisel ilişkileri, aile ve iş ilişkilerini değiştirir. Bilgisayar kullanımı açısından zamanlarının önemli bir kısmını bilgisayar başında geçiren gençlerin ve üniversite öğrencilerinin kişilerarası ilişkilerinde önemli sorunlar yaşadıkları yapılan çalışmalarda ortaya konmuştur. Suhail ve Bargees (2006) tarafından yapılan çalışmada internet kullanımının gençlerin kişilerarası ilişkilerde sıkıntılar yaşamalarına neden olduğu belirlenmiştir. Uzun süre bilgisayar kullanan ve internette fazla zaman geçiren çocuk ve gençlerin giderek yalnızlaştığı ve yüz yüze ilişki kurmakta sıkıntı yaşadıkları belirtilmiştir. Gross (2004) tarafından yapılan çalışmaya göre ise internet yoluyla kurulan iletişim günümüzün gençleri için en önemli iletişim şekli olarak saptanmıştır.

Tarhan ve Nurmedov, internet bağımlılarının stres altındayken gerçeklerden kaçıp internete girmeyi tercih ettiklerini ve daha fazla işlevsel olmayan davranış gösterme eğiliminde olduklarını belirtmişlerdir. Bu kişilerin bağımlı olmayanlara oranla daha fazla yalnızlık, depresif duygu durumu ve kompülsivite yaşadıklarını, kişilerarası ilişkilerde daha savunmasız olup, yabancılara karşı olağandışı yakınlık hisleri duyduklarını ifade etmişlerdir (Tarhan ve Nurmedov, 2013:72). İnternetle ilgili bilişler çeşitli psikososyal problemlerin (depresyon, yalnızlık, sosyal beceri eksikliği) nedeni değil, sonucudur (Davis, 2001; Caplan, 2005.). İnternet bağımlılarında kendisi ve dış dünyayla ilgili ‘aşırı genelleme’, ‘ya hep ya hiç’ ve ‘felaketleştirme’ tarzında işlevsel olmayan düşünce örüntüleri vardır ve bu kişiler isim kullanmadan internette etkileşime girerek bu yetersizliklerinin üstesinden gelmeye çalışırlar (Davis 2001, Young 2007).

1.2.1. İnternet Bağımlılığı Tanı Ölçütleri

‘İnternet Bağımlılığı’, Amerikan Psikiyatri Birliği’nin sınıflandırma sistemi olan DSM-IV’de yer almamaktadır. İnternet bağımlılığı literatürdeki iki DSM-IV tanısı ile tanımlanmaya çalışılmış olup, bunlardan ilki “madde kullanımı ile ilişkili bozukluklar” diğeri ise “başka yerde sınıflandırılmamış dürtü kontrol bozuklukları” içinde yer alan “Patolojik Kumar Oynama”dır. “İnternet bağımlılığı” ilk defa 1996 yılında Goldberg tarafından DSM-IV’te yer alan madde bağımlılığı ölçütlerinden yola çıkılarak tanımlanmıştır (Goldberg, 1999).

Goldberg'e göre:

On iki aylık bir dönem içinde herhangi bir zaman ortaya çıkan aşağıdakilerin 3'ü veya daha fazlasıyla kendini gösteren, klinik olarak belirgin bir bozulmaya ya da sıkıntıya yol açan uygunsuz internet kullanımı

1. Aşağıdakilerden biriyle tanımlanan tolerans gelişimi

a. İstlenen 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 yaşamaları.

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 kullanımının genellikle planlandığından daha uzun süreler alması

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

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

6. İnternet kullanımı nedeniyle önemli toplumsal mesleki etkinlikler veya boş zamanları değerlendirme etkinliklerinin bırakılması veya azaltılması.

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

Young (1998), DSM IV'te yer alan herhangi bir maddeye bağlı olmayan patolojik kumar oynama kriterlerini internet bağımlılığı için adapte etmiş, internet bağımlısı kişilerin de tıpkı kumar bağımlısı kişilerde görülen kendine güvenirlilik, duygusal açıdan hassaslık, reaktiflik, uyanıklık, kendini açığa vuramama ve uyumsuzluk gibi bir takım karakteristik özellikler taşıdığını belirtmiştir. Bu noktadan hareketle, Young internet bağımlılığını 8 başlık altında özetlemekte ve tanımlanan 8 ölçütten 5 tanesi karşılanıyorsa kişi bağımlı olarak nitelendirilmektedir.

Young'a göre:

1. İnternet ile ilgili aşırı zihinsel uğraş
2. İnternete bağlı kalma süresinde artışa ihtiyaç duyma
3. İnternet kullanımını azaltmaya yönelik başarısız girişimlerde bulunma
4. İnternet kullanımının azaltılması durumunda yoksunluk belirtileri
5. Başlangıçta olduğundan daha uzun süre internete bağlı kalma
6. İnternetin aşırı kullanılması yüzünden ilişkiler, okul ya da işle ilgili sorunlar yaşama
7. İnternete bağlı kalabilmek için aile üyelerine, terapisteye ya da başkalarına yalan söyleme
8. İnternete bağlı kalındığı süre içerisinde duygulanım değişikliğinin olması (umutsuzluk, suçluluk, anksiyete, depresyon gibi)

Young (2000), internet bağımlılığını tanımlarken çeşitli davranış ve dürtü-kontrol bozuklukları perspektifinde özelleştirerek 5 kategoriye ayırmıştır. Bunlar:

1. Siber cinsel bağımlılık: Yetişkinlere yönelik sohbet odalarına ya da pornoya bağımlılık.
2. Siber-ilişkisel bağımlılık: İnternet arkadaşlıklarına aşırı bağlanma.
3. İnternet zorunluluğu: İnternette aşırı kumar oynama, alışveriş veya ticaret yapma.
4. Fazla bilgi yüklemesi: Kompulsif web'de dolaşma veya veri araştırmaları.
5. Bilgisayar bağımlılığı: Aşırı bilgisayar oyunu oynama (örneğin, Doom, Myst veya Solitaire).

İnternet kullanım bozukluğu için DSM-5 Bölüm III'de daha fazla çalışma yapılması önerilmektedir ve DSM-5'te "İnternette Oyun Oynama Bozukluğu" adıyla yer almaktadır.

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

1. İnternet oyunları ile meşgul olma. (Kişi önceki oyun aktivitesi hakkında düşünür ya da bir sonraki oyunu oynamayı bekler; internet oyunu günlük yaşamda hakim aktivite olur).
2. İnternette oyun oynarken internetin elinden alınmasıyla geri çekilme belirtileri. (Bu belirtiler genellikle sinirlilik, kaygı ya da üzüntü olarak tanımlanır, ama bunlar farmakolojik geri çekilmenin fiziksel işaretleri değildir).
3. Tolerans- internet oyunları ile meşgulliyete artan miktarda zaman harcama ihtiyacı.
4. İnternet oyunlarına girmeyi kontrol etmedeki başarısız girişimler.

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

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

DSM-5'te internette oyun oynama bozukluğunun halk sağlığı açısından önemli olduğu, gelecekte yapılacak araştırmaların internette oyun oynama bozukluğunun (yaygın olarak internet kullanım bozukluğu, internet bağımlılığı ya da oyun bağımlılığı olarak da adlandırılır) bağımsız bir bozukluk olarak değer göreceği; kumar oynama bozukluğunda olduğu gibi yaygınlık, klinik süreç, olası genetik etki için epidemiyolojik çalışmaların olması gerektiği belirtilmektedir (American Psychiatric Association [APA], 2013).

1.2.2. İnternet Bağımlılığı İle İlgili Araştırmalar

1.2.2.1. İnternet Bağımlılığı ile İlgili Yurt Dışında Yapılan Araştırmalar

Bu alanda ilk çalışmalardan biri Scherer (1997) tarafından Teksas Üniversitesi'nde eğitim gören 531 öğrenci üzerinde yürütülmüştür. Araştırmada katılımcılara on soru sorulmuş ve sorulardan en az üçünü olumlu yanıtlayan 49 kişi (%13) bağımlı olarak kabul edilmiştir. Çalışmanın sonuçları değerlendirildiğinde, araştırmaya katılan öğrencilerin %13'ü, internet kullanımlarının onların akademik çalışmalarına ve mesleki başarılarına engel olduğunu ve aynı zamanda da sosyal hayatlarına müdahale ettiğini bildirmişlerdir. Öğrenciler arasında %2'lik bir kısım ise

internetin hayatlarında tamamıyla olumsuz etkiye yol açtığını düşünmektedir. Çalışmada internet bağımlısı olarak belirlenen 49 katılımcının 35'i (%71,4) erkek, 14'ü (%28,6) kadındır. Scherer, araştırmasında cinsiyete göre bağımlı olmayan kişiler arasında, internet kullanımı bakımından anlamlı bir farklılaşmaya rastlamamıştır. Yine araştırma sonuçları internet bağımlısı kişilerin oyunlar, bültenler, sohbet odaları vb. hizmetleri kullandıklarını ve daha çok çevrimiçi ilişkiler aradıklarını göstermektedir. Benzer bir çalışmada Young (1998), bağımlı kullanıcılarda internetin, diğer bağımlılıklarda olduğu gibi kişisel, ailevi ve mesleki sorunlara yol açtığını bildirmektedir. Söz konusu sorunlar arasında özellikle uyku düzeninin bozulması ve fiziksel yorgunluk gibi şikâyetler önde gelmektedir. Çalışmada ayrıca internet bağımlılarının büyük bir kısmının interneti iki yönlü iletişim işlevi için kullandığı; bunun yanında bağımlı olmayanların genelde bilgilenme amaçlı kullanıma ağırlık verdikleri tespit edilmiştir. Bağımlılar arasında erkek kullanıcılar, interneti güç ve şiddet içeren çevrimiçi oyunlar için daha çok tercih ederken; kadınlar kendi görüntülerini saklayabilmelerine imkân tanıyan anonim iletişim yöntemlerine ağırlık vermektedirler. Yazara göre aşırı internet kullanımı öğrencilerde derslerden alınan düşük notlar, dönem uzatma ve hatta üniversiteden atılma gibi önemli akademik sorunlara neden olabilmektedir.

Morahan-Martin ve Schumacher (2000), UCLA Yalnızlık Ölçeği vasıtasıyla 277 yüksek okul öğrencisi üzerinde yaptıkları araştırmalarında, katılımcıların %8,1'inin patolojik internet kullanıcısı olduğunu bulgulamışlardır. Öğrencilerin %27,2'si patolojik internet kullanıcısı belirtisi taşımazken; %64,7'si riskli grup (sınırlı belirtiler gösterenler) içerisinde yer almaktadır. Süre olarak patolojik internet kullanıcıları haftada ortalama 8,1 saat internette kalmaktadırlar. Çalışmada erkeklerin kadınlara kıyasla daha fazla patolojik kullanım belirtileri gösterdikleri ortaya konulmuştur. Araştırmacılara göre patolojik internet kullanıcılarının teknolojik açıdan bilgili, çevrimiçi oyunlar ve chat odaları gibi etkileşimli ve gerçek zamanlı faaliyetlere katılan; çevrimiçiyken kendini rahat ve yeterli hisseden erkeklerden oluştuğu tahmin edilmektedir. Ayrıca, araştırmada UCLA Yalnızlık Ölçeği'ne göre patolojik kullanıcıların daha yalnız kişiler olduğu savunulmaktadır. Öte yandan bağımlılığın mı yalnızlığa yol açtığı, yoksa yalnızlığın mı bağımlılığa sebep olduğu bu araştırmanın cevap veremediği sorular arasında yer almaktadır.

Chou ve Hsiao (2000) Tayvan'daki 12 üniversite ve kolejde eğitim gören toplam 910 öğrenci üzerinde yürüttükleri araştırmalarında, öğrencilerin %6'sının

internet bağımlısı olduğunu bulgulamışlardır. Çalışmada internet bağımlılarının, bağımlı olmayan gruba göre üç kat daha fazla çevrimiçi kaldıkları; anında mesajlaşma, e-posta ve oyunlar gibi hizmetlere daha çok zaman ayırdıkları belirlenmiştir. Bağımlı grup, internetin eğlenceli, ilginç, interaktif ve tatmin edici olduğunu düşünmekte; kendi çalışmaları ve günlük hayatları üzerindeki etkilerini, bağımlı olmayanlara kıyasla daha olumsuz olarak nitelemektedirler. Araştırmanın sonuçlarına göre internet bağımlıları haftalık 20-25 saat internet kullanırken; bağımlılık belirtisi göstermeyenler 5-10 saat internete bağlanmaktadır. İlaveten bağımlı ve bağımlı olmayan grupların okul arkadaşları/ dostlar, ebeveynler ve öğretmenlerle ilişkileri üzerinde internetin etkileri bakımından bir farklılık söz konusu değildir.

Tsai ve Lin (2003) Tayvan'daki 700 lise öğrencisi üzerinde yürüttükleri araştırmalarında, bağımlı öğrencilerin internet kullanım süresini yönetmede zorlandıklarını ve böylelikle internet başında çok uzun kaldıklarını bulgulamışlardır. Yazarlar internet başında geçirilen zaman aşırılığının internet bağımlılığına neden olduğunu bildirmektedirler. Çalışmada internet bağımlılığının en temel belirleyicisi olarak internet kullanım süresi bulunmuştur.

Nalwa ve Anand (2003) Hindistan'daki 16-18 yaş aralığındaki öğrencilerin internet bağımlılıklarının kapsamını başlangıç düzeyinde araştırmışlardır. Çalışmanın sonuçları incelendiğinde internet bağımlıları ile bağımlı olmayan grup arasında anlamlı davranışsal ve işlevsel kullanım farklılıkları bulunmaktadır. Bağımlılar internette, bağımlı olmayanlardan daha fazla zaman harcamaktadır. Bağımlıların çevrimiçi zaman geçirmek için diğer işlerini erteledikleri, gece geç saatlerde internette oldukları için uykusuz kaldıkları ve internetsiz hayatın sıkıcı olacağını düşündükleri belirlenmiştir.

Johansson ve Göttestam (2004) Norveç'te 12-18 yaş aralığındaki 1591 sık kullanıcı arasında yaptıkları çalışmalarında, katılımcıların yüzde 4.02'sinin internet bağımlısı, yüzde 17.66'sının ise riskli kullanıcı olduğu sonucuna ulaşmışlardır. Regresyon analizi sonuçlarına göre ise; internet kullanım sıklığı, internete bağlanılan yer ve internet kullanım amaçları internet bağımlılığını belirleyen temel değişkenler konumundadır. Bir başka Avrupa araştırmasında Simkova ve Cincera (2004) Çek Cumhuriyeti'nden 341 üniversite öğrencisiyle görüşmüşlerdir. Katılımcılar cinsiyetlerine göre karşılaştırıldığında internet bağımlılığı konusunda erkek öğrenciler daha sıklıkla sorun yaşamaktadır. Benzer şekilde internet bağımlısı öğrencilerle

bağımlı olmayan öğrenciler arasında internet kullanım zamanı açısından da anlamlı farklılıklar tespit edilmiştir. İnternet bağımlılarının internete bağlanma süreleri bağımlı olmayanlara göre daha yüksektir. Yazarlara göre ciddi bir şekilde Chat ve anında mesajlaşma gibi internet hizmetlerini kullanan öğrencilerin, ortalama üniversite öğrencilerine kıyasla internet bağımlılığı belirtileri gösterme ihtimalleri daha yüksektir. Ancak Chat aktiviteleri mi bağımlılık yapıyor, yoksa bağımlı kişiler mi Chat yapmayı tercih ediyor bilinmemektedir.

Niemz ve arkadaşları (2005) Nottingham Trent Üniversitesi'nden 371 İngiliz öğrenci üzerinde yaptıkları araştırmalarında, katılımcıların yüzde 18,3'ünün patolojik internet kullanımı belirtileri gösterdiğini bulmuşlardır. Araştırma sonuçlarına göre internet bağımlıları, bağımlı olmayanlara nazaran akademik, sosyal ve kişilerarası ilişkilerinde daha fazla problem yaşamaktadırlar. Seo ve arkadaşları (2009) ortaokul öğrencileri üzerinde yaptıkları çalışmalarında aynı şekilde internet bağımlılarının, bağımlı olmayanlara kıyasla daha fazla kişilerarası sorun yaşadıklarını bulmuşlardır.

Sally (2006: 26) Hong Kong Üniversitesi'nde eğitimlerini sürdüren 410 öğrenci üzerinde yaptığı araştırmasında yirmi maddeden oluşan Young'ın İnternet Bağımlılık Ölçeği'ni kullanmıştır. Sonuçlar, çalışmaya katılan öğrencilerin yüzde 18'inin bağımlılık belirtisi gösterdiğini ortaya koymaktadır. Akademik performans ve cinsiyetin, Hong Kong'lu öğrenciler arasında internet bağımlılığının en önemli iki belirleyicisi olduğu belirlenmiştir. Bir başka çalışmada benzer olarak cinsiyet ve akademik başarı internet bağımlılığının önemli yordayıcıları olarak bulunmuştur (Frangos ve diğ., 2010).

Yang ve Tung (2007) Tayvan'da lise öğrencileri üzerinde yaptıkları araştırmalarında internet bağımlısı olanlarda; internetin sağlık, ebeveynle ilişkiler, öğretmenle ilişkiler, okul başarısı ve günlük işler üzerinde negatif etkisi olduğunu bulmuşlardır. Young'ın çalışma sonuçlarıyla benzer şekilde internet bağımlılığının ebeveynle ilişkileri olumsuz yönde etkilediği ancak akran ilişkilerinin Young'un bulgularının aksine pozitif yönde etkilendiği sonucuna varılmıştır. Anderson (2001) akranlarına göre aşırı internet kullanan üniversite öğrencilerinin akademik çalışmalarının, uyku düzenlerinin ve yeni insanlarla tanışmalarını olumsuz yönde etkilediğini bildirmiştir.

Lin, Ko ve Wu (2011) depresyon semptomları, internet kullanım süresi, dürtüsellik ve güvensiz bağlanma biçiminin internet bağımlılığıyla pozitif yönlü ilişkiye sahip olduğunu bulgulamışlardır.

1.2.2.2. İnternet Bağımlılığı ile İlgili Türkiye’de Yapılan Araştırmalar

Bayraktar internet kullanımının ergen gelişimindeki etkisini araştırdığı çalışmada internet'in çoğunlukla erkek ergenler ve üst sosyo-ekonomik düzeydeki kişiler tarafından kullanıldığı bulunmuştur. Sosyo-ekonomik düzey arttıkça internet kullanımı da artmaktadır (Bayraktar, 2001: 61).

Bakay (2001), öğrencilerin interneti ne amaçlar için kullandığı belirlemek amacıyla bir anket çalışması yapmıştır. Sonuçlara göre öğrencilerin %58'si oyun oynama ve chat yapma amacıyla kullandığı görülmüştür. Araştırma ve ödev yapma amacıyla da %13,9 oranında kullandıkları belirlenmiştir.

Gültutan(2007) ilköğretim 6., 7. ve 8. sınıflarda öğrenim görmekte olan öğrencilerin internet kullanma amaçları en fazla kullanılan en az kullanılan doğru, derslerinde kullanacakları bilgilere ulaşmak, arkadaşlarıyla haberleşmek, öğrenmek, yazılım (program) indirmek, ilgi alanlarındaki yeni gelişmeleri takip etmek, diğer amaçlar, yeni insanlarla tanışmak ve kendisi ile aynı ilgi alanına sahip olan insanlarla konuşmak şeklinde sıralandığını bildirmiştir. Öğrencilerin internet kullanma alışkanlıkları cinsiyetlerine göre anlamlı farklılık gösterirken, öğrencilerin internet kullanma alışkanlıkları sınıflarına göre anlamlı farklılık göstermemektedir.

Karaca (2007: 194) lise öğrencilerinde, gelecekte tercih edilecek meslekte elde edilecek yüksek kazanç beklentisi ve yeteneklerine uygunluk konusunda internet kullanıcılarının daha istekli davrandıkları sonucuna ulaşmıştır. Tercih edilecek mesleğin sevilen bir meslek olmasını isteme konusunda internet kullanıcısı olup olmama açısından bir fark bulunması beklenmese de bilgisayar ve internet kullanımı konusunda belirli bir düzeyde beceri sahibi olan kişilerin ötekilere göre yeteneklerini daha çok ön plana çıkarmalarını beklenen bir durum olarak değerlendirmiştir. Aynı çalışmada Karaca, internet kullanan öğrencilerin bir bölümünün internet oyunları oynadıktan sonra şiddet eğiliminde bir artış olduğunu bildirmiştir. İnternet kullanımının yol açtığı etkilerin başında %28 ile “eğlence ve spora ayrılan zamanın azalması” gelmektedir. İkinci sırayı %23,5 ile “zamanın verimli kullanılamaması” alırken; üçüncü sırada “aile içi ilişkilerde problemler yaşanması” yer almaktadır

(%21,9). Dördüncü sırayı ise %19,6'lık oranla "okul başarısında düşüşler yaşanması"; son sırayı ise, "sosyal faaliyetlerin olumsuz etkilenmesi" almaktadır.

Kurtaran (2008) benlik saygısının internet bağımlılığını negatif yönde, yalnızlık değişkeninin ise pozitif yönde anlamlı olarak yordadığını, depresyon değişkeninin anlamlı olarak yordamadığını bulgulamıştır. İnternet bağımlılarının benlik saygısının bağımlı olmayanlara göre daha düşük olduğu görülmüştür. Şaşmaz ve diğ., (2014) internet bağımlılığının bir hobiye sahip olma, depresyon ve olumsuz kendilik algısıyla ilişkili olduğunu bulmuşlardır.

Balta ve Horzum, Ankara Üniversitesi Eğitim Bilimleri Fakültesi'nin altı farklı bölümünden toplam 292 kişiyle görüşmüşlerdir. Araştırmada cinsiyet yönünden erkek öğrencilerin kız öğrencilere göre internet bağımlılığı düzeylerinin yüksek olduğu bulunmuştur. Haftada sekiz saatten fazla internete bağlı kalan öğrencilerin, haftada sekiz saatten az internete bağlı kalan öğrencilerden internet bağımlılık düzeyi olarak daha yüksek olduğu ortaya çıkmıştır. Öğrencilerin sosyo-ekonomik statüleri ise internet bağımlılığı düzeylerine etkisi bakımından anlamlı bir farklılık oluşturmamaktadır (Balta ve Horzum, 2008: 194: 189).

Balcı ve Gülnar(2009), üniversite öğrencilerini inceledikleri çalışmada, internet bağımlılığı ve riskli kullanıcı kategorisindeki katılımcıların cinsiyetlerine göre ciddi anlamda farklılık göstermediklerini bulmuşlardır. Katılımcıların öğrenim gördükleri sınıflara göre internet bağımlılık düzeyleri bakımından anlamlı bir farklılaşma bulunmamaktadır. Katılımcıların interneti kullanım amaçlarına göre internet bağımlılık oranları incelendiğinde ise, interneti online oyun oynamak (% 40.4) ve sörf yapmak (%38.3) için kullanan katılımcıların; diğer amaçlarla interneti kullanan katılımcılara göre internet bağımlılık oranlarının daha yüksek olduğu görülmüştür.

İnan (2010) ilköğretim II. Kademe ve ortaöğretim öğrencilerinde internet bağımlısı olanların oranını %0.4 ve semptom gösterenlerin (muhtemel bağımlı veya risk altında olanlar) %9.2, geriye kalan 474'u (%90.5) ise semptom göstermeyenler olarak bulmuştur. Öğrencilerin cinsiyetlerine göre internet bağımlılığı puan ortalamaları arasında erkeklerin aleyhine anlamlı farklılaşma bulunmuştur. Öğrencilerin öğrenim gördükleri sınıf düzeylerine göre internet bağımlılığı puan ortalamaları arasında anlamlı farklılaşma görülmüştür.

Balkan (2011), üniversite öğrencilerinin internet kullanımını arttıkça problem çözme, iletişim, roller, duygusal tepki verebilme, davranış kontrolü ve genel

fonksiyonların sağlıksızlık yönünde arttığını bulmuştur. Aynı zamanda öğrencilerin büyük bir çoğunluğunun günde 8 saat ve üzeri internet ve bilgisayar kullandığı sonucu bulunmuştur.

Gençer (2011), 1380 ortaöğretim öğrencisiyle yaptığı çalışmasında öğrencilerin internet'i öncelikli olarak kullanım amaçlarının iletişim kurmak, araştırmak ve bilgilenmek, eğlenmek ve en az ticaret yapmak şeklinde sıralandığı sonucunu bulmuştur. İnternet kullanım miktarlarıyla ilgili olarak İnternet kullanım sıklığı arttıkça İnternet bağımlılık durumunun da arttığı sonucuna ulaşmıştır. İnterneti ayda birkaç defa kullanan öğrencilerden bağımlı olanların oranı %0,7, haftada birkaç defa kullanan öğrencilerden bağımlı olanların oranı %0,3 iken her gün kullanan öğrencilerden bağımlı olanların oranı %7,5'tir. Benzer bir durum muhtemel bağımlı grup içinde de görülmektedir. Ayda birkaç defa bağlanarlardan muhtemel bağımlı olanların oranı %8,3 iken, kullanım sıklığı haftada birkaç defaya yükseldiğinde bu oran %18,3'e yükselirken, her gün kullananlardaki oran %43,6'ya yükselmiştir.

Doğan (2013), 12-18 yaş arası ergenlerde erkek öğrencilerin kız öğrencilere göre internet bağımlılığına ilişkin olarak daha yüksek ortalamaya sahip oldukları sonucuna ulaşmıştır. Ergenlerin sınıfına göre internet bağımlılık durumları anlamlı farklılık göstermektedir. Sınıfların sıra ortalamaları dikkate alındığında, en yüksek bağımlılık düzeyine 8.sınıfa devam eden ergenlerin sahip olduğu, bunu 10, 9 ve 11. sınıfların izlediği belirlenmiştir. Ergenlerin internet kullanımlarının aile ilişkisini olumsuz etkileme durumunun sıra ortalamaları incelendiğinde, aile ilişkisini olumsuz etkilediğini belirtenlerin internet bağımlılık düzeyleri, aile ilişkisini olumsuz etkilemediğini belirtenlerden anlamlı olarak daha yüksek bulunmuştur.

Sezer ve İşgör (2013) internette fazla vakit geçirmenin bireylerin benimsedikleri yaşam stilleri üzerinde önemli düzeyde farklılaşmanın yaşanmasına yol açtığını bildirmişlerdir. Bu doğrultuda internette fazla vakit harcayan bireylerin kontrol odaklı, mükemmeliyetçi, memnuniyet odaklı ve beklenti odaklı yaşam stili puanlarında önemli oranda düşüşün olduğu görülmüştür.

Telef (2013) aile doyumu ile internet bağımlılığı arasında negatif yönlü ilişki, olumsuz yaşantılar ile internet bağımlılığı arasında pozitif doğrusal ilişki olduğunu bulmuştur. Aile doyumu arttıkça internet bağımlılığı riskinin azaldığı, olumsuz yaşantılar arttıkça da internet bağımlılık riskinin arttığı görülmüştür.

1.3. Ergenlik Dönemi

1.3.1. Ergenlik Tanımları

Ergenliğin çeşitli tanımları yapılmıştır. Dünya Sağlık Örgütü ergenliği; çocukluk ve yetişkinlik arasında, 10-19 yaş arası bireyin büyüme ve gelişme dönemi olarak tanımlar (WHO, 2014). Ergenlik karmaşası kavramını psikolojide ilk kullanan yazar olarak tanınan G. Stanley Hall, ergenliğin ilkel ve uygar insan arasındaki kesişme noktası olduğuna inandığı için ergenliği fırtına ve stres dönemi olarak tanımlamıştır. Freud'a göre ergenlik, geçici bir rol kararsızlığının yaşandığı, bir yandan yıkıcılığa kadar varan kararlı bir bağımsızlık, diğer yandan bebeksi bağımlılık gösteren ergenin, sürekli olarak ileriye, geriye gidip geldiği bir dönemdir (Adams, 1995).

Jung ergenliği, "Bedensel değişimlere ruhsal devinimlerin eşlik etmesi olarak ifade eder ve gencin, çocukluk dönemlerinin sona ermesiyle gerçek yaşam beklentileri ile başa çıkma çabasına giriştiğini savunur" (Geçtan, 1988). Erikson, ergenliği gencin hızla oluşan biyolojik ve psikolojik değişmelere sağlıklı uyum yapmakta zorlandığı bir kimlik arayışı dönemi olarak belirtmiştir. Yörükoğlu ergenliği, "çocuklukla yetişkinlik arasında yer alan gelişme, ruhsal olgunlaşma ve yaşama hazırlık dönemidir" şeklinde tanımlamaktadır (Yörükoglu, 2004).

Sonuç olarak, ergenlik dönemi, biyolojik, psikolojik, zihinsel ve sosyal açıdan bir gelişme ve olgunlaşmanın yer aldığı çocukluktan erişkinliğe geçiş dönemidir. Hızlı ve sürekli bir gelişme evresi olarak da tanımlanabilir (Yavuzer, 2013).

1.3.2. Ergenlik Dönemi Gelişimsel Özellikleri

Başlangıcı ve bitimi kesin sınırlarla çizilemeyen ergenlik dönemindeki gelişimi sağlayan değişiklikler, her ergende farklılıklar gösterebilmektedir. Sosyoekonomik koşullar, sağlık ve beslenme ergenlik dönemi değişikliklerinin başlangıç yaşını ve hızını etkilemektedir.

Bireyin ne bir çocuk ne de bir yetişkin olarak tanımlanabildiği bu dönemde birey çeşitli alanlardaki gelişimini tamamlayarak gelişimsel görevlerini de yerine

getirmek zorundadır. Bu çalışmada, ergenlikteki gelişimsel özellikler; fiziksel(bedensel) gelişim, psikososyal gelişim ve zihinsel gelişim başlıkları altında incelenmektedir.

1.3.2.1. Fiziksel Gelişim

Kızların erkeklerden 1-2 yıl önce ergenlik dönemine girmesi nedeniyle, bu dönemin yaş sınırlaması cinsiyetler arasında farklılık gösterebilmektedir. Ülkemizde bu dönem, kızlarda 10-12, erkeklerde 12-14 yaşları arasında başlayıp, 20 yaşına kadar sürebilmektedir (Yavuzer, 2013).

Ergenin bedensel gelişimi dendiğinde, beden yapısıyla ilgili olarak akla gelen en önemli gelişmeler, boy ve ağırlık artışıyla iskelet ve kas gelişimi, iç salgı sistemindeki gelişim ve çeşitli organlarda meydana gelen büyümelerdir. Genel olarak kızlarda meme gelişimi 10-12 yaşlarında başlar, bundan sonra genital bölgede ve koltuk altlarında kıllanma görülür ve sonraki iki yıl içinde adet kanaması başlar. Adet kanaması 10-16 yaş arasında (ortalama 12,8 yaş) başlayabilir. Erkek çocuklarda ergenlik testislerin büyümesi ile 11-14 yaşında başlar ve sonra genital kıllanma, penis boyutlarında büyüme, erkek tipi kas gelişimi ve daha geç dönemde sakal ve bıyık bölgesinde kıllanma ile sürer (Karabekiroğlu, 2014).

1.3.2.2. Psikososyal Gelişim

Bebeklik ile başlayıp, çocukluk ile devam eden toplumsallaşma ergenlik döneminde de ergenin evden kopmak istemesi ve topluma açılmak istemesi ile devam eder. Erikson'un psikososyal gelişim kuramının beşinci evresi olan "Kimlik Kazanmaya Karşı Rol Karmaşası" ergenlik dönemini ele almaktadır. Bu dönemin en önemli sorunu ergenin kimlik kazanması ya da bunu başaramazsa rol karmaşası yaşamasıdır.

Kimlik kazanmaya karşı rol karmaşası dönemi on iki on sekiz yaş arasını kapsar. Ergenlik dönemi sırasında "ben kimim?" sorusu çok önemli hale gelir. Ergen, bu soruyu cevaplarırken ana babasından çok, akran gruplarından etkilenir. Toplumumuzda sürekli değişen ve gelişim gösteren toplumsal değerler içinde ergen, eğitim yaşamında başarılı olmak, ekonomik etkinlik kazanmak, toplumun ve arkadaş

çevresinin onayını almak konularında kaygı duymaktadır. Bu çağın temel özellikleri, duygusal coşku ve taşkınlık, çabuk kurulan ve bozulan ilişkiler, kolay etkilenme, toplum içinde sivrilme, ilgi çekme, rol sahibi olma çabası, biçiminde özetlenebilir (Yavuzer, 2013: 276).

Ergen, bu dönemde arayış içindedir ve akran gruplarına körü körüne güvenir. Bu nedenle ergen, akran grupları istediği için antisosyal davranışlar gösterebilir. Ergenin cevap bulması gereken birçok soru vardır. Bunlardan bazıları, “çocuk mu, yoksa yetişkin miyim?“, “bir gün anne ya da baba olacak mıyım, başarılı mı, yoksa başarısız mı olacağım?” vb. Bütün bu soruları ve duyguları açıklığa kavuşturmada, çözümlemede öğretmen ve ebeveynler, ergene yardım edebilirler. Öğretmen ve ebeveynler, ergene bir yetişkin olarak davranmalı; onunla sevgi ve saygı temeline dayalı bir dostluk kurmalıdırlar. Ergenin sağlıklı bir şekilde kimliğini kazanmasında, çevresinde uygun özdeşimler kurabileceği (model alabileceği) yetişkinlerin bulunması önem taşımaktadır (Karabekiroğlu, 2014).

Erikson’a göre bu dönemde ergen başarılı bir şekilde kimlik kazanma sorununu çözerse, kendine güvenen, kendinden emin bir kişi olarak yaşamını sürdürebilir ve başarılı olur. Aksi durumda ise rol karmaşası, yaşamın gelecek dönemlerinde de bu kriz çözümleninceye kadar sürecektir. Örneğin; ne yapmak istediğine karar veremeyen, bir işten öbürüne atlayıp bocalayan, çocuk gibi davranan yetişkinler, henüz kimlik kazanma krizini çözümlenememiş kişilerdir (Senemoğlu, 2005:79).

Staub bir çocuğun olumlu toplumsal davranışının en önemli habercisinin anne baba ve çocuk arasındaki sıcak koruyucu ve sevgi dolu bir ilişkinin varlığı olduğunu ifade eder. Olumlu toplumsal davranış daha önce içselleştirilmiş değerlerin sonucudur. Olumlu bir toplumsal davranışta bulunma süreci pekiştireç olarak kendi kendisini sürdürme eğilimindedir. Toplumsal öğrenme kuramına göre, çocuk yetiştirilirken anne babanın uyguladığı disiplinin türü, çocukluk döneminde kontrolleri içselleştirme yeteneğinin gelişmesinde önemlidir (Kulaksızoğlu, 2008).

Ergenin toplumsallaşması için ergenlik döneminde arkadaşlık ilişkileri ön plana çıkar. Bu dönemde ergen kendi özel arkadaş çevresini oluşturmak ister ve arkadaş çevresini oluşturduğunda, hem kendisine hem de çevresine karşı kendini tanımlama yoluna girer. Ergen olumlu arkadaşlık ilişkilerine girerek, yetenekleriyle kendini kanıtlar ve kişiliğini geliştirir. Aynı zamanda arkadaşlık ilişkileri ergene hem

tek başına bir birey hem de topluluğun bir üyesi olma yeteneğini kazandırır (Bauman, 1998).

1.3.2.3. Zihinsel Gelişim

Piaget, bilişsel gelişim dönemlerini yaşlara göre sınıflandırmıştır. 7-11 yaş arasını somut işlemler dönemi, 11 yaş ile başlayan dönemi soyut işlemler dönemi olarak adlandırmıştır. Somut işlem döneminde olan bir çocuğun düşüncesi şimdiki zaman ile sınırlıdır. Soyut işlem düşüncesine sahip olan ergen ise varsayımsal düşünebilir, geleceği hesaba katabilir. Somut işlem döneminde bir çocuk bilgi somut olarak verildiğinde (bilgi ile görsel ya da fiziksel bir ilişki kurabileceği ölçüde) bilgiyi sistemli ve mantıklı bir biçimde işleyebilir. Ergen ise olaylar olmadan sonuçlarını kestirme yeteneğini geliştirir. Zihninde birçok seçeneği gözden geçirip inceleyebilir, mantıksal sonuçlar çıkarabilir ve ister somut, ister soyut biçimde sunulsun, karmaşık sorunları sistemli bir biçimde çözebilirler (Huitt ve Hummel, 2003).

Ergen benmerkezci düşünce biçimine sahiptir. Herkesin dikkatinin kendi üzerinde olduğu düşüncesi vardır. Her an sahnedeymiş gibi izlendiğini, birilerinin mutlaka onu gözlediğini düşünür. Ergendeki bu benmerkezcilik, çocukların başkasının perspektifinden olaya bakmamasından farklıdır. Ergen başkalarının perspektifini alabilmeye başladığı için "ya onlar ne der?" diye düşünmeye başlamıştır (Yavuzer, 2013).

Ergenin geleceğe yönelik planlar yapabilmesi, kendi davranışlarını eleştirebilmesi, değerler sistemini olgunlaştırabilmesi ve kendini tanıyarak kabul edebilmesi soyut düşünme yeteneğinin kazanılmış olmasını gerektirir. Piaget, soyut işlemlerin diğer insanlarla işbirliği sayesinde oluştuğunu ileri sürer. Görüş alışverişi ve tartışma, çocuğun yaşamında önemli bir yer tutmaya başlar (Yavuzer, 2013).

1.3.3. Ergenlik Dönemi Problemleri

Ergenlik dönemi, bireylerin, belirgin fiziksel değişiklikler, hızlı büyüme ve gelişme ile psikososyal gelişme gösterdiği bir dönemdir. Bu dönem, ergenlere soyut düşünme becerisi, bağımsızlık gibi birtakım fırsatlar getirebileceği gibi, sağlıkları ve iyilik halleri için de bir risk oluşturabilir (WHO, 2014). Bu çalışmada ergenlik

dönemi problemleri; bedensel gelişime ilişkin problemler, aile içi ilişki ve problemler, gelecekle ilgili düşünce ve isteklere ilişkin problemler, toplumsal gelişime ilişkin problemler ve kişilik gelişimi ile ilgili problemler olmak üzere beş başlık altında incelenmiştir.

1.3.3.1. Bedensel Gelişime İlişkin Problemler

Ergenler hızlı gelişen bedensel değişikliklere karşı değişik tepkiler gösterirler. Bu değişikliklerin bir bölümü sevinç, bir bölümü üzüntü kaynağı olabilir. Kızlar göğüslerinin birden büyümesinden utanabilir ve bastırarak başkalarının gözünden saklayabilir. Diğer taraftan gelişmemiş göğüsler de kız ergenler için sorun olabilir. Bazıları göğüslerinin birden büyümesinden utanan sıkılan, göğüslerini bastırarak başkalarının gözünden saklamaya çalışırlar. Bu nedenle öne doğru eğilerek yürüyen veya tam tersi dik olarak yürüyen kızlar görülmektedir. Bu yürüyüş şekliyle kamburluklar bile olabilir. Ergenlerin bir kısmı boylarının kısa olmasına çok fazla üzüldükleri, diğer bir bölümü ise birden boyunun uzaması ile arkadaşlarının yanında çok uzun olmaktan şikâyet eder ya da arkadaşları tarafından alay konusundan rahatsız olur. Bu durumda ergenin beden imgesi ve kimlik duygusu etkilenebilir (Yörükoglu, 2004).

Şişmanlık ya da zayıflık gibi durumlar da ergen için önemli sorunlar oluşturabilir. Bu dönemde bedenindeki değişikliklerden etkilenen genç zayıf olması ya da şişman olmasından yeme bozuklukları oluşacak kadar etkilenebilir. Bu dönemde ortaya çıkan yeme bozukluklarından en sık görüleni anoreksia nervroza'dır. Anoreksia nervroza sıklıkla ergenlik döneminde ortaya çıkan, beden algısı bozukluğu ile ilgili, kişinin fiziksel bütünlüğünü tehdit edecek şekilde yememesi ve kilo vermeye çalışması ile ilişkilidir. Daha çok kız ergenlerde görülür (Tahiroğlu ve diğ., 2005).

Ergenin hızlı büyümesi, kas ve kemiklerin aynı hızla gelişmemesi, beden koordinasyonunu bozar. Bu da geçici sakarlığa ve beceriksizliğe yol açar. Diğer taraftan, bedenindeki değişikliklere uyum sağlayamayan ergenin utangaçlığı da sakarlıklar ortaya çıkmasına neden olabilir. Ergenlik dönemi bedensel gelişim sorunlarından biri de ergenlik sivilceleri'dir. Hormonal ve yağ metabolizması üzerindeki değişiklikler ergenlerde geçici olarak sivilceler görülmesine neden olur.

Bedenindeki değişiklikler ile çok fazla ilgilenen ergen için sivilceler ilişkilerini etkileyecek düzeyde sorun oluşturabilir (Özcebe ve diğ., 2002).

Ergenlerin başarması gereken gelişim görevlerinden ilki bedeni kabul etme görevidir. Beden imgesi yani bedenimiz hakkındaki duygularımız benlik kavramımızı yani birey olarak kendi hakkımızdaki duygularımızı etkilemektedir. Olumlu beden imgesine sahip bir ergen olumlu benlik kavramı geliştirmeye daha uygundur (Ünsalver, 2014).

1.3.3.2. Aile İçi İlişki ve Problemler

Ergenlik dönemindeki bireyler özgür olduklarını, aile denetimine ihtiyaçları olmadığını söz ve davranışlarıyla göstermelerine rağmen davranışlarına rehberlik edecek değerleri kazanması ve sosyal yönden sorumluluklarını öğrenmesi konusunda yardıma ihtiyacı vardır. Bu ihtiyacı karşılayan ve ergenin yaşamında etkili olan toplumsal kurum, ailedir. (Yavuzer, 2013: 286) Anne-baba bir taraftan büyüyen çocuklarının daha olgun, daha sorumluluk sahibi davranmasını beklerken, bir taraftan da eskiden olduğu gibi, alıştıkları gibi çocuklarının sözlerinden çıkmamasını isterler. Anne-baba ve ergen arasındaki çatışmalar temelde bu ikilemlerden kaynaklanır.

Ergenlik dönemi kendi içinde belirsizliklerin ve hızlı değişimlerin olduğu bir dönemdir, ergen bu değişimler içinde kaygı duyar, güvensiz hisseder. Kurallar ve sorumluluklar bu noktada devreye girer. Ergen hayatı ile ilgili sorumlulukları alabildiğini gördükçe kendine yeten bir birey olma yolunda ilerleyebilir. Yoksa amaçsız ve ümitsiz biri olarak hayatını kontrol altına almakta zorlanabilir.

Ebeveynlerin en zorlu sınavı ise ergenlik döneminde hak ve sorumluluklar arasındaki dengeyi kurmaktır. Anne-baba doğal olarak alıştığı, bildiği kuralları devam ettirmek isteyebilir. Oysa ergenin becerileri gelişmektedir. Bu nedenle yeni kurallara, haklara ve sorumluluklara ihtiyaç duyar. Anne-baba çocukluk dönemindeki tutumlarına devam ederlerse iki sonuç çıkabilir, bir her şeye itiraz eden, uyumsuz, asi bir ergen ya da büyümeyi erteleyen, becerileri gelişmeyen bir ergen. Bazen anne-babalar ergenlik döneminin hassas bir dönem olduğunu anladıkları için bazen de ergenin öfke ve tepkisinden uzaklaşmak için bu dönemde kuralları tamamen ortadan kaldırırılar. Böyle bir durumda ise sanılanın aksine ergen daha mutsuz ve hırçın olur.

Ergenin kişilik yapısının biçimlenmesinde, nasıl bir aile ortamında yetiştiği, aile bireyleri arasındaki ilişkilerin türü önemli rol oynar. Anne babanın duygusal sorunları bulunan kişiler olmaları, evlilik ilişkilerinde başarılı olamamaları, ergenin aile içinde sürekli kavga ve çekişmeye tanık olması şeklindeki kötü ev koşulları, genci bir karmaşaya ya da suçlu davranışa itebilir. Aşırı koruma, çocuklar arasında ayırım yapma, bazı çocuklarının uyum bozukluklarını görememe, ergenler arasında uyum zorluğuna neden olan bazı yanlış anne baba davranışlarıdır.

Aile içindeki duygusal ve sosyal etkileşim açısından başarılı bir çocukluk dönemi geçiren birey, ergenlik dönemi sorunlarını daha kolaylıkla çözebilir. Çocukluk yıllarında çocuklarıyla arkadaşça bir diyalog kurmayı başaran anne babalar, bu diyalogu ergenlik döneminde de sürdürmekle, genç için gerekli olan rehberlik işlevini yerine getirmiş olurlar. (Spenlé, aktaran Yavuzer, 2013)

1.3.3.3. Gelecekle İlgili Düşünce ve İsteğe İlişkin Problemler

Ergenlik dönemi okul, meslek ve evlilik gibi sonraki hayatını etkileyen önemli kararların alındığı kritik bir dönemdir. Meslek seçimi ergenlik döneminin önemli bir boyutunu oluşturur. Çalışma dünyası içindeki başarı ve doyum için büyük önem taşıyan meslek araştırması, karar verme ve hazırlık yıllarını kapsar. Bu yıllarda ebeveynler, model olarak çocuklarının meslek seçimini etkilemektedir. Yapılan araştırmalar ergenlerin anne ve babalarının mesleklerini seçtiklerini saptamıştır. Ayrıca baba mesleğini seçmede babaya olan yakınlık ya da baba mesleğinin saygın bir meslek olması da kriterdir (Temel ve Aksoy, 2001).

Ergenliğin sonuna doğru cinsel kimlik, akademik beklentiler, yaşam amacı daha net olarak ifade edilebilir hale gelir, evlenme, iş sahibi olma ile ilgili düşünceler yoğunlaşır. Bu dönemdeki ergenin zihninde uygun eş ve iş seçimi her şeyden önce gelir. Kendi yeteneğine en uygun işin hangi iş olduğunu bilmemek kaygıya neden olur. Kendine güveni olmayan ve karşı cinsle ilişki kurmakta sorun yaşayan ergenler için ise gelecekte kendisine uygun bir eş bulamama ya da kimse tarafından tercih edilmeme gibi korkular gelişebilir (Karabekiroğlu, 2014).

1.3.3.4. Toplumsal Gelişime İlişkin Problemler

Kimlik gelişim sürecinin hız kazandığı, bireysel rollerin ve düşünce sistemlerinin keşfedilmesi çabasının yoğunlaştığı ergenlik dönemi, ergeni çevresel uyaranlara karşı oldukça hassas kılar. Çocuklar aile, mahalle, okul vb. ortamların sosyal, ekonomik, dini oluşumların içinde kültürel etkilere doğrudan maruz kalarak büyürler. Kültürel çevre çocuğun hayatı algılamasını ve yaşayış biçimini hemen her alanda etkiler. Bu inançlar ve değerler sistemi hayatın ilk yıllarından itibaren etkilerini göstermeye başlar (Karabekiroğlu, 2014).

Toplumumuzda sürekli değişen ve gelişim gösteren toplumsal değerler içinde ergen, eğitim yaşamında başarılı olmak, ekonomik etkinlik kazanmak, toplumun ve arkadaş çevresinin onayını almak konularında kaygı duymaktadır. (Yavuzer, 2013).

Ergenlik döneminde, ergenlik öncesi ebeveynle olan özdeşimler sorgulanmaya ve yeniden yapılanmaya başladığından, kendilik ve kimlik gelişimi sürecinde özerklik önem kazandığından ergen, ebeveynlerinden uzaklaşmaya başlar. Benzer süreçten geçen, benzer şekilde kendine yol ve yöntem aradığı için dışarıya daha dönük olan ve böylece modayı, günceli daha iyi takip eden, yeniliklere ve denemeye daha açık olan akran grubu, gence daha cazip gelir. Ergenin yakın arkadaşlarının onayını kazanacak davranışlarda bulunmaya yönelmesi de kaçınılmaz olabilir. Akran grupları içinde zorbalığa maruz kalma da sıkça yaşanabilen bir durumdur. Zamanının önemli bir bölümünü akranları arasında geçiren bir ergen için zorbalık konusu önemli bir sorun haline gelebilir. Ergen okula gitme korkusu yaşayabilir, özgüveninde belirgin yaralar oluşabilir (Karabekiroğlu, 2014).

Akranları tarafından yanlışlara yönelmesi veya zorbalıkla karşılaşması ihtimalini ortadan kaldırmak için gençleri akranlarından uzak tutmaya çalışmak yanlış olur. Aile ve öğretmenlere düşen görev ergenlik dönemindeki gençleri, tehlikelere karşı bilinçlendirmektir. Ergenin arkadaşlık kurmadan toplumsallaşması düşünülemez. Yani arkadaşlık ilişkileri toplumsal ilişkilere öncülük eder. Ergen için arkadaşlar tarafından aranmak, beğenilmek ve benimsenmek benlik saygısının önemli bir koşuludur. Arkadaşlık kurabilmeyi ve sürdürülebilmeyi başaran ergen, toplumsal becerilerini de geliştirmiş demektir (Yörükoglu, 2004).

1.3.3.5. Kişilik Gelişimi İle İlgili Problemler

Ergenlik dönemi, kişiliğin toplumsal nitelik kazandığı bir arayış dönemidir. Bu arayış içinde ergen, kim olduğunu, neye değer vereceğini, kime bağlanıp inanacağını, amacını bulmaya çalışır. Birçok değişimin üstesinden gelebilmek için mücadele eden ergen, yavaş yavaş bir yaşam felsefesi, bir dünya görüşü ve ahlaki inançlar geliştirmek durumundadır.

Ergenin kimliğini kazanması, bir yetişkin olabilmesi için bir yetişkin modele ihtiyacı vardır. Ancak anne-baba, öğretmen gibi yakın çevresindeki yetişkinler tarafından sürekli eleştiriliyorsa büyüklerin kendisini anlamadığını düşünür. Ergen eğer kendisine yakınlık gösteren, güvenen ve destek veren özdeşim modelleri ile karşılaşma şansına sahip olurlarsa, sağlıklı bir kimlik geliştirebilirler. Aksi halde kimlik arayışı ya da kimlik karmaşası uzun yıllar devam edebilir.

Ergenlik döneminde benlik güçsüzleşir. Bir yandan alt benliğin, bir yanda da dış çevrenin baskısı altında kalır. İçten gelen bilinç dışı dürtüler benliği zorlar. Benliğin oluşumu, birçok deneme ve yanılmadan, birçok engeller aşıldıktan sonra gerçekleşir. Çocuk öncelikle anne baba ile özdeşimler kurarak kimlik geliştirir. Ergenlikte başka özdeşimler kurulur. Daha sonra hepsi birlikte değerlendirilir, bir süzgeçten geçirilir, bir bölümü yadsınır, bir bölümü benimsenir ve yeni özdeşimler kurulur. Bu dönemde ortaya çıkan çalkantılı duruma kimlik bunalımı denmektedir. Kimlik bunalımı hemen her gencin az çok yaşadığı bir durumdur. Zaman zaman yardıma, rehberliğe ihtiyaç olsa da bir hastalık değildir. Gencin uygun özdeşimler kurup, toplumla uyum sağlayabilecek bir kimlik oluşturması ile geçmektedir (Yavuzer, 2013; Karekiroğlu, 2014).

1.4. Baş Etme Davranışı

Baş etme, bireyin kendisi için stres verici olaya karşı direnmesini belirten ve stres süreci içine yerleştirilen önemli bir olguyu tanımlamaktadır. Folkman ve Lazarus (1986) baş etme yöntemlerini Problem Odaklı ve Duyguya Odaklı olmak üzere iki grupta açıklamışlardır. Probleme odaklanan baş etme, daha aktif bir stratejidir ve planlı, eyleme giden mantıksal bir analizi içerir. Duyguya odaklanan baş etme ise pasif bir yöntemdir ve istenmeyen bir olaya bağlı olarak oluşan duyguları ortadan kaldırma çabasını içerir. Problem odaklı davranışlar, durumu

değiştirmeye yönelik aktif, mantıklı, bilinçli çabaları içerirken, duygulara yönelik yaklaşımlar genellikle uzaklaşma, kendini kontrol etme, sosyal destek arama, kabullenme gibi yaklaşımları içermektedir.

Baş etme mekanizmalarını aktif ve probleme yönelik olanlar, pasif ve savunmaya yönelik olanlar, şeklinde ikiye ayırmak da mümkündür. Bu mekanizmalar stres durumunu ortadan kaldırılabiliyorsa yeterli ya da fonksiyonel olarak görülebilir. Daha fazla strese yol açıyorlarsa yetersiz ya da fonksiyonel olmayan yöntemler olarak adlandırılırlar. Fonksiyonel olmayan yöntemler genel olarak iki grupta toplanmaktadır (Folkman ve Lazarus, 1986).

a. Uygun Olmayan Davranışlar (Alkol/madde kullanımı, kaçma davranışları, içe kapanma, intihar ve depresyon)

b. Bilinç Dışı Savunma Mekanizmaları (Rasyonalizasyon, reddetme, bastırma ve yansıtma)

Fonksiyonel yöntemleri ise üç grupta incelemek mümkündür:

a. Bedene Yönelik (Nefes egzersizleri, spor yapma, gevşeme yöntemleri, doğru beslenme)

b. Duygu ve Düşüncelere Yönelik (Stres faktörlerini yetenekleri sınama imkanı gibi yorumlama, duygularını paylaşabilme, duygularını açıkça ve uygun biçimde ifade etme)

c. Duruma Yönelik (Zamanı iyi kullanma, sosyal destekleri kullanma, iletişim becerilerini geliştirme, atılgan davranma ve problem çözme becerileri)

Kişilik özellikleri baş etme davranışları üzerinde etkilidir. Stresle mücadeleyi zorlaştıran kişilik özellikleri şöyle sıralanabilir: Düşmanlık duyguları baskın olan kişiler, kendilerine her konuda bir suçluluk payı çıkaranlar, aşırı duyarlı ve duygusal tepkileri önde olanlar. Öte yandan egoist kişilik özelliği baskın olanlar, olayları çok iyi ya da çok kötü bulanlar, çocuksu diye bilinenler ve çevreleri ile ilişkilerinde pasif kalan kişiler streslerle başa çıkmakta başarısız olmaktadır. (Baltaş ve Baltaş, 2013:42)

Yapılan araştırmalar kadın ve erkeklerin stres tepkilerinde aşikâr farklar olduğunu ortaya koymuştur. 1978 yılında Londra'da yayınlanan bir bültende, erkek çocukların çeşitli stresler karşısında kız çocuklardan daha çok saldırganlık gösterdikleri, buna karşılık kız çocukların stres karşısında daha çok kaygı ve çökkünlük gösterdikleri bildirilmiştir. (Baltaş ve Baltaş, 2013:42)

Kanner ve Lazarus insanları rahatsız eden ve yarattıkları zorlamayla, hem günlük hayatın stresleriyle başa çıkmayı zorlaştıran, hem de kendileri bir stres olarak sağlığı olumsuz etkileyen faktörleri şöyle sıralamışlardır:

- 1-Çok fazla sorumluluk altında olmak
- 2- Fizik görüntü ile ilgili endişeleri olmak
- 3-Yetersiz kişisel enerji
- 4-Mesleki ilerleme ile ilgili endişeleri olmak
- 5-İş tatminsizliği içinde olmak
- 6-Dinlenme ve eğlenmeye ayıracak zamanın olmaması
- 7-Yapacak çok fazla şeyin olması
- 8-Yalnız olmak
- 9-Reddedilme korkusu
- 10-Hayatın anlamı ile ilgili endişeler (aktaran Baltaş ve Baltaş, 2013:64)

Bağımlılık problemi olan kişiler uygun olmayan baş etme mekanizmalarını kullanırlar. Bazıları inkâr mekanizmasını kullanır veya sağlıklı bir şekilde stresle nasıl başa çıkacağını bilmez ve bazıları da geçmiş olumsuz yaşantıları için kendilerinin suçlarlar. Stresle nasıl başa çıkacaklarını bilmedikleri için sığınacak bir kaçış nesnesi bulurlar (UCLA Dual Diagnosis Program, 2014).

1.4.1. Ergen ve Baş Etme Davranışı

Neredeyse bütün toplumlarda ergenlik dönemi fırtınalı geçen bir dönem olarak gösterilmektedir. Ergenlerdeki sorunlar birbirinden çok farklı nedenlere bağlı olarak ortaya çıkmakla beraber, bunları ergenlik döneminde meydana gelen bedensel, toplumsal, cinsel ve psikolojik gelişmelerin ergende oluşturduğu farklılaşmaya bağlı olarak açıklamak mümkündür. Ergendeki farklılaşma sonucunda karmaşık geçen bu dönemi sağlıklı geçirebilmeleri için ergenlerin başa çıkma davranışları oldukça önemlidir. Bu dönemde pek çok stresörle karşı karşıyadırlar; fakat henüz yeterli baş etme becerilerine sahip değildirler. Ergenliğin ilerleyen yıllarında ergenler, artan deneyimleri aracılığı ile bu becerilerini geliştirirler. Tüm bu süreçte aile ve yetişkinlerin etkisi önem kazanır. Bireyler, okul öncesi dönemde ve ilkökul döneminde yetişkinleri model alarak problem çözme becerilerini geliştirirlerken; duygu odaklı başa çıkmayı ise duygulara ilişkin farkındalığın gelişimi ve duyguları

yönetme becerisinin artması ile birlikte çocukluğun son dönemlerinde ve ergenliğin ilk dönemlerinde geliştirirler (Compas ve diğ., 2001).

Patterson ve Mc Cubbin (1987) baş etme davranışını, talepleri azaltmak ya da taleplerle başa çıkmak için ergenin bilişsel ya da bilişsel davranışsal tepkisi olarak tanımlamaktadırlar. Başa çıkma davranışını ergen gelişimi ve uyumu ile etkileşim içinde bulunan öğelerden biri olarak kabul ederler. Diğer öğeler, talepler, kaynaklar ve tanımlamalardır. Bu dönemde ergenler hem kendi gelişimlerinden hem de çevrelerindeki gelişimden dolayı birçok taleple başa çıkmak zorunda kalırlar (ergenin anne ya da babasını kaybetmesi ve bununla başa çıkması gibi). Kaynaklar talepleri karşılamak üzere yararlanılabilecek kişilik özellikleri, yetenekler, maddi ve insana ait araçlardır. Bilgi, beceri, kişilik özellikleri, duygusal ve fiziksel sağlık ve benlik saygısı kişisel kaynaklardır. Bağlılık, esneklik, anne baba ergen iletişiminin ve çatışma çözme becerilerinin iyi şekilde düzenlenmesi önemli aile sistemi kaynaklarıdır. Toplum düzeyinde ise sağlık ve eğitim hizmetleri, akrabalar, komşular ve akranlar hem aile üyelerinin gereksinimlerini hem de baskıların olumsuz etkilerini dağıtmak için önemlidir. Akranların sigara içme baskısı karşısında anne babanın buna karşı çıkmasında olduğu gibi bazı durumlar çelişki yaratmakta ve taleplerle kaynaklar arasındaki dengesizliği artırmaktadır. Bu durumu bilişsel olarak değerlendirerek tanımlama ve bu tanımlara anlam yükleme baş etme davranışının işlevlerinden biridir (Öngen, 2002).

Kişilik ve baş etme davranışları arasındaki ilişki gençlerde daha güçlüdür. Yaş ilerledikçe nörotisizmde azalma ve anlaşılabilirlikteki artış, daha ileriki yaşlarda olan yetişkinlerin daha az stres yaşamalarına ve böylece baş etme davranışlarında daha az değişkenliğe sebep olabilir (Carver ve Connor-Smith, 2010).

Konopka'ya (1980) göre ergen yaşam deneyiminin az, ancak artan enerjisinin yüksek olmasının önemli sonuçlara yol açabilecek tepkilerle sonuçlanması nedeniyle risk altındadır. Baş etme ergenin yaşamın bu döneminde ortaya çıkan ve birbiriyle çatışan biyolojik, duygusal ve sosyal taleplere uyum sağlama aracıdır. Bandura'ya (1981) göre ergenlikte baş etme sadece ne yapacağını bilmeyi değil aynı zamanda belirsizlik, kestirilemezlik ve stres öğelerini içeren durumlarla karşılaşıldığında bilişsel, sosyal ve davranışsal becerilerin esnek bir şekilde yönetilmesini sağlar (aktaran Öngen, 2002).

1.4.2. Ergenlerde Baş Etme Yöntemleri ile İlgili Araştırmalar

Öngen'in (2002) ergenlerde sorunlarla baş etme davranışlarına ilişkin çalışmasında; ülkemizde ergenlerin sorunlarla baş etme davranışlarının başında sorunları aile ile çözmeye gelmektedir. Bunu değişiklik arama, olumsuz duyguları dışa vurma ve madde kullanımı izlemektedir.

Aydın'ın (2003) çalışmasında stresle başa çıkma ve cinsiyet arasındaki ilişki incelenmiştir. Bu çalışma sonucunda; kızların kendine güvenli yaklaşım, iyimser yaklaşım ve sosyal destek arama yaklaşımını erkeklere göre daha fazla tercih ettikleri bulunmuştur. Kevenk'in (2003) çalışmasında ise ergenlerde cinsiyet ve stres düzeylerinin stresle başa çıkma stratejileri üzerinde etkisi olduğu görülmüştür. Kızların erkeklere oranla problem çözmeye, sosyal destek arama ve aile desteği arama stratejilerini daha fazla kullandıkları, buna karşın erkeklerin kaçınma stratejisini kızlara oranla daha fazla kullandıkları görülmüştür.

İkinci'nin (2003) ergenlerde temel ihtiyaçların karşılanma düzeyi ile etme davranışları arasındaki ilişkiyi incelediği çalışmasında; temel ihtiyaçların karşılanma düzeyi yükseldikçe aktif planlama, dış yardım arama, kabul bilişsel yeniden yapılandırma ve duygusal kaçma tarzı seçimleri artmaktadır.

Gücüyeter (2003), ergenlerin kullandıkları baş etme stratejileri ile kendilerini kabul düzeyleri arasındaki ilişkileri inceleyen bir çalışma yapmıştır. Ergenlerin kendilerini kabul düzeyleri arttıkça daha çok problem çözmeye ve sosyal destek arama stratejilerini kullandıkları; kendilerini kabul düzeyleri düştükçe de daha çok kaçınma stratejisini kullandıkları belirlenmiştir.

Özer (2001) ergenlerin kullandıkları baş etme stratejileri ile benlik imajları arasındaki ilişkileri incelemiştir. Bu çalışmada, olumsuz benlik imgesi sergileyen ergenlerin kaçınma stratejisini kullandıkları sonucuna varmıştır.

Suçlu ergenlerin baş etmeleri ile ilgili bir çalışmada; bu ergenlerin, baş etmelerinde kişilik özelliklerinin ve ebeveynlerin yetiştirme şeklinin önemli olduğu tespit edilmiştir. Aynı zamanda suçlu ergenlerin, yenilik arama ve zarar vermeden kaçınma puanları anlamlı derecede yüksek bulunmuştur (Ruchkin, Eisemann, Hagglöf, 1999). Basut (2004), suça yönelen ve yönelmeyen ergenleri stres, stresle baş etme ve kişilik örüntüleri açısından incelemiştir. Bu çalışmada, suç işlemiş ergenlerin stres belirtilerini daha yüksek düzeyde gösterdikleri ve etkili başa çıkma örüntüleri sergileyemedikleri sonucuna varılmıştır.

1.5. Problem

İnternet kullanımını ülkemizde hızla yayılmaktadır. TÜİK verilerine göre ülke genelinde iki evden birinde internet kullanılmaktadır ve yaş grupları büyüdükçe internet kullanım oranları azalmaktadır. Ergenlerin, yetişkinlere oranla daha fazla internet kullandıkları görülmektedir.

Hahn ve Jerusalem (2001), 20-29 yaş arasındaki bireylerin interneti daha fazla kullanmalarına rağmen, 19 yaş ve altının bağımlılık skorlarının daha yüksek olduğunu bulmuşlardır (aktaran Şahin, 2011)

Dünyada gelişim dönemlerine uygun olarak nesillere özel isimler verilmektedir. 1990 sonları ile günümüz arasında doğanlara “Z nesli” aynı zamanda da “internet nesli” denilmektedir. İçekapanık olmak ve “gerçek insanlar”la vakit geçirmekten pek hoşlanmamak bu neslin özelliklerindedir. (Ögel, 2012: 18)

Ergenlik; değerlerin, yaşam tarzlarının biçimlendiği bir dönemdir. Kişilik gelişimi sürecinde olan ergenler, madde veya aşırı internet kullanımı gibi çeşitli bağımlılık yapan etmenlere karşı yetişkinlere kıyasla daha savunmasızdırlar. (Heino, Lintonen and Rimpale, 2004). Özellikle okul çağındaki gençlerde aşırı internet kullanımı; onların psikolojik ve bedensel gelişimlerini, sosyal ilişkilerini olumsuz yönde etkileyerek, akademik başarılarını düşürmektedir. Genç insanlar teknolojik becerileri ebeveynlerine oranla çok çabuk kaptıkları için ergenlik dönemi internet bağımlılığı için bir risk faktörüdür (Tarhan&Nurmedov, 2013:71). Ergenlik çağına has problemler ve kuşak çatışması gibi nedenlerle aileyle paylaşacak fazla bir şeyin kalmaması, arkadaşlık kurmada güçlük çekme ve içekapanıklık gibi sebeplerle kendilerini yalnız hisseden ve bu yalnızlıklarını sosyal hayat içerisinde gidermekte güçlük çeken gençler rahat bir şekilde internete bağımlı hale gelebilirler. (Ögel, 2012: 21)

Rice (2002) her geçen gün artan internet kullanımının özellikle internetle erken tanışan ergenler üzerinde ne tür etkilerinin olduğu konusunun çok yönlü araştırılması gerektiğini vurgulamaktadır. Milyarlarca insana ulaşan internetin sınırsız ve kontrolsüz şekilde her geçen gün daha çok hayatımıza girmesi karşısında kullanıcılar, karşılaşılabilecekleri olumsuzluklara karşı savunmasız ve bilgisiz kalabilmektedirler (Doğan ve diğ., 2008).

Literatüre bakıldığında yurt dışında internet bağımlılığı konusunda birçok araştırmanın mevcut olduğu görülmektedir. Türkiye’de internet bağımlılığı ergenler

için önemli bir risk olmasına karşın ergenlerde internet bağımlılığıyla ilgili araştırmaların sınırlı sayıda ve yetersiz olduğu dikkati çekmektedir. Ayrıca literatürde internet bağımlılığıyla ilgili araştırmalar arasında ergenlik dönemine özgü problemleri ve ergenlerin başa çıkma davranışlarını inceleyen çalışmalara rastlanmamıştır.

1.6. Amaç

Bu çalışmada ergenlerde internet kullanımı; cinsiyet, yaş, sınıf, internete bağlanma süreleri, internet kullanım amaçları, ergenlik sorunları ve başa çıkma yöntemleri gibi değişkenler açısından incelenmesi amaçlanmıştır.

Bu çalışmada yanıt aranacak yedi temel soru aşağıda yer almaktadır:

Ergenler için;

1. İnternet kullanım profilleri ne düzeydedir?
 - a. İnternete en çok hangi amaçla bağlanmaktadırlar?
 - b. Haftada kaç saat internet kullanmaktadırlar?
2. İnternet bağımlılık durumları ne düzeydedir?
3. İnternet bağımlılık durumları demografik özelliklerden;
 - a. Cinsiyet,
 - b. Yaş,
 - c. Sınıf düzeyine göre farklılık göstermekte midir?
4. İnternet bağımlılık durumları, internet kullanım profillerinden;
 - a. İnternet kullanım sıklığı,
 - b. Başat internet kullanım amacına göre farklılık göstermekte midir?
5. “Ergen Problem Tarama Listesi” alt boyutları ile internet bağımlılık durumları arasında anlamlı bir ilişki var mıdır?
6. “Ergenlerde Sorunlarla Başa Çıkma Ölçeği” alt boyutları ile internet bağımlılık durumları arasında anlamlı bir ilişki var mıdır?
7. Demografik veriler, internet kullanım profilleri ve sorunlarla başa çıkma davranışları ile internet bağımlılığı yordanabilir mi?

1.7. Araştırmanın Önemi

Yapılan literatür incelemesinde lise öğrencilerinde internet bağımlılığı ile sorunlarla başa çıkma yöntemleri ve ergenlik dönemi problemleri arasındaki ilişkiyi direkt olarak inceleyen herhangi bir çalışmaya rastlanmamıştır. Yapılan çalışmanın alanda ilk olması bu çalışmayı önemli kılmaktadır. İnternet bağımlılığı ile ilgili yapılmış çalışmaların sınırlı sayıda olması nedeniyle, bu konuda bilgi sahibi olmanın ortaöğretim öğrencilerine yönelik yapılacak psikolojik destek çalışmalarına katkı sağlayabileceği düşünülmektedir.

Ergenlik döneminin çalkantılı bir dönem olduğu ve bir takım kendine özgü problemleri beraberinde getirdiği bilinmektedir. Bu problemlerin hangilerinin internet bağımlısı ergenlerde daha fazla görüldüğü, sorunlarıyla başa çıkmak için hangi davranışları tercih edenlerde internet bağımlılığının daha fazla görüldüğü sonuçlarına ulaşarak ergenlerde internet bağımlılığının önlenmesi ve sağaltımına yönelik katkı sağlayabileceği düşünülmektedir.

Türkiye’de genç nüfus yoğunluğunun fazla olması ile birlikte son yıllarda internet kullanımının yaygınlaşma hızı göz önüne alındığında, bu alanda yapılmış çalışmaların yeterli düzeyde olmadığı görülebilmekte, internet bağımlılığı ve bu bağımlılık için risk faktörlerine dair farklı yaş gruplarında çalışmalara ihtiyaç duyulmaktadır. Bu araştırmanın da bu ihtiyacın giderilmesine katkı sağlayacağı ve alanda bundan sonra yapılacak çalışmalara yol gösterici olacağı düşünülmektedir.

1.8 Araştırmanın Sınırlılıkları

1. Uygulama İstanbul ili ile sınırlıdır.
2. Araştırma lise öğrencisi olan 14-19 yaş grubu ergenlerle sınırlıdır.
3. Değişkenler, ölçme araçlarının ölçtükleri özelliklerle sınırlıdır.

1.9. Araştırmanın Sayıtları

Araştırmada kullanılan anketleri araştırmaya konu olan öğrencilerin samimi ve doğru olarak cevaplandıkları varsayılmaktadır.

2. YÖNTEM VE UYGULAMA

Bu bölümde araştırmanın örnekleme, araştırmada kullanılan veri toplama araçları, verilerin toplanmasında izlenen yol ve verilerin çözümlenmesinde kullanılan istatistiksel teknikler açıklanmıştır.

2.1. Örneklem

Araştırmanın örnekleme için Gaziosmanpaşa Anadolu Lisesi, Küçükköy Anadolu İmam Hatip Lisesi ve Fahrettin Özüdoğru Anadolu Ticaret ve Ticaret Meslek Lisesi uygulama okulları olarak rastgele seçilmiştir. Örneklem grubu 560 lise öğrencisi olarak hedeflenmiş ve 518 öğrenciden kullanılabilir anket dönütü alınmıştır.

2.2. Veri Toplama Araçları

Bu çalışmada veriler Kişisel Bilgi Formu, İnternet Bağımlılık Ölçeği, Ergen Problem Tarama Listesi ve Ergenlerde Sorunlarla Başa Çıkma Ölçeği kullanılarak elde edilmiştir.

2.2.1. Bireysel Bilgi Formu

Araştırmaya katılan bireylerden öncelikle Bireysel Bilgi Formunu doldurmaları istenmiştir. Bu formda katılımcıların cinsiyet, sınıf düzeyi ve yaş gibi demografik bilgilerine ek olarak interneti en çok hangi amaçla kullandıkları ve haftada ortalama kaç saat internete bağlandıkları sorgulanmıştır.

2.2.2. İnternet Bağımlılık Ölçeği

Young tarafından, DSM - IV'ün “Patalojik Kumar Oynama” ölçütlerinden uyarlanarak oluşturulan “Tanı Anketi” daha sonra geliştirilmiş ve 20 soruluk bir “İnternet Bağımlılık Ölçeği” oluşturulmuştur. Likert tipi bir ölçek olan İnternet Bağımlılık Ölçeği’nde katılımcıdan “Hiçbir zaman” “Nadiren” “Arada sırada” “Çoğunlukla” “Çok sık” ve “Devamlı” seçeneklerinden birini işaretlemesi istenmektedir. Bu seçeneklere sırasıyla 0, 1, 2, 3, 4 ve 5 puan verilmektedir. 80 ve üzeri puan alanlar “İnternet Bağımlısı” olarak tanımlanmaktadır. 50–79 puan arası alanlar “Muhtemel Bağımlı”, “50 puan ve altı” alanlar “Bağımlı Olmayanlar” olarak tanımlanmıştır. (Bayraktar, 2001: 90).

Bayraktar (2001)’ın araştırması sırasında İngilizceden Türkçeye çevrilen ölçek, Ege Üniversitesi Edebiyat Fakültesi Psikoloji Anabilim dalındaki beş öğretim görevlisi tarafından incelenmiş ve sorular anlam bütünlüğünü bozmayacak şekilde 12- 17 yaş grubu ergenlerin anlayabileceği şekilde uyarlanmıştır. Çeviri testin standardize edilmiş Alpha değeri açısından güvenilirliği 0,91, Spearman – Brown değeri açısından da 0,87’dir. Bu sonuçlar testin güvenilir olduğunu düşündürmektedir (Bayraktar, 2001: 90). Ayrıca bu çalışmada ölçeğin güvenirlik için Cronbach Alpha katsayısı 0,92 olarak hesaplanmıştır.

2.2.3. Ergen Problem Tarama Listesi

Ergenlik dönemine özgü bedensel gelişim, aile, gelecek beklentileri, toplumsal gelişim ve kişilik gelişimi ile ilgili beş sorun alanını içeren alt bölümler ve toplam 66 maddeden oluşan Ergen Problem Tarama Listesi araştırmacı tarafından literatürden yararlanılarak hazırlanmıştır. Bu anket formunun değerlendirme aşamasında “evet” cevabı verilen her soru için bir puan, “hayır” cevabı verilen her soru için sıfır puan verilerek her bir alt bölümün kümülatif toplamı elde edilmiş ve alt bölümlerin madde sayısına bölünerek alt bölümlerin puanları hesaplanmıştır. Ergen Problem Tarama Listesi alt boyutlarını oluşturan maddeler şunlardır:

1. Bedensel gelişim problemleri (1-12 arası maddeler)
2. Aile ile ilgili problemler (13- 26 arası maddeler)
3. Gelecek beklentileri (27-35arası maddeler)

4. Toplumsal gelişim problemleri (36- 48 arası maddeler)
5. Kişilik gelişimi ile ilgili problemler (49- 66 arası maddeler)

2.2.4. Ergenlerde Sorunlarla Başa Çıkma Ölçeği-ESBCÖ

Patterson Mc Cubbin tarafından geliştirilen ve Öngen (2002) tarafından Türkçe'ye çevrilen ve güvenilirliği yapılan "Ergenlerde Sorunlarla Başa Çıkma Ölçeği" (ESBCÖ) likert tipi ölçek olup 54 maddeden oluşmaktadır. Ölçekte yer alan maddeler "0 = hiçbir zaman, 2 = ender olarak, 3 = ara sıra, 4 = sık sık, 5 = her zaman" olmak üzere 5'li dereceleme ölçeği ile cevaplandırılmaktadır.

Ergenlerde Sorunlarla Basa Çıkma Ölçeği alt boyutlarını oluşturan maddeler şunlardır:

1. Sorunları aile ile çözme (41, 31, 12, 50, 39 ve 1. maddeler)
2. Değişiklik arama (17, 54, 16, 53, 33, 10, 37, 35 ve 9. maddeler)
3. Olumsuz duyguları dışa vurma (28, 19, 49, 26 ve 22. maddeler)
4. Madde kullanma (42 ve 46. maddeler)
5. Kendini geliştirme (5, 7, 29, 18, 15, 2 ve 13. maddeler)
6. Manevi destek arama (23, 21 ve 44. maddeler)
7. Psikolojik destek arama (6, 34, 11 ve 27. maddeler)
8. Sorunu ciddiye almama/saka yapma (3, 36, 20, 45 ve 8. maddeler)
9. Duygusal rahatlama (14, 30, 52, 51 ve 38. maddeler)
10. Sorunları tek başına çözme (47, 32, 24 ve 40. maddeler)
11. Dinlenmek (48 ve 43. maddeler)
12. Plan yapma (25 ve 4. maddeler)

Alt maddeleri oluşturan maddelerden elde edilen puanların toplanması ve madde sayısına bölünmesi ile elde edilen puan başa çıkma yönteminin kullanımı ile ilgili bilgi vermektedir. Artan puan kullanılan başa çıkma yönteminin lehinedir. Ölçeğin güvenilirlik çalışması için Öngen (2002) tarafından Cronbach Alfa değeri, toplam ölçek ve kültürümüze uyarlaması yapıldıktan sonra oluşan her alt ölçek için hesaplanmıştır. Öngen (2002) ölçeğin alt boyutlarının Cronbach Alfa değerlerini; sorunları aile ile çözme alt boyutunda 0,7451, değişiklik arama alt boyutunda 0,7211, olumsuz duyguları dışa vurma alt boyutunda 0,5731, madde kullanma alt boyutunda 0,5437, kendini geliştirme alt boyutunda 0,6213, manevi destek arama alt boyutunda 0,6434, psikolojik destek arama alt boyutunda 0,4816, sorunu ciddiye almama/saka

yapma alt boyutunda 0,5619, duygusal rahatlama alt boyutunda 0,6054, sorunları tek başına çözüme alt boyutunda 0,3096, dinlenme alt boyutunda 0,4445 ve plan yapma alt boyutunda 0,3302 olarak hesaplamıştır. Bu çalışmada dinlenme ve plan yapma alt boyutları yeterli iç tutarlılığa ulaşamadığından analizler sırasında kullanılmamasına karar verilmiştir

Bu araştırma için uygulama izni alma sürecinde İstanbul İl Milli Eğitim Müdürlüğü yönetmelik gereği madde kullanımıyla ilgili iki sorunun uygulama onayı alamayacağını bildirdiğinden bu iki soru ölçekten çıkarılmıştır. Böylece ölçek 11 alt boyut ve 52 soru olarak uygulanmıştır.

2.3. Verilerin Toplanması

Anket formlarını örnekleme seçilen okullarda uygulamak için İstanbul İl Milli Eğitim Müdürlüğü'nden gereken izin alınmıştır. Araştırmaya ilişkin anket uygulamaları 2013-2014 eğitim-öğretim yılının ikinci yarısında araştırmacının kendisi tarafından gerçekleştirilmiştir. Araştırma kapsamındaki kurumların idarecileriyle işbirliği yapılarak uygun sınıflar belirlenmiş ve araştırmacı sınıflara girerek verileri toplamıştır. Araştırmanın amacı ve anket formlarının nasıl doldurulacağına dair açıklama yapılmıştır. Anketler doldurulurken de gerektiği zamanlarda açıklama yapılarak veriler toplanmıştır. Öğrenciler anketleri ortalama olarak 30 dakikada doldurmuşlardır.

2.4. Verilerin Değerlendirilmesi

Çalışmada bulgular değerlendirilirken istatistiksel analizler SPSS (Statistical Package for the Social Sciences) paket programından yararlanılarak yapılmıştır. Okullarda uygulanan anket formları kodlanarak SPSS'e girilmiştir. Öncelikle verilerin girilmesi sırasında istemeyerek oluşabilecek herhangi bir hatanın olup olmadığını kontrol etmek amacıyla frekans analizi yapılmıştır. Öğrencilerin demografik özellikleri (cinsiyet, sınıf, yaş) ile internet kullanım profilleri (kullanım amaçları ve kullanım sıklıkları) için yüzdelik ve frekans tablosu oluşturulmuştur. İnternet bağımlılık ölçeğinden alınan puanlar SPSS'e girildikten sonra merkezi eğilim ölçülerinden aritmetik ortalaması ve standart sapması belirlenmiş ve puanlar

ölçek yönergesinde belirtildiği gibi yeniden kodlanarak üç kategorili sınıflama değişkenine (bağımlı olmayan, muhtemel bağımlı ve bağımlı) dönüştürülmüştür.

Verilerin normal dağılım gösterip göstermediği “Kolmogorov-Smirnov testi” ve çarpıklık katsayısı ile incelenmiş ve verilerin normal dağılım göstermediği görülmüştür ($p < 0.05$). Elde edilen veriler Ki-Kare Testi, Kruskal Wallis Testi, Mann-Whitney U Testi ve Çoklu Lineer Regresyon Analizi istatistikleri ile analiz edilmiştir.

3. BULGULAR

3.1. Öğrencilerin demografik dağılımları

Çalışmaya katılan 518 öğrencinin demografik özellikleri olan cinsiyet, sınıf düzeyi ve yaş ile ilgili dağılımları bu bölümde verilmiştir.

Öğrencilerin cinsiyet özelliklerine ait frekans(sıklık) ve yüzdelik dağılımları Tablo 3.1’de sunulmuştur.

Tablo 3.1. Katılımcıların cinsiyetlerine göre dağılımları

Değişken	Kategori	Frekans (f)	Yüzde (%)
Cinsiyet	kız	261	50,04
	erkek	257	49,6

Araştırmaya katılan 518 öğrencinin 261’i kız, 257’si erkektir. Katılımcıların cinsiyete göre yüzdelik dağılımları ise kızlar %50,4, erkekler %49,6 şeklindedir.

Katılımcıların sınıf düzeylerine göre frekans ve yüzdelik dağılımları tablo 3.2.’de sunulmuştur. Katılımcıların 153’ü (%29,5) 9. Sınıf, 159’u (%30,7) 10. Sınıf, 139’u (26,8) 11. Sınıf ve 67’si (%12,9) 12. Sınıf öğrencisidir.

Tablo 3.2. Katılımcıların sınıf düzeylerine göre dağılımları

Değişken	Kategori	Frekans (f)	Yüzde (%)
Sınıf	9	153	29,5
	10	159	30,7
	11	139	26,8
	12	67	12,9

Katılımcıların yaşlara göre frekans ve yüzdelik dağılımları tablo 3.3.'te sunulmuştur. Katılımcıların yaş aralığı 14-19'dur. Katılımcılardan 20 öğrenci(%3,9) 14 yaşında ve 4 öğrenci(%0,8) 19 yaşındadır. Görüldüğü üzere lise öğrencilerinin yaş dağılımı daha çok 15-18 arasındadır. Katılımcıların 144'ü (%27,8) 15 yaşında, 153'ü (%29,5) 16 yaşında, 138'i (%26,6) 17 yaşında ve 59'u (%11,4) 18 yaşındadır.

Tablo 3.3. Katılımcıların yaşlara göre dağılımı

Değişken	Kategori	Frekans (f)	Yüzde (%)
Yaş	14	20	3,9
	15	144	27,8
	16	153	29,5
	17	138	26,6
	18	59	11,4
	19	4	0,8

3.2. Öğrencilerin İnternet Kullanım Profilleri

Bu çalışmada öğrencilerin internet kullanım profilleri; başat internet kullanım amaçları(interneti en çok hangi amaçla kullandıkları) ve internet kullanım sıklıklarını içermektedir.

Başat internet kullanım amacına ait frekans ve yüzdeler Tablo 3.4.'te verilmiştir. İnternet'i en çok (başat) hangi amaçla kullandıkları sorulduğunda; 114'ü (%22) araştırma ve bilgilendirme amacıyla kullandığını, 56'sı (%10,8) oyun oynama amaçlı kullandığını, 267'si (%51,5) iletişim kurmak amacıyla kullandığını, 76'sı (%14,7) video, film vb. izleme amaçlı kullandığını belirtmişlerdir. 5'i (%1) ise diğer seçeneğini işaretlemiş ve "hack"(bilgisayar korsanlığı) ve "yazılım" gibi açıklamalarda bulunmuşlardır. Sonuç olarak öğrencilerin yaklaşık olarak yarısının (%51,5) interneti en çok iletişim amacıyla kullandığı görülmektedir. Öğrencilerin yalnızca %1'i en çok kullanım amacı olarak "diğer" seçeneğini işaretlemiştir.

Tablo 3.4 Başat İnternet Kullanım Amacı

Değişken	Kategori	Frekans (f)	Yüzde (%)
Başat internet kullanım amacı	Araştırma, ödev	114	22,0
	Oyun oynama	56	10,8
	İletişim amaçlı	267	51,5
	Video, film vb. izleme amaçlı	76	14,7
	Diğer	5	1,0

Öğrencilerin internet kullanım sıklıklarına ait frekans ve yüzdeler Tablo 3.5.'te verilmiştir. Öğrencilerin haftalık interneti kullanma sıklıkları incelendiğinde 207'si (%40) 0-9 saat, 132'si (%25,5) 10-19 saat, 84'ü (%16,2) 20-29 saat, 35'i (%6,8) 30-39 saat ve 60'ı (%11,6) 40 saat ve üzeri kullandığını belirtmişlerdir.

Tablo 3.5. İnternet kullanım sıklığı

Değişken	Kategori	Frekans (f)	Yüzde (%)
Haftalık internete bağlanma süresi	0-9 saat	207	40
	10-19 saat	132	25,5
	20-29 saat	84	16,2
	30-39 saat	35	6,8
	40 saat ve üzeri	60	11,6

3.3. Öğrencilerin İnternet Bağımlılık Durumları

Öğrencilerin İnternet bağımlılık puanları hesaplanıp, 0-49 puan aralığında olanlar “bağımlı olmayan” grup, 50-79 puan aralığındakiler “muhtemel bağımlı” grup ve 80-100 puan aralığında olanlar ise “bağımlı olan” grup kategorisine alınmak üzere sırasıyla 1, 2 ve 3 değerleriyle kodlanmıştır. Buna göre, öğrencilerin 397’si (%76,6) bağımlı olmayan, 104’ü (%20,1) muhtemel bağımlı, 17’si (%3,3) bağımlı olan grup kategorisindedir. (Tablo 3.6.)

Tablo 3.6. İnternet bağımlılık durumuna yönelik betimsel istatistikler

Bağımlılık Durumu	Frekans(f)	Yüzde(%)
Bağımlı değil	397	76,6
Muhtemel bağımlı	104	20,1
Bağımlı	17	3,3
Toplam	518	100

3.4. İnternet Bağımlılığı ile Demografik Özellikler Arasındaki İlişkiler

Çizelge 3.7'deki 2x3 çapraz tablo değerlerine göre, öğrencilerin cinsiyetleri ile internet bağımlılık durumları arasında anlamlı bir ilişki yoktur ($\chi^2=4,657$; $sd=2$; $p>0,05$). Diğer bir ifadeyle öğrencilerin cinsiyetleri, internet bağımlılık durumlarını belirlemede etkili değildir. Erkek öğrencilerin %72,8'i bağımlı olmayan, %23'ü muhtemel bağımlı olan ve %4,3'ü ise bağımlı olan gruba girmektedir. Diğer taraftan, kız öğrencilerin %80,5'i bağımlı olmayan, %17,2'si muhtemel bağımlı ve %2,3'ü ise bağımlı olan grup kategorisinde yer almaktadır. Sonuç olarak, kız ve erkek öğrencilerin bağımlılık durumları arasında anlamlı bir fark bulunmamasına rağmen erkeklerin daha fazla muhtemel bağımlılık ve bağımlılık yüzdelere sahip olduğu görülmektedir.

Tablo 3.7. Öğrencilerin cinsiyeti ile internet bağımlılık durumları arasındaki ilişkiye yönelik Ki-kare testi sonuçları

	Bağımlı olmayan	Muhtemel bağımlı	Bağımlı olan	Toplam	χ^2
Kız	210 (%80,5)	45 (%17,2)	6 (%2,3)	261(%100)	4,657*
Erkek	187 (%72,8)	59 (%23)	11 (%4,3)	257(%100)	
Toplam	397	104	17	518	

$p>0,05$; $sd=2$

Öğrencilerin sınıf düzeyi ile internet bağımlılık durumları arasında ilişki olup olmadığını incelemek için Ki-kare testi uygulanmıştır. Sonuçlar Tablo 3.8'de sunulmuştur. Tablo3.8. deki sonuçlar incelendiğinde anlamlı bir ilişkinin olmadığı tespit edilmiştir ($\chi^2=5,936$; $sd=6$; $p>0,05$). Ancak, sonuçlar incelendiğinde, Lise 1 öğrencilerinde bağımlı olanların oranının diğer sınıf öğrencilerine göre biraz daha yüksek olduğu görülmektedir.

Tablo 3.8. Öğrencilerin sınıf düzeyi ile İnternet bağımlılık durumları arasındaki ilişkiye yönelik Ki-kare testi sonuçları

	Bağımlı olmayan	Muhtemel bağımlı	Bağımlı olan	Toplam	χ^2
9.sınıf	110 (%71,9)	34 (%22,2)	9 (%5,9)	153 (%100)	5,936*
10.sınıf	125 (%78,6)	30 (%18,9)	4 (%2,5)	159 (%100)	
11.sınıf	108 (%7,7)	28 (%20,1)	3 (%2,2)	139 (%100)	
12.sınıf	54 (%80,6)	12 (%17,9)	1 (%1,5)	67 (%100)	
Toplam	397 (%76,6)	104 (%20,1)	17 (%3,3)	518 (%100)	

p>0,05; sd=6

Öğrencilerin yaşları ile internet bağımlılık durumları arasındaki ilişkiyi incelemek için Ki-kare testi uygulanmıştır ve sonuçlar Tablo 3.9.da sunulmuştur. Tablo 3.9'daki sonuçlara bakıldığında anlamlı bir ilişkinin olmadığı görülmektedir. ($\chi^2=13,855$; sd=10; p>0,05). Bir başka deyişle, öğrencilerin yaşları internet bağımlılık durumları üzerinde etkili değildir. Ancak Tablo 3.9. incelendiğinde 14 yaş için olanların oranının diğer yaşlara göre fazla olduğu görülmektedir. 14 yaşındaki 20 öğrenciden 6'sı (%30,0) muhtemel bağımlı iken, 2'si(%10) bağımlıdır. 15 yaşındakiler de %4,2 bağımlılık oranı ikinci sırada yer almaktadır.

Tablo 3.9. Öğrencilerin yaşı ile internet bağımlılık durumları arasındaki ilişkiye yönelik Ki-kare testi sonuçları

	Bağımlı olmayan	Muhtemel bağımlı	Bağımlı olan	Toplam	χ^2
14	12 (%60,0)	6 (%30,0)	2 (%10,0)	20 (%100)	13,855*
15	108 (%75,0)	30 (%20,8)	6 (%4,2)	144 (%100)	
16	123 (%80,4)	25 (%16,3)	5 (%3,3)	153 (%100)	
17	101 (%73,2)	34 (%24,6)	3 (%2,2)	138 (%100)	
18	51 (%86,4)	7 (%11,9)	1 (%1,7)	59 (%100)	
19	2 (%50,0)	2 (%50,0)	0 (%0,0)	4 (%100)	
Toplam	397 (%76,6)	104 (20,1)	17 (%3,3)	518 (%100)	

p>0,05; sd=10

3.5. İnternet Bağımlılığı ile İnternet Kullanım Profilleri Arasındaki İlişkiler

Öğrencilerin internet kullanma sıklıklarının internet bağımlılık durumları ile ilişkili olup olmadığını incelemek için Ki-kare testi uygulanmıştır. Sonuçlar Tablo 3.10.da sunulmuştur. Tablo 3.10'daki sonuçlar incelendiğinde anlamlı bir ilişkinin olduğu görülmektedir ($\chi^2=146,705$; $sd=8$; $p<0,01$). Bir diğer ifadeyle öğrencilerin internet kullanım sıklığı internet bağımlılık durumları üzerinde etkilidir. İnternet'i haftada 0-9 saat kullanan öğrencilerden bağımlı olanların oranı %0,5; haftada 10-19 saat kullanan öğrencilerden bağımlı olanların oranı %0,8 iken haftada 40 saat ve üzeri kullanan öğrencilerden bağımlı olanların oranı %20'ye yükselmektedir. Benzer bir durum muhtemel bağımlı grup içinde de görülmektedir. Haftada 0-9 saat bağlananlardan muhtemel bağımlı olanların oranı %5,8 iken, kullanım sıklığı haftada 10-19 saate çıktığında bu oran %16,7'ye yükselirken, haftada 40 saat ve üzeri bağlananlarda oran %48,3'e yükselmiştir. Dolayısıyla internet kullanım sıklığı arttıkça internet bağımlılık durumunun da arttığı görülmektedir.

Tablo 3.10. Öğrencilerin internet kullanma sıklığı ile İnternet bağımlılık durumları arasındaki ilişkiye yönelik Ki-kare testi sonuçları

	Bağımlı olmayan	Muhtemel bağımlı	Bağımlı olan	Toplam	χ^2
0-9 saat	194 (%93,7)	12 (%5,8)	1 (%0,5)	207 (%100)	146,705*
10-19 saat	109 (%82,6)	22 (%16,7)	1 (%0,8)	132 (%100)	
20-29 saat	56 (%66,7)	27 (%32,1)	1 (%1,2)	84 (%100)	
30-39 saat	19 (%54,3)	14 (%40,0)	2 (%5,7)	35 (%100)	
40 saat ve üzeri	19 (%31,7)	29 (%48,3)	12 (%20,0)	60 (%100)	
Toplam	397 (%76,6)	104 (%20,1)	17 (%3,3)	518 (%100)	

$p<0,01$; $sd=8$

Öğrencilerin başat internet kullanım amaçları ile internet bağımlılık durumları arasında bir ilişkinin olup olmadığı Ki-kare testi ile incelenmiş ve sonuçlar Tablo 3.11.'de sunulmuştur. Tablo 3.11. incelendiğinde öğrencilerin başat internet kullanım amaçları ile internet bağımlılık durumları arasında istatistiksel açıdan anlamlı bir farklılığın olduğu görülmüştür ($\chi^2=71,145$; $sd=8$; $p<0,01$). Bir diğer ifadeyle öğrencilerin internet ortamında en çok yaptıkları aktiviteler internet bağımlılık durumları üzerinde etkilidir. Bağımlıların oranının %20 ve muhtemel bağımlıların oranının %40 olduğu bağımlılık riski en yüksek başat aktivite diğer(internet korsanlığı ve yazılım) olarak görülmektedir. Başat aktiviteleri oyun oynama olan öğrencilerin %14,3'ü bağımlı iken, %37,5'i muhtemel bağımlı kategorisindedir. Bağımlılık riski olarak oyun oynamanın ikinci sırada yer aldığı görülmektedir. Bağımlılık riski yüksek üçüncü aktivite ise bağımlılık oranı 3,9 ve muhtemel bağımlıların oranı %30,3 olan video, film vb. izlemedir. Başat aktiviteleri iletişim (sohbet, sosyal paylaşım siteleri, elektronik posta vb.) olan öğrenciler ise bağımlılık riski sıralamasında 4. sırada yer almaktadır. Bu öğrencilerden bağımlı olanların oranı %1,9 ve muhtemel bağımlıların oranı 19,9'dur. En az risk başat aktivitesi araştırmak ve bilgilenecek olan öğrencilerdedir. Bu öğrencilerden bağımlı olanların oranı %0 yani bağımlı yokken muhtemel bağımlı olanların oranı %4,4'tür.

Tablo 3.11. Öğrencilerin başat internet kullanım amacı ile İnternet bağımlılık durumları arasındaki ilişkiye yönelik Ki-kare testi sonuçları

	Bağımlı olmayan	Muhtemel bağımlı	Bağımlı olan	Toplam	χ^2
Araştırma	109 (%95,6)	5 (%4,4)	0 (%0,0)	114 (%100)	71,145*
Oyun	27 (%48,2)	21 (%37,5)	8 (%14,3)	56 (%100)	
İletişim	209 (%78,3)	53 (%19,9)	5 (%1,9)	267 (%100)	
Video, film	50 (%65,8)	23 (%30,3)	3 (%3,9)	76 (%100)	
Diğer	2 (%40)	2 (%40)	1 (%20)	5 (%100)	
Toplam	397 (%76,6)	104 (20,1)	17 (3,3)	518 (%100)	

* $p<0,01$; $sd=8$

3.6. İnternet Bağımlılığı ile Ergen Problem Tarama Listesi Alt Boyutları Arasındaki İlişki

Öğrencilerin internet bağımlılık durumlarına göre fiziksel problemlere sahip olma düzeyleri arasında anlamlı farklılaşma olup olmadığını test etmek amacıyla “Kruskal Wallis Testi” uygulanmış ve sonuçları Tablo 3.12.’de verilmiştir. Tablo 3.12. incelendiğinde bağımlılık durumuna göre fiziksel problemler sıra ortalamaları arasında anlamlı farklılaşma olduğu görülmektedir ($\chi^2= 27,193$, $sd=2$, $p=0,000<0,05$). Bağımlılık durumunun alt grupların ikili kombinasyonları üzerinden Mann-Whitney U Testi uygulanarak farkın kaynağı incelenmiştir. Yapılan Mann-Whitney U Testi tekniği sonucunda, bağımlı olmayanlar ve muhtemel bağımlı olanlar arasında ($U=16092,500$; $p=0,000<0,05$), bağımlı olmayanlar ile bağımlı olanlar arasında ($U=1412$; $p=,000<0,05$) ve muhtemel bağımlı olanlar ile bağımlı olanlar arasında ($U=513$; $p=,005<0,05$) anlamlı farklılaşma görülmüştür. Grupların sıra ortalamaları karşılaştırıldığında en düşük ortalamaya sahip olan grubun bağımlı olmayan grup, en yüksek ortalamaya sahip grubun ise bağımlı grup olduğu görülmektedir. Bağımlı grupta fiziksel problemlerin daha fazla görüldüğü söylenebilir. Bir başka deyişle ergenlik dönemi fiziksel problemleri arttıkça bağımlılık riski yükselmektedir.

Tablo 3.12. Fiziksel problemler alt boyutu ile internet bağımlılık durumları arasındaki ilişkiye yönelik Kruskal-Wallis Testi sonuçları

Bağımlılık Durumu	n	Sıra ortalaması	χ^2	p*
Bağımlı olmayan	397	243,09	27,193	0,000
Muhtemel bağımlı	104	299,70		
Bağımlı	17	396,76		
Toplam	518			

* $p<0,01$; $sd=2$

Öğrencilerin internet bağımlılık durumlarına göre aile ile ilgili problemlere sahip olma düzeyleri arasında anlamlı farklılaşma olup olmadığını test etmek amacıyla “Kruskal Wallis Testi” uygulanmış ve sonuçları Tablo 3.13.’de verilmiştir. Tablo 3.13. incelendiğinde bağımlılık durumuna göre aile ile ilgili problemler sıra ortalamaları arasında anlamlı farklılaşma olduğu görülmektedir ($\chi^2= 34,874$, $sd=2$, $p=0,000<0,05$). Bağımlılık durumunun alt grupların ikili kombinasyonları üzerinden Mann-Whitney U Testi uygulanarak farkın kaynağı incelenmiştir. Yapılan Mann-Whitney U Testi tekniği sonucunda, bağımlı olmayanlar ve muhtemel bağımlı olanlar arasında ($U=15730,500$; $p=0,000<0,05$), bağımlı olmayanlar ile bağımlı olanlar arasında ($U=1082,00$; $p=0,000<0,05$) ve muhtemel bağımlı olanlar ile bağımlı olanlar arasında ($U=471$; $p=0,002<0,05$) anlamlı farklılaşma görülmüştür. Grupların sıra ortalamaları karşılaştırıldığında en düşük ortalamaya sahip olan grubun bağımlı olmayan grup, en yüksek ortalamaya sahip grubun ise bağımlı grup olduğu görülmektedir. Aile ile ilgili problemlere sahip olmanın internet bağımlılığı riskini arttırdığı söylenebilir. Aileyle ilgili problemleri en fazla yaşayan grup bağımlı olan grup iken, en az düzeyde aile ile ilgili problemlere sahip olan grup bağımlı olmayan gruptur.

Tablo 3.13. Aile ile ilgili problemler alt boyutu ile internet bağımlılık durumları arasındaki ilişkiye yönelik Kruskal-Wallis Testi sonuçları

Bağımlılık Durumu	n	Sıra ortalaması	χ^2	p*
Bağımlı olmayan	397	241,35	34,874	0,000
Muhtemel bağımlı	104	302,77		
Bağımlı	17	418,65		
Toplam	518			

* $p<0,01$; $sd=2$

Öğrencilerin internet bağımlılık durumlarına göre gelecekle ilgili düşünce ve isteklere ilişkin problemlere sahip olma düzeyleri arasında anlamlı farklılaşma olup olmadığını test etmek amacıyla “Kruskal Wallis Testi” uygulanmış ve sonuçları Tablo 3.14.’te verilmiştir. Tablo 3.14. incelendiğinde bağımlılık durumuna göre gelecekle ilgili düşünce ve isteklere ilişkin problemler sıra ortalamaları arasında anlamlı farklılaşma olduğu görülmektedir ($\chi^2= 11,842$, $sd=2$, $p=0,000<0,05$). Bağımlılık durumunun alt grupların ikili kombinasyonları üzerinden Mann-Whitney U Testi uygulanarak farkın kaynağı incelenmiştir. Yapılan Mann-Whitney U Testi tekniği sonucunda, bağımlı olmayan grup ile muhtemel bağımlı grup arasında ($U=17149,500$; $p=0,007<0,05$) ve bağımlı olmayan grup ile bağımlı olan grup arasında ($U=2233,500$; $p=0,017<0,05$) anlamlı farklılaşma görülmüştür. Bağımlı olan grup ile muhtemel bağımlı grup arasında anlamlı farklılaşma görülmemiştir ($U=725,500$; $p=0,234<0,05$). Grupların sıra ortalamaları karşılaştırıldığında en düşük ortalamaya sahip olan grubun bağımlı olmayan grup, en yüksek ortalamaya sahip grubun ise bağımlı grup olduğu görülmektedir. Bağımlı grupta gelecekle ilgili düşünce ve isteklere ilişkin problemlerin daha fazla görüldüğü söylenebilir. Gelecekle ilgili endişeleri en az düzeyde olan grup bağımlı olmayan gruptur. Bağımlılık düzeyi arttıkça gelecekle ilgili düşünce ve isteklere ilişkin problemler de artmaktadır.

Tablo 3.14. Gelecekle ilgili düşünce ve isteklere ilişkin problemler alt boyutu ile internet bağımlılık durumları arasındaki ilişkiye yönelik Kruskal-Wallis Testi sonuçları

Bağımlılık Durumu	n	Sıra ortalaması	χ^2	p*
Bağımlı olmayan	397	247,82	11,842	0,000
Muhtemel bağımlı	104	291,58		
Bağımlı	17	335,94		
Toplam	518			

* $p<0,01$; $sd=2$

Öğrencilerin internet bağımlılık durumlarına göre toplumsal gelişime ilişkin problemlere sahip olma düzeyleri arasında anlamlı farklılaşma olup olmadığını test etmek amacıyla “Kruskal Wallis Testi” uygulanmış ve sonuçları Tablo 3.15.’te verilmiştir. Tablo 3.15. incelendiğinde bağımlılık durumuna göre toplumsal gelişime ilişkin problemler alt boyutu sıra ortalamaları arasında anlamlı farklılaşma olduğu görülmektedir ($\chi^2= 40,288$, $sd=2$, $p=0,000<0,05$). Bağımlılık durumunun alt grupların ikili kombinasyonları üzerinden Mann-Whitney U Testi uygulanarak farkın kaynağı incelenmiştir. Yapılan Mann-Whitney U Testi tekniği sonucunda, bağımlı olmayanlar ve muhtemel bağımlı olanlar arasında ($U=16176,500$; $p=,001<0,05$), bağımlı olmayanlar ile bağımlı olanlar arasında ($U=727,00$; $p=,000<0,05$) ve muhtemel bağımlı olanlar ile bağımlı olanlar arasında ($U=316,00$; $p=,000<0,05$) anlamlı farklılaşma görülmüştür. Grupların sıra ortalamaları karşılaştırıldığında en düşük ortalamaya sahip olan grubun bağımlı olmayan grup, en yüksek ortalamaya sahip grubun ise bağımlı olan grup olduğu görülmektedir. Bağımlı grupta toplumsal gelişime ilişkin problemlerin daha fazla görüldüğü söylenebilir. Bağımlılık düzeyi arttıkça toplumsal gelişimle ilgili problemler de artmaktadır.

Tablo 3.15. Toplumsal gelişime ilişkin problemler alt boyutu ile internet bağımlılık durumları arasındaki ilişkiye yönelik Kruskal-Wallis Testi sonuçları

Bağımlılık Durumu	n	Sıra ortalaması	χ^2	p*
Bağımlı olmayan	397	241,58	40,288	0,000
Muhtemel bağımlı	104	297,00		
Bağımlı	17	448,65		
Toplam	518			

* $p<0,01$; $sd=2$

Öğrencilerin internet bağımlılık durumlarına göre kişilik gelişimine ilişkin problemlere sahip olma düzeyleri arasında anlamlı farklılaşma olup olmadığını test etmek amacıyla “Kruskal Wallis Testi” uygulanmış ve sonuçları Tablo 3.16.’da verilmiştir. Tablo 3.16. incelendiğinde bağımlılık durumuna göre kişilik gelişimine ilişkin problemler alt boyutu sıra ortalamaları arasında anlamlı farklılaşma olduğu görülmektedir ($\chi^2=22,784$, $sd=2$, $p=0,000<0,05$). Bağımlılık durumunun alt grupların ikili kombinasyonları üzerinden Mann-Whitney U Testi uygulanarak farkın kaynağı incelenmiştir. Yapılan Mann-Whitney U Testi tekniği sonucunda, bağımlı olmayanlar ve muhtemel bağımlı olanlar arasında ($U=17303,500$; $p=,011<0,05$), bağımlı olmayanlar ile bağımlı olanlar arasında ($U=1356$; $p=,000<0,05$) ve muhtemel bağımlı olanlar ile bağımlı olanlar arasında ($U=463$; $p=,002<0,05$) anlamlı farklılaşma görülmüştür. Grupların sıra ortalamaları karşılaştırıldığında en düşük ortalamaya sahip olan grubun bağımlı olmayan grup, en yüksek ortalamaya sahip grubun ise bağımlı grup olduğu görülmektedir. Bağımlı grupta kişilik gelişimine ilişkin problemlerin daha fazla görüldüğü söylenebilir. Bağımlılık düzeyi arttıkça kişilik gelişimine ilişkin problemler de artmaktadır.

Tablo 3.16. Kişilik gelişimine ilişkin problemler alt boyutu ile internet bağımlılık durumları arasındaki ilişkiye yönelik Kruskal-Wallis Testi sonuçları

Bağımlılık Durumu	n	Sıra ortalaması	χ^2	p*
Bağımlı olmayan	397	246,00	22,784	0,000
Muhtemel bağımlı	104	287,57		
Bağımlı	17	403,00		
Toplam	518			

* $p<0,01$; $sd=2$

3.7. İnternet Bağımlılığı ile Ergenlerde Sorunlarla Başa Çıkma Ölçeği Alt Boyutları Arasındaki İlişki

Öğrencilerin internet bağımlılık durumlarına göre “sorunları aile ile çözme” skorları arasında anlamlı farklılaşma olup olmadığını test etmek amacıyla “Kruskal Wallis Testi” uygulanmış ve sonuçları Tablo 3.17.’de verilmiştir.

Tablo 3.17. incelendiğinde bağımlılık durumuna göre sorunları aile ile çözme sıra ortalamaları arasında anlamlı farklılaşma olduğu görülmektedir ($\chi^2= 66,123$, $sd=2$, $p=0,000<0,05$). Bağımlılık durumunun alt grupların ikili kombinasyonları üzerinden Mann-Whitney U Testi uygulanarak farkın kaynağı incelenmiştir. Yapılan Mann-Whitney U Testi tekniği sonucunda, bağımlı olmayanlar ve bağımlı olanlar arasında ($U=102,500$; $p=0,000<0,05$), muhtemel bağımlı olanlar ile bağımlı olanlar arasında ($U=25$; $p=0,000<0,05$) ve bağımlı olmayanlar ile muhtemel bağımlı olanlar arasında ($U=14622,500$; $p=0,000<0,05$) anlamlı farklılaşma görülmüştür. Her üç grup arasında farklılaşma olduğu görülmektedir. Grupların sıra ortalamaları incelendiğinde bağımlı olan grubun ortalamasının diğer gruplara göre oldukça düşük olduğu dikkat çekmektedir. Bağımlılık düzeyi arttıkça sorunları aile ile çözme davranışları azalmaktadır.

Tablo 3.17. Sorunları aile ile çözme alt boyutu ile internet bağımlılık durumları arasındaki ilişkiye yönelik Kruskal-Wallis Testi sonuçları

Bağımlılık Durumu	n	Sıra ortalaması	χ^2	p*
Bağımlı olmayan	397	282,91	66,123	0,000
Muhtemel bağımlı	104	209,86		
Bağımlı	17	16,50		
Toplam	518			

* $p<0,01$; $sd=2$

Öğrencilerin internet bağımlılık durumlarına göre “değişiklik arama” skorları arasında anlamlı farklılaşma olup olmadığını test etmek amacıyla “Kruskal Wallis Testi” uygulanmış ve sonuçları Tablo 3.18.’de verilmiştir.

Tablo 3.18. incelendiğinde bağımlılık durumuna göre değişiklik arama sıra ortalamaları arasında anlamlı farklılaşma olduğu görülmektedir ($\chi^2=16,463$, $sd=2$, $p=0,000<0,05$). Bağımlılık durumunun alt grupların ikili kombinasyonları üzerinden Mann-Whitney U Testi uygulanarak farkın kaynağı incelenmiştir. Yapılan Mann-Whitney U Testi sonucunda, bağımlı olmayanlar ile bağımlı olanlar arasında ($U=1544$; $p=0,000$) ve muhtemel bağımlı olanlar ile bağımlı olanlar arasında ($U=366,50$; $p=0,000<0,05$ anlamlı farklılaşma görülmüştür. Bağımlı olmayanlar ile muhtemel bağımlı olanlar arasında anlamlı farklılaşma görülmemiştir ($U=19,026$; $p=0,218>0,05$). Bağımlı grup için okuldaki etkinliklere katılma ve bisiklete binme gibi değişikliklere, bağımlı olmayanlar ve muhtemel bağımlı olanlardan daha az yöneldikleri sonucuna ulaşılmıştır.

Tablo 3.18. Değişiklik arama alt boyutu ile internet bağımlılık durumları arasındaki ilişkiye yönelik Kruskal-Wallis Testi sonuçları

Bağımlılık Durumu	n	Sıra ortalaması	χ^2	p*
Bağımlı olmayan	397	260,04	16,463	0,000
Muhtemel bağımlı	104	280,03		
Bağımlı	17	121,38		
Toplam	518			

* $p<0,01$; $sd=2$

Öğrencilerin internet bağımlılık durumlarına göre “olumsuz duyguları dışa vurma” skorları arasında anlamlı farklılaşma olup olmadığını test etmek amacıyla “Kruskal Wallis Testi” uygulanmış ve sonuçları Tablo 3.19.’da verilmiştir.

Tablo 3.19. incelendiğinde bağımlılık durumuna göre olumsuz duyguları dışa vurma sıra ortalamaları arasında anlamlı farklılaşma olduğu görülmektedir($\chi^2=96,695$, $sd=2$, $p=0,000<0,05$). Bağımlılık durumunun alt grupların ikili kombinasyonları üzerinden Mann-Whitney U Testi uygulanarak farkın kaynağı incelenmiştir. Yapılan Mann-Whitney U Testi sonucunda, bağımlı olmayanlar ve bağımlı olanlar arasında ($U=255$; $p=0,000<0,05$), muhtemel bağımlı olanlar ile bağımlı olanlar arasında ve bağımlı olmayanlar ile muhtemel bağımlı olanlar arasında ($U=10417$; $p=0,000<0,05$) anlamlı farklılaşma görülmüştür. Her üç grup arasında farklılaşma olduğu görülmektedir. Sinirlenip insanlara bağırma, küfür etme, insanlara kırıcı sözler söyleme gibi olumsuz duyguları dışa vurma davranışlarını en çok gerçekleştirenlerin bağımlı grup, en az gerçekleştirenlerin ise bağımlı olmayan grup olduğu görülmüştür. Bağımlılık düzeyi arttıkça olumsuz duyguları dışa vurma davranışları da artmaktadır.

Tablo 3.19. Olumsuz duyguları dışa vurma alt boyutu ile internet bağımlılık durumları arasındaki ilişkiye yönelik Kruskal-Wallis Testi sonuçları

Bağımlılık Durumu	n	Sıra ortalaması	χ^2	p*
Bağımlı olmayan	397	225,88	96,695	0,000
Muhtemel bağımlı	104	351,95		
Bağımlı	17	479,00		
Toplam	518			

* $p<0,01$; $sd=2$

Öğrencilerin internet bağımlılık durumlarına göre “kendini geliştirme” skorları arasında anlamlı farklılaşma olup olmadığını test etmek amacıyla “Kruskal Wallis Testi” uygulanmış ve sonuçları Tablo 3.20.’de verilmiştir.

Tablo 3.20. incelendiğinde bağımlılık durumuna göre kendini geliştirme sıra ortalamaları arasında anlamlı farklılaşma olduğu görülmektedir($\chi^2= 24,715$, $sd=2$, $p=0,000<0,05$). Bağımlılık durumunun alt grupların ikili kombinasyonları üzerinden Mann-Whitney U Testi uygulanarak farkın kaynağı incelenmiştir. Yapılan Mann-Whitney U Testi sonucunda, bağımlı olmayanlar ile muhtemel bağımlı olanlar arasında ($U=17319$; $p=0,011<0,05$), bağımlı olmayanlar ile bağımlı olanlar arasında ($U=1269$; $p=0,000$) ve muhtemel bağımlı olanlar ile bağımlı olanlar arasında anlamlı farklılaşma görülmüştür ($U=380$; $p=0,000<0,05$). Kitap okuma, müzik dinleme gibi kendini geliştirmeye yönelik davranışları en az gerçekleştiren grup bağımlı olan gruptur. Bağımlılık düzeyi yükseldikçe kendini geliştirme davranışları azalmaktadır.

Tablo 3.20. Kendini geliştirme alt boyutu ile internet bağımlılık durumları arasındaki ilişkiye yönelik Kruskal-Wallis Testi sonuçları

Bağımlılık Durumu	n	Sıra ortalaması	χ^2	p*
Bağımlı olmayan	397	273,18	24,715	0,000
Muhtemel bağımlı	104	232,38		
Bağımlı	17	106,00		
Toplam	518			

* $p<0,01$; $sd=2$

Öğrencilerin internet bağımlılık durumlarına göre “manevi destek arama” skorları arasında anlamlı farklılaşma olup olmadığını test etmek amacıyla “Kruskal Wallis Testi” uygulanmış ve sonuçları Tablo 3.21.’da verilmiştir.

Tablo 3.21. incelendiğinde bağımlılık durumuna göre manevi destek arama puan ortalamaları arasında anlamlı farklılaşma olduğu görülmektedir($\chi^2= 27,775$, $sd=2$, $p=0,000<0,05$). Bağımlılık durumunun alt grupların ikili kombinasyonları üzerinden Mann-Whitney U Testi uygulanarak farkın kaynağı incelenmiştir. Yapılan Mann-Whitney U Testi sonucunda, bağımlı olmayanlar ve bağımlı olanlar arasında ($U=982$; $p=0,000<0,05$), muhtemel bağımlı olanlar ile bağımlı olanlar arasında ($U=320$; $p=0,000<0,05$) ve bağımlı olmayanlar ile muhtemel bağımlı olanlar arasında ($U=18031,500$; $p=0,046<0,05$) anlamlı farklılaşma görülmüştür. Dua etme, ibadethaneye gitme gibi davranışları ölçen manevi destek arama alt boyutunda en belirgin farkın bağımlı olmayan grup ile bağımlı grup arasında olduğu görülmektedir. Bağımlı grubun manevi destek arama puan ortalamaları diğer iki gruba göre oldukça düşüktür. Manevi destek arama yöntemini en az kullanan bağımlı grup iken, en çok kullanan grup bağımlı olmayan gruptur.

Tablo 3.21. Manevi destek arama alt boyutu ile internet bağımlılık durumları arasındaki ilişkiye yönelik Kruskal-Wallis Testi sonuçları

Bağımlılık Durumu	n	Sıra ortalaması	χ^2	p*
Bağımlı olmayan	397	272,11	27,775	0,000
Muhtemel bağımlı	104	239,80		
Bağımlı	17	85,59		
Toplam	518			

* $p<0,01$; $sd=2$

Öğrencilerin internet bağımlılık durumlarına göre “psikolojik destek arama” skorları arasında anlamlı farklılaşma olup olmadığını test etmek amacıyla “Kruskal Wallis Testi” uygulanmış ve sonuçları Tablo 3.22.’de verilmiştir.

Tablo 3.22. incelendiğinde bağımlılık durumuna göre psikolojik destek arama puan ortalamaları arasında anlamlı farklılaşma olduğu görülmektedir($\chi^2= 23,155$, $sd=2$, $p=0,000<0,05$). Bağımlılık durumunun alt grupların ikili kombinasyonları üzerinden Mann-Whitney U Testi uygulanarak farkın kaynağı incelenmiştir. Yapılan Mann-Whitney U Testi sonucunda, bağımlı olmayanlar ve bağımlı olanlar arasında ($U=1254,00$; $p=0,000<0,05$), muhtemel bağımlı olanlar ile bağımlı olanlar arasında ($U=368,00$; $p=0,000<0,05$) ve bağımlı olmayanlar ile muhtemel bağımlı olanlar arasında ($U=17904,500$; $p=0,037<0,05$) anlamlı farklılaşma görülmüştür. Üç grup arasında fark olduğu, ancak en belirgin farkın bağımlı olmayan grup ile bağımlı grubun puan ortalamaları arasında olduğu görülmektedir. Bir öğretmen veya rehberlik uzmanına sorununu anlatma, bir uzmandan psikolojik yardım alma, alışverişe çıkıp sevdiği şeyleri satın alma gibi davranışları içeren psikolojik destek arama alt boyutu puan ortalamaları en düşük olan grup bağımlı olan gruptur. Gruplar arasında en az psikolojik destek arama davranışlarını gösteren grup bağımsız gruptur. Bağımlılık düzeyi yükseldikçe psikolojik destek arama davranışları azalmaktadır.

Tablo 3.22. Psikolojik destek arama alt boyutu ile internet bağımlılık durumları arasındaki ilişkiye yönelik Kruskal-Wallis Testi sonuçları

Bağımlılık Durumu	n	Sıra ortalaması	χ^2	p*
Bağımlı olmayan	397	271,74	23,155	0,000
Muhtemel bağımlı	104	238,12		
Bağımlı	17	104,44		
Toplam	518			

* $p<0,01$; $sd=2$

Öğrencilerin internet bağımlılık durumlarına göre “sorunu ciddiye almama” skorları arasında anlamlı farklılaşma olup olmadığını test etmek amacıyla “Kruskal Wallis Testi” uygulanmış ve sonuçları Tablo 3.23.’te verilmiştir.

Tablo 3.23. incelendiğinde bağımlılık durumuna göre sorunu ciddiye almama puan ortalamaları arasında anlamlı farklılaşma olduğu görülmektedir ($\chi^2= 8,202$, $sd=2$, $p=0,017<0,05$). Bağımlılık durumunun alt grupların ikili kombinasyonları üzerinden Mann-Whitney U Testi uygulanarak farkın kaynağı incelenmiştir. Yapılan Mann-Whitney U Testi sonucunda, bağımlı olmayanlar ve muhtemel bağımlı olanlar arasında anlamlı farklılaşma görülmüştür ($U=17254,500$; $p=0,010<0,05$). Bağımlı olmayanlar ile bağımlı olanlar arasında ($U=2834,00$; $p=0,262>0,05$) ve muhtemel bağımlı olanlar ile bağımlı olanlar arasında ($U=645,00$; $p=0,074>0,05$) anlamlı farklılaşma görülmemiştir. Şaka yaparak neşeli olmaya çalışma, zor bir durumdaki iyi şeyleri görmeye çalışma, kendini sorunun önemli olmadığına inandırmaya çalışma gibi davranışları içeren sorunu ciddiye almama alt boyutunun bağımlılık durumuna göre puan ortalamaları karşılaştırıldığında, gruplar arası farkların çok fazla olmadığı ancak en belirgin farkın muhtemel bağımlı grup ile bağımlı olmayan grup arasında olduğu görülmektedir. Sorunu ciddiye almama yönteminin internet bağımlılığı riskini arttırmadığı görülmüştür.

Tablo 3.23. Sorunu ciddiye almama alt boyutu ile internet bağımlılık durumları arasındaki ilişkiye yönelik Kruskal-Wallis Testi sonuçları

Bağımlılık Durumu	n	Sıra ortalaması	χ^2	p*
Bağımlı olmayan	397	252,32	8,202	0,017
Muhtemel bağımlı	104	294,39		
Bağımlı	17	213,65		
Toplam	518			

* $p<0,05$; $sd=2$

Öğrencilerin internet bağımlılık durumlarına göre “duygusal rahatlama” skorları arasında anlamlı farklılaşma olup olmadığını test etmek amacıyla “Kruskal Wallis Testi” uygulanmış ve sonuçları Tablo 3.24.’de verilmiştir.

Tablo 3.24. incelendiğinde bağımlılık durumuna göre duygusal rahatlama puan ortalamaları arasında anlamlı farklılaşma olduğu görülmektedir ($\chi^2= 11,326$, $sd=2$, $p=0,003<0,05$). Bağımlılık durumunun alt grupların ikili kombinasyonları üzerinden Mann-Whitney U Testi uygulanarak farkın kaynağı incelenmiştir. Yapılan Mann-Whitney U Testi sonucunda, bağımlı olmayanlar ve bağımlı olanlar arasında ($U=1829,00$; $p=,001$) ve muhtemel bağımlı olanlar ile bağımlı olanlar arasında anlamlı farklılaşma görülmüştür ($U=476,500$; $p=,002<0,05$). Bağımlı olmayanlar ile muhtemel bağımlı olanlar arasında anlamlı farklılaşma görülmemiştir ($U=19346,500$; $p=0,322>0,05$). Grupların sıra ortalamaları arasında en belirgin farkın muhtemel bağımlı grup ile bağımlı olan grup arasında olduğu görülmektedir. İnternet bağımlısı olan öğrencilerin ağlama, işlerin istediği gibi gittiği hayalini kurma, duygularını bir arkadaşına anlatma gibi duygusal rahatlama sebepleri en az düzeyde gösteren grup oldukları söylenebilir.

Tablo 3.24. Duygusal rahatlama alt boyutu ile internet bağımlılık durumları arasındaki ilişkiye yönelik Kruskal-Wallis Testi sonuçları

Bağımlılık Durumu	n	Sıra ortalaması	χ^2	p*
Bağımlı olmayan	397	260,12	11,326	0,003
Muhtemel bağımlı	104	275,89		
Bağımlı	17	144,62		
Toplam	518			

* $p<0,01$; $sd=2$

Öğrencilerin internet bağımlılık durumlarına göre “sorunları tek başına çözme” skorları arasında anlamlı farklılaşma olup olmadığını test etmek amacıyla “Kruskal Wallis Testi” uygulanmış ve sonuçları Tablo 3.25.’de verilmiştir.

Tablo 3.25. incelendiğinde bağımlılık durumuna göre sorunları tek başına çözme sıra ortalamaları arasında anlamlı farklılaşma olduğu görülmektedir($\chi^2=8,202$, $sd=2$, $p=0,017<0,05$). Grupların sıra ortalamaları karşılaştırıldığında en düşük ortalamaya sahip olan grubun bağımlı grup, en yüksek ortalamaya sahip grubun ise muhtemel bağımlı grup olduğu görülmektedir. Bağımlılık durumunun alt grupların ikili kombinasyonları üzerinden Mann-Whitney U Testi uygulanarak farkın kaynağı incelenmiştir. Yapılan Mann-Whitney U Testi sonucunda, bağımlı olmayanlar ve bağımlı olanlar arasında ($U=2834,00$; $p=0,262>0,05$) ve muhtemel bağımlı olanlar ile bağımlı olanlar arasında anlamlı farklılaşma görülmemiştir ($U=645$; $p=0,074>0,05$). Bağımlı olmayanlar ile muhtemel bağımlı olanlar arasında anlamlı farklılaşma olduğu saptanmıştır ($U=17254,500$; $p=0,010<0,05$). Sorunları tek başına çözme yönteminin internet bağımlılığı riskini arttırmadığı görülmüştür.

Tablo 3.25. Sorunları tek başına çözme alt boyutu ile internet bağımlılık durumları arasındaki ilişkiye yönelik Kruskal-Wallis Testi sonuçları

Bağımlılık Durumu	n	Sıra ortalaması	χ^2	p*
Bağımlı olmayan	397	252,32	8,202	0,017
Muhtemel bağımlı	104	294,39		
Bağımlı	17	213,65		
Toplam	518			

* $p<0,05$; $sd=2$

3. 8. Sorunları Aile ile Çözme, Olumsuz Duyguları Dışa Vurma, İnternet Kullanım Amacı ve Sıklığının İnternet Bağımlılığı Üzerindeki Yordayıcı Etkisine Dair Çoklu Doğrusal Regresyon Analizi

Yapılan analizlerde internet kullanım amaçları ve internet kullanma sıklığı ile internet bağımlılık durumları arasında anlamlı ilişkiler olduğu bulunmuştur. Sorunlarla Başa Çıkma Ölçeği alt boyutlarıyla internet bağımlılık durumları arasındaki ilişkiler incelendiğinde olumsuz duyguları dışa vurma ve sorunları aile ile çözme sıra ortalamaları arasındaki farkların diğer alt boyutlardan fazla olduğu dikkat çekmiştir. Bu bulgular dikkate alınarak internet bağımlılığı üzerinde ne kadar yordayıcı etkisini olduğunu tespit etmek amacıyla bu dört değişken bağımsız değişkenler olarak regresyon analizine dahil edilmiştir.

Çoklu Doğrusal Regresyon Analizi sonuçları sorunları aile ile çözme davranışının internet bağımlılığının %17'sini yordadığı, olumsuz duyguları dışa vurma analize dahil olduğunda birlikte internet bağımlılığının %36'sını yordadıkları, internet kullanım amacı analize dahil olduğunda ise açıklanan varyansın %40'a çıktığı görülmüştür. Son olarak internet kullanım sıklığı analize dahil edildiğinde ise açıklanan varyansın %56'ya çıktığı ($F(4,513)= 162,809$; $p<0.001$) tespit edilmiştir. Sorunları aile ile çözme davranışının internet bağımlılığını negatif, olumsuz duyguları dışa vurma davranışı, internet kullanım amacı ve internet kullanma sıklığının ise internet bağımlılığını pozitif yönde yordadığı bulunmuştur. Söz konusu regresyon analizi ile ilgili bulgular Tablo 3. 26. 'da görülebilir.

Tablo3. 26. Sorunları aile ile çözme, olumsuz duyguları dışa vurma, internet kullanım amacı ve internet kullanma sıklığının internet bağımlılığı üzerindeki yordayıcı etkisine dair Çoklu Doğrusal Regresyon Analizi Sonuçları

Model 4	ΔR^2	B	β	F	t
sabit		11,104			4,255
Sorunları aile ile çözme	,168	-4,925	-,272	105,567**	-9,037**
Olumsuz duyguları dışa vurma	,358	8,098	,297	145,441**	9,518**
İnternet kullanım amacı	,396	1,688	,095	114,169**	3,101*
İnternet kullanım sıklığı	,556	5,882	,441	162,809**	13,626**

*p <,05, **p <,001

4. TARTIŞMA

Araştırma bulguları incelendiğinde; çalışmaya katılan 518 öğrencinin (257 erkek, 261 kız) %3,3'ü internet bağımlısı, %20,1'i ise muhtemel internet bağımlısıdır. Farklı ülkelerde son zamanlarda yapılan araştırmalar incelendiğinde, internet bağımlısı olarak tanımlanabilecek kişilerin toplam kullanıcı içerisindeki oranının %1,0 ile %14 arasında değiştiği görülmektedir (Brenner, 1997; Greenfield, 1999; Morahan ve Schumacher, 2000: 19; Tsai ve Lin, 2001; Yang ve Tung, 2007; Kaltiala-Heino ve diğer., 2004; Johansson ve Götestam, 2004; Yang ve diğer., 2005; Kim ve diğer., 2006: 188; Siomos ve diğer., 2008; Bayraktar, 2001; Whang ve diğ., 2003; Canbaz ve diğ., 2009; Seo ve diğ., 2009). Bununla birlikte internet bağımlılığı açısından risk altındaki grubun ise %5,2 ile %38 arasında değişebileceği görülmektedir (Whang ve diğ., 2003; Johansson ve Götestam, 2004; Kim vd., 2006; Siomos vd., 2008; Bakken vd., 2009; Canbaz ve diğ., 2009; Seo ve diğ., 2009). İnternet bağımlılık oranlarının çalışmalar arasında farklı olmasının sebepleri, çalışmanın yapıldığı zamanların farklı olması, tanı ölçütlerinin belirlenmemiş olması, çalışmalarda kullanılan farklı metodolojik yöntemler ve kültürel farklılıklar olabilir. Bu çalışmadan elde edilen bulgular, yapılan diğer çalışmalarda ortaya çıkan internet bağımlılığı ve muhtemel internet bağımlılığı aralıklarıyla tutarlılık göstermektedir.

Öğrencilerdeki internet bağımlılık durumları cinsiyet yönünden incelendiğinde kızlar ve erkekler arasında istatistiksel açıdan anlamlı bir fark olmadığı görülmektedir. Daha önce yapılan birçok çalışmada erkeklerin bağımlı olma ihtimalinin daha yüksek olduğu bulunmuştur (Young ve Rodgers, 1998; Morahan-Martin ve Schumacher, 2000; Lee ve diğ., 2001; Simkova ve Cincera, 2004; Özcan, 2004; Chou ve diğ., 2005; Bayraktar ve Gün, 2007; Yang ve Tung, 2007; Çakır-Balta ve Horzum, 2008; Tahiroğlu vd., 2008; Canbaz ve diğ., 2009; Frangos ve diğ., 2010). Cinsiyete göre internet bağımlılık durumlarının farklılaşmadığı bulgusunu destekleyen bazı çalışmalar da mevcuttur (Pawlak, 2002;

Kaltiala-Heino ve diğ er., 2004; Kim ve diğ er., 2006: 188; Lam ve diğ er., 2009; Batıg ün ve Hasta, 2010: 217; Ayas ve Horzum, 2013). Bu farklılığ ın, araştırmalardaki internet bağımlılığ ı ölçüm biçiminden ve/veya kültürel farklılıklardan kaynaklanabileceğ i düşünölmektedir. Türkiye’de yapılan çalışmalarla karşılaştırıldığ ında ise kızların gün geçtikçe daha çok internete bağlanma imkânı elde etmesiyle açıklanabilir. İnternet kullanımı hızla yaygınlaşmakta, her geçen gün daha çok eve internet bağlantısı girmekte ve daha çok insan akıllı telefon aracılığ ıyla internete bağlanmaktadır. İnternet kafelere daha çok erkeklerin gittiğ i bilinmektedir. İnternet kafelere gidemeyen kız öğrencilerin de günümüzde daha fazla internete bağlanma imkânı olmaktadır.

Öğrencilerin öğrenim gördükleri sınıf düzeylerine göre internet bağımlılık durumları arasında anlamlı farklılaşma görölmemiştir. Bu veriler, ayrıca sınıf düzeyi ile öğrencilerin yaşları dolayısı ile gelişimlerine de paralel gittiğ inden bu açıdan da değerlendirildiğ inde gelişim ve internet bağımlılığ ı açısından da bir bakış acısı ortaya konulmasına yardımcı olabileceğ i düşünölebilir. Kendi yaşlılarıyla aynı sınıf düzeyinde olmayanların da olduğu düşünölmektedir. Yaş ile internet bağımlılığ ı arasındaki ilişki ayrıca incelenmiş ve anlamlı ilişki bulunamamıştir. Wu ve Tsai (2006), yaptıkları araştırmalarında öğrencilerin sınıf düzeylerinin internet tutumları açısından önemli rol oynadığ ı bulgusuna ulaşmışlardır. Tanrıverdi (2012: 6) ortaöğretim öğrencilerinin sınıf düzeyine göre internet bağımlılık durumlarının anlamlı olarak farklılaşmadığ ını bulmuştur. Buna rağmen lise 1 sınıfında bulunan öğrenciler internet bağımlısı olma durumları daha fazla olduğu, yaş değişkeni açısından da 14-15 yaşlarda bağımlılık oranının daha fazla görölmüştür. Çünkü hem yeni bir kademe okuması hem de ergenlik döneminde bulunması, okula uyum sorunu yaşaması ve aile desteğini yeterince almaması bu durumu açıklama açısından düşünölebilir.

Öğrencilerin internet kullanma sıklıkları ile internet bağımlılık durumları arasında anlamlı bir ilişki vardır. Öğrencilerin internette geçirdikleri süre arttıkça internet bağımlılık durumunun da arttığ ı görölmektedir. Haftada 40 saat ve üzeri internette vakit geçiren öğrencilerin %20’si bağımlı, %48,3’ü ise muhtemel bağımlı kategorisinde yer almaktadır. İnternet bağımlılığ ı ve internette kalma süresi arasındaki ilişkiyi araştıran birçok çalışma yapılmıştir. Lin ve Tsai (2001) çalışmasında internet bağımlılarının haftada 20 saatten fazla internette kaldıklarını saptamışlardır. Chou ve Hsiao (2000) internet bağımlılarının haftada 20– 25 saat internette vakit geçirdiklerini belirtmişlerdir. Hardie ve Tee (2007) bağımlı olmayan

bireylerin interneti haftada ortalama 21,84 saat, bağımlı kullanıcıların ise haftada ortalama 68,88 saat kullandıklarını, Simkova ve Cincera (2004) bağımlı bireylerin haftada ortalama 44 saat internet kullandığını tespit etmiştir. Young (1996) bu süreyi haftada 38,5 saat olarak, Kelleci ve arkadaşları (2009) lise öğrencileri üzerinde yaptıkları çalışmada kız öğrencilerin % 70,2'sinin, erkek öğrencilerin ise % 60,2'sinin kullanım sıklığını günde 1- 2 saat olarak belirlemişlerdir. Bu çalışmada haftada 40 saat ve üzeri internet kullananların %20'sinin bağımlı, %48,3'ünün ise muhtemel bağımlı olduğu bulunmuştur. İnternette haftalık ortalama geçirilen süre açısından bu çalışmada elde edilen sonuçlar yurt içinde ve yurt dışında yapılan çalışmalarla tutarlılık göstermektedir.

Öğrencilerin başat internet kullanım amaçları ile internet bağımlılık durumları arasında anlamlı ilişki olduğu görülmüştür. Diğer (bilgisayar korsanlığı ve yazılım) cevabı veren öğrencilerin %20'sinin bağımlı, %40'ının muhtemel bağımlı grupta yer aldığı ve internet bağımlılığı açısından en yüksek riske sahip kullanıcılar olduğu sonucuna ulaşılmıştır. Başat aktiviteleri oyun oynama olan öğrencilerin %14,3'ü bağımlı iken, %37,5'i muhtemel bağımlı kategorisindedir. Bağımlılık riski olarak oyun oynamanın ikinci sırada yer aldığı görülmektedir. Young (1997) çalışmasında internet bağımlılarının interneti sosyalleşmek, yeni insanlar tanımak, sohbet odalarında sohbet etmek gibi işlevleri için kullandıkları, bağımlı olmayanların ise interneti daha çok bilgi arama amaçlı kullandıkları sonucuna ulaşmıştır. Yapılan birçok çalışma interneti sosyal etkileşim için kullanmanın internet bağımlılığının gelişmesinde en önemli risk faktörü olduğunu saptamıştır. (Young, 1997; Chou ve Hsiao, 2000; Caplan, 2002; Armstrong ve diğer., 2000). Bu çalışma, en riskli başat aktivite açısından diğer çalışma sonuçlarıyla kısmen benzerlik göstermemektedir. Oyun amaçlı internet kullanımı bu çalışmada da riskli olarak bulunmuştur ve riski en az olan başat aktivite bütün çalışmalarda olduğu gibi bu çalışmada da bilgi aramadır. Türk Dil Kurumu “bilgisayar korsanlığı”nı; bilgisayar ve haberleşme teknolojileri konusundaki bilgisini gizli verilere ulaşma, ağlar üzerinde yasal olmayan zarar verici işler yapma olarak tanımlamaktadır. Önceki çalışmalarda “internet korsanı” olan öğrencilere rastlanmamış olabilir. Bu çalışmada da örneklemin %1'inin bu cevabı vermesi beklenmedik bir sonuçtur. Bu %1'lik grubun birbirinden etkilenen bir arkadaş grubu olma ihtimali düşünülmektedir. Olumsuz duyguları dışa vurma skorlarının en fazla bağımlı grupta görüldüğü dikkate alındığında, bilgisayar korsanı

olan ergenlerin olumsuz duyguları dışa vurma baş etme yöntemini kullandıkları ve suça yöneldikleri düşünülmektedir.

Ergen Problem tarama listesi alt boyutları ile öğrencilerin internet bağımlılık durumları karşılaştırıldığında her alt boyut için anlamlı ilişki olduğu görülmüştür. Fiziksel problemler, aile ile ilgili problemler, gelecek beklentileri, toplumsal gelişime ilişkin problemler ve kişilik gelişimi problemleri ile internet bağımlılığı arasında pozitif yönlü ilişki olduğu sonucuna ulaşılmıştır. İnternet bağımlısı olan ergenler en fazla ergenlik problemlerine sahip olan grup olarak görülmektedir. Jiang ve Vance (2010) duygusal ve davranışsal problemlerin seviyesi ile internet bağımlılığının düzeyi arasında pozitif korelasyon olduğunu; bu problemlerin sosyal anksiyetede artış, agresiflik, arkadaşlık kurmada ve sürdürmede zorlukta artış, düşük özgüveni içerdiğini belirtmişlerdir (aktaran Ekşi ve Ümmet, 2013). Ergenlik problemlerinin internet bağımlılığının sebebi mi yoksa sonucu mu olduğu söylenememektedir. Burada ergenlerin sorunlarla başa çıkma yöntemleri belirleyici olmaktadır. Sorunlarıyla başa çıkmada işlevsel olmayan başa çıkma yöntemlerini kullanan ergenlerin internet bağımlılığı riskinin daha fazla olup olmadığını belirlemek için internet bağımlılığı ile ergenlerin sorunlarla başa çıkma yöntemleri arasındaki ilişki incelenmiştir.

Ergenlerde Sorunlarla Başa Çıkma Ölçeği alt boyutlarından sorunları aile ile çözme, olumsuz duyguları dışa vurma, psikolojik destek arama, manevi destek arama, kendinin geliştirme ve değişiklik arama davranışlarının internet bağımlılığıyla arasında ilişki olduğu bulunmuştur. Sorunları aile ile çözme alt boyutu ile internet bağımlılık durumları arasında ters yönlü bir ilişki olduğu görülmüştür. Sorunları aile ile çözme ortalamaları arttıkça internet bağımlılığı riski azalmaktadır. Esen ve Siyez (2011) aileden algılanan sosyal destek ile internet bağımlılığı arasında negatif yönde bir ilişki olduğunu bulmuşlardır. Şenormancı ve diğ. (2014) erkekler üzerinde yaptıkları çalışmalarında internet bağımlılarında başa çıkma tutumlarında bazı farklılıklar bulunduğunu bildirmişlerdir. Kontrol grubunda; sorun odaklı başa çıkma tutumlarından yararlı sosyal destek kullanımı, aktif başa çıkma, plan yapma; duygusal odaklı başa çıkma tutumlarından pozitif yeniden yorumlama ve gelişme, dini olarak başa çıkma, duygusal sosyal destek kullanımı, soruna odaklanma ve duyguları açığa vurma strateji puanları anlamlı düzeyde yüksek iken; işlevsel olmayan başa çıkma tutumlarından zihinsel boş verme, inkâr, davranışsal olarak boş verme, alkol-madde kullanımını anlamlı düzeyde düşük bulunmuştur. Mevcut

araştırmanın sonuçları ile benzerlikler görülmektedir. Psikolojik destek arama, manevi destek arama, kendini geliştirme duygusal odaklı başa çıkma; sorunları aile ile çözme sorun odaklı başa çıkma ve olumsuz duyguları dışa vurma işlevsel olmayan başa çıkma tutumları olarak değerlendirilebilir. Psikolojik destek arama, manevi destek arama, kendini geliştirme, sorunları aile ile çözme davranışları bağımlı grup tarafından daha az gerçekleştirilirken, olumsuz duyguları dışa vurma davranışı bağımlı grup tarafından daha çok tercih edilmektedir.

Çoklu Doğrusal Regresyon Analizi sonuçları; sorunları aile ile çözme davranışının internet bağımlılığının %17'sini yordadığı, olumsuz duyguları dışa vurma ile birlikte internet bağımlılığının %36'sını yordadıkları, internet kullanım amacı analize dahil olduğunda ise açıklanan varyansın %40'a çıktığı, son olarak internet kullanım sıklığı analize dahil edildiğinde ise açıklanan varyansın %56'ya çıktığı tespit edilmiştir. Araştırma sonuçları lise öğrencilerinde internet bağımlılığını önemli ölçüde yordayan değişkenlerin, sorunları aile ile çözme(%17), olumsuz duyguları dışa vurma(%19) ve internet kullanım sıklığı(%16) olduğunu göstermiştir. İnternet kullanım amaçları da internet bağımlılığının yordanmasına katkıda bulunmakla birlikte diğer değişkenlere oranla daha az bir etkiye sahiptir(%4).

Sorunları aile ile çözme davranışının internet bağımlılığını negatif, olumsuz duyguları dışa vurma davranışı, internet kullanım amacı ve internet kullanma sıklığının ise internet bağımlılığını pozitif yönde yordadığı bulunmuştur. Literatüre bakıldığında internet kullanım amacı ve kullanım sıklığının internet bağımlılığının yordayıcıları olduğu bulgusunu destekleyen çalışmalar vardır. Johansson ve Göttestam (2004), İnternet kullanım sıklığı ve internet kullanım amaçlarının İnternet bağımlılığını belirleyen temel değişkenlerden olduğunu bulmuşlardır.

5. SONUÇLAR VE ÖNERİLER

5.1 Sonuçlar

Araştırmanın örneklemini 518 lise öğrencisinden oluşmuştur. Öğrencilerin %76,6'sı bağımlı, %20,1'i muhtemel bağımlı, %3,3'ü bağımlıdır.

İnternet bağımlılık durumu ile demografik özellikler(cinsiyet, sınıf düzeyi ve yaş) arasında anlamlı bir ilişki bulunmamıştır.

İnternet kullanma sıklığı ile internet bağımlılık durumu arasında anlamlı ilişki bulunmuştur. İnternet kullanım sıklığı arttıkça internet bağımlılık durumunun da arttığı görülmüştür.

İnternet bağımlılık durumlarıyla ilgili olarak başat internet kullanım amaçları incelendiğinde diğer(yazılım indirme, hack) cevabı veren öğrencilerin en yüksek risk grubunda olduğu, oyun oynama amaçlı internet kullananların en yüksek ikinci risk grubu oldukları bulunmuştur. Bu amaçları sırasıyla video, film vb. izleme; iletişim ve araştırma yapma takip etmektedir.

Sorunlarla başa çıkma ölçeği alt boyutlarıyla internet bağımlılık durumları arasında anlamlı ilişki bulunmuştur. Sorunları aile ile çözme, kendini geliştirme, manevi destek arama, psikolojik destek arama başa çıkma davranışlarını bağımlı olanların en az kullanan grup olduğu, Olumsuz duyguları dışa vurma davranışlarını başa çıkma yöntemi olarak en fazla tercih edenlerin de bağımlı olanlar olduğu sonucuna ulaşılmıştır.

Ergen Problem tarama listesi alt boyutları ile internet bağımlılık durumları arasında anlamlı pozitif ilişki bulunmuştur. Fiziksel gelişim problemleri, aile ile ilgili problemler, gelecekle ilgili düşünce ve isteklere ilişkin problemler, toplumsal gelişime ilişkin problemler, kişilik gelişimine ilişkin problemler arttıkça internet bağımlılık riski artmaktadır.

Çoklu Doğrusal Regresyon Analizi sonuçları sorunları aile ile çözme davranışının internet bağımlılığının %17'sini yordadığı, olumsuz duyguları dışa

vurma analize dahil olduğunda birlikte internet bağımlılığının %36'sını yordadıkları, internet kullanım amacı analize dahil olduğunda açıklanan varyansın %40'a çıktığı, son olarak internet kullanım sıklığı analize dahil edildiğinde ise açıklanan varyansın %56'ya çıktığı tespit edilmiştir.

5.2 Öneriler

Araştırmanın bulgularına ve yorumlara dayanılarak araştırmacılara ve gelecek çalışmalara yönelik bazı öneriler geliştirilmiştir:

1. Bu çalışmada aile ile ilgili problemler ve sorunları aile ile çözüme davranışı dâhil edilmiş ancak ailenin sosyodemografik yapısına yer verilmemiştir. Ayrıca aile içi ilişkileri ölçen daha kapsamlı bir ölçüm aracının kullanılmasının yararlı olacağı düşünülmektedir.
2. Çalışma İstanbul ili ile sınırlıdır. Başa çıkma yöntemleri yetiştirilme tarzından ve kültürden önemli derecede etkilendiği düşünülen değişkenlerdir. Bu sebeple araştırmanın daha genel bir sonuca ulaşması açısından farklı kültürel özelliklere sahip şehirlerden de veri toplanması daha faydalı olabilir. Gelecekte yapılacak çalışmaların farklı bölgelerden daha geniş bir örneklem seçmesi daha genel bir sonuca ulaşılmasını sağlayabilir.
3. Araştırmanın sınırlılıklarından biri de kullanılan veri toplama araçlarının kendini bildirime dayanmasıdır. Ölçeklerin geçerlik ve güvenirlik çalışmaları kullanılabilir olduklarını gösterse de kişiler kendilerine dair bilgi verirken yeterince açık davranmamış olabilirler. Dolayısıyla ulaşılan bulgular bu sınırlılıklar çerçevesinde değerlendirilmelidir. İnternet bağımlılarının bağımlılık ile ilgili farkındalıklarının olmaması ve/veya bağımlılıklarını saklama eğiliminde olmaları olası görüldüğünden sonraki çalışmalarda daha kalitatif yöntemler kullanılması ve aile görüşlerinin de alınması yararlı olabilir.
4. Literatürde ergenlerde sorunlarla başa çıkma yöntemleri ile internet bağımlılığı arasındaki ilişkiyi inceleyen çok sayıda çalışmaya rastlanmamıştır. Ergenlerin başa çıkmalarıyla internet bağımlılığı arasındaki ilişkiye yönelik daha fazla araştırmaya ihtiyaç vardır.
5. Bu çalışmada madde kullanımı incelenememiştir. Uygun olmayan başa çıkma yöntemlerinden olan alkol-madde kullanımı ile internet bağımlılığı arasındaki

ilişkinin incelenmesinin internet bağımlılarının başa çıkma stratejileriyle ilgili literatüre katkıda bulunacağı düşünülmektedir.

KAYNAKLAR

- Adams, J.F. (1995). *Ergenliği Anlamak*. Dönmez, A (Haz). Onur, B (Çev). (1. Baskı). Ankara: İmge Kitabevi.
- American Psychiatric Association (APA). (2013). *Diagnostic and Statistical Manual of Mental Disorders (DSM-5)*. Fifth Edition.
- Anderson, K. J. (2001). Internet Use Among College Atudents: An Exploratory Study. *Journal of American College Health*, 50, 21-26.
- Armstrong, L., Phillips, J., & Saling, L. (2000). Potential determinants of heavier Internet usage. *International Journal of Human-Computer Studies*, 53, 537–550.
- Ayas, T., Horzum, M.B. (2013). Ortaöğretim öğrencilerinin sanal zorba ve mağdur olma düzeylerinin okul türü ve cinsiyet açısından incelenmesi. *Eğitim Bilimleri ve Uygulama Dergisi*, 10(20), 139 – 159.
- Aydın, A. S. (2003). *Ergenlerde Stresle Başa çıkma Tarzları ile Cinsiyet ve Cinsiyet Rollerini Arasındaki İlişki*. Yüksek Lisans Tezi. İstanbul: Marmara Üniversitesi, Eğitim Bilimleri Enstitüsü.
- Bakay, M. E. (2001). *Lise Öğrencilerinin İnternet Kullanma Koşulları ile Yeterlik Düzeyleri ve Öğrencilerin İnternet Kafelere Gitme Koşulları*. Yayımlanmamış Yüksek Lisans Tezi. İzmir: Dokuz Eylül Üniversitesi, Eğitim Bilimleri Enstitüsü.
- Bakken, I. J., Wenzel, H. G., Götestam, K. G., Johansson, A., Oren, A. (2009). Internet Addiction Among Norwegian Adults: A Stratified Probability Sample Study. *Scandinavian Journal of Psychology*, 50, 121-127.
- Balcı, Ş., Gülnar, B. (2009). Üniversite Öğrencileri Arasında İnternet Bağımlılığı ve İnternet Bağımlılarının Profili. *Selçuk İletişim*, 6(1), 5-2.
- Balta, Ö.Ç., Horzum M.B. (2008). Web Tabanlı Öğretim Ortamındaki Öğrencilerin İnternet Bağımlılığını Etkileyen Faktörler. *Ankara Üniversitesi Eğitim Bilimleri Fakültesi Dergisi*, 41(1), 187-205.
- Baltaş, A. ve Baltaş, Z. (2013). *Stres ve Basaıkma Yolları*. (30. Baskı). İstanbul: Remzi Kitabevi.
- Bauman, L. (1998). *Çocuğunuz Ergenlik Çağında*. Mahir, B (Çev.). (3.Baskı). İstanbul: Boyner Holding Yayınları.

- Basut, E. (2004). *Suça Yönelen Ve Yönelmeyen Ergenlerin Stresle Başaçıkma ve Kişilik Örüntüleri Yönünden İncelenmesi*. Yayınlanmamış Yüksek Lisans Tezi. Ankara: Ankara Üniversitesi, Sağlık Bilimleri Enstitüsü.
- Batıgün, A.D., Hasta, D. (2010). İnternet Bağımlılığı: Yalnızlık ve kişilerarası ilişki tarzları açısından bir değerlendirme. *Anadolu Psikiyatri Dergisi*, 11(3), 213-219.
- Bayraktar, F. (2001). *İnternet Kullanımının Ergen Gelişimindeki Rolü*. Yayınlanmamış Yüksek Lisans Tezi. İzmir: Ege Üniversitesi, Sosyal Bilimler Enstitüsü.
- Bayraktar, F., Gün, Z. (2007). Incidence and Correlates of Internet Usage Among Adolescents in North Cyprus. *CyberPsychology and Behavior*, 10(2), 191-197.
- Bayraktutan, F. (2005). *Aile içi ilişkiler açısından internet kullanımı*. Yayınlanmamış Yüksek Lisans Tezi. İstanbul: İstanbul Üniversitesi, Sosyal Bilimler Enstitüsü.
- Beard, K.W., Wolf, E.M. (2001). Modification in the proposed diagnostic criteria for internet addiction. *Cyberpsychology and Behavior*, 4:377-383.
- Beyatlı, Ö. (2012). *Orta Öğretim Kademesindeki Öğrencilerin İnternet Bağımlılığı Düzeylerinin Belirlenmesi*. Yayınlanmamış Yüksek Lisans Tezi. Lefkoşa: YDÜ, Eğitim Bilimleri Enstitüsü.
- Brenner, V. (1997). Psychology of Computer Use: XLVII. Parameters of Internet Use, Abuse and Addiction: The first 90 days of the Internet usage survey. *Psychological Reports*, 80, 879-882.
- Canbaz, S., Sunter, A. T., Peksen, Y., Canbaz, M. A. (2009). Prevalence of the Pathological Internet Use in a Sample of Turkish School Adolescents. *Iranian Journal of Public Health*, 38(4), 64-71.
- Caplan, S. E. (2002). Problematic Internet Use and Psychosocial Well-being: Development of a Theory-Based Cognitive–Behavioral Measurement Instrument. *Computers in Human Behavior*, 18, 553-575.
- Caplan, S. (2005). A social skill account of problematic internet use. *Journal of Communication*, 55, 721–736.
- Carver, C.S., Connor-Smith, J. (2010). Personality and Coping. *Annual Review of Psychology*, 61: 679–704.
- Chou, C., Condrón, L. Belland, J.C. (2005). A Review of the Research on Internet Addiction. *Educational Psychology Review*, 17(4), 363-388.
- Chou, C. ve Hsiao M.C. (2000). Internet addiction, usage, gratification, and pleasure experience: The Taiwan college student's case. *Computers and Education*, 35; 65-80.

Compas, B.E., Connor-Smith, J., Saltzman, H., Thomsen, A.H., Watsworth, M. (2001). Coping With Stress During Childhood and Adolescence: Problems, Progress, And Potential in Theory and Research. *Psychological Bulletin*, 127(1), 87-127.

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

Doğan, A. (2013). *İnternet Bağımlılığı Yaygınlığı*. Yayınlanmamış Yüksek Lisans Tezi. İzmir: Dokuz Eylül Üniversitesi, Aile Eğitimi ve Danışmanlığı Anabilim Dalı.

Doğan, H. , Işıklar, A. ve Eroğlu, S. (2008). Ergenlerin Problemlerini İnternet Kullanımlarının Bazı Değişkenler Açısından İncelenmesi. *Kazım Karabekir Eğitim Fakültesi Dergisi*, 18: 106- 124.

Ekşi, F. ve Ümmet, D. (2013). Bir Kişilerarası İletişim Problemi Olarak İnternet Bağımlılığı ve Siber Zorbalık: Psikolojik Danışma Açısından Değerlendirilmesi. *Değerler Eğitimi Dergisi*, 11(25): 91-115.

Esen, E., Siyez, D. M. (2011). Ergenlerde İnternet Bağımlılığını Yordayan Psiko-sosyal Değişkenlerin İncelenmesi. *Türk Psikolojik Danışma ve Rehberlik Dergisi*, 4 (36), 127-138.

Folkman, S., Lazarus, R.S., Dunkel-Schetter, C., DeLongis, A., Gruen, R.J.(1986). Dynamics of A Stressful Encounter: Cognitive Appraisal, Coping, and Encounter Outcomes. *Journal of Personality and Social Psychology*. 50(5), 992-1003.

Frangos, C.C., Frangos, C.C., Kiohos, A.P. (2010). Internet Addiction Among Greek University Students: Demographic Associations with the Phenomenon, using the Greek version of Young's Internet Addiction Test. *International Journal of Economic Sciences and Applied Research*, 3 (1): 49-74.

Geçtan, E. (1988). *Psikanaliz ve Sonrası*. İstanbul: Remzi Kitabevi.

Gönül, A.S. (2002). Patolojik internet kullanımı (İnternet bağımlılığı/Kötüye kullanımı). *Yeni Symposium*, 40 (3): 105-110.

Greenfield, D. N. (1999). Virtual addiction: Sometimes new technology can create new problems. Erişim tarihi: 20 Mayıs 2014, <http://www.virtual-addiction.com/virtual-addiction/>

Gross, E. (2004). Adolescent İnternet Use: What we expect, what teens report. *Journal of Applied Developmental Psychology*, 25(6), 633-649.

Gücüyeter, N. (2003). *Lise Öğrencilerinin Kullandıkları Başa Çıkma Stratejileri İle Kendini Kabul Düzeyleri Arasındaki İlişkiler*. Yayınlanmamış Yüksek Lisans Tezi, İzmir: Dokuz Eylül Üniversitesi Eğitim Bilimleri Enstitüsü

Gültutan, Ş. (2007). *İlköğretim 6, 7, 8. Sınıf Öğrencilerinin İnternet Kullanma Alışkanlıkları*. Yayınlanmamış Yüksek Lisans Tezi. Ankara: Ankara Üniversitesi, Eğitim Bilimleri Enstitüsü.

Hardie, E.A., Critchley, C., Swann, K. (2007). Self-Coping Complexity: The role of relational, individual and collective self-aspects and corresponding coping styles in stress and health. *Current Research in Social Psychology*, 12, 134-150.

Huitt, W., Hummel, J. (2003). Piaget's theory of cognitive development. Erişim Tarihi: 17 Mart 2014, <http://www.edpsycinteractive.org/topics/cognition/piaget.html>

İkinci, M. (2003). *Ergenlerde Temel İhtiyaçların Karşılama Düzeyi ile Basaçıkma Davranışları Arasındaki İlişki*. Yayınlanmamış Yüksek Lisans Tezi, Trabzon: KTÜ, Sosyal Bilimler Enstitüsü.

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

Johansson A, Gotestam KG. (2004). Problems with computer games without monetary reward: similarity to pathological gambling. *Psychological Reports*, 95, 641-650.

Kaltiala-Heino, R., Lintonen, T. Rimpela, A. (2004). Internet Addiction? Potentially problematic use of the internet in a population of 12-18 year-old adolescents. *Addiction Research and Theory*; 12(1), 89-96.

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

Karabekiroğlu, K. (2014). *Ergenin Ruhsal Gelişimi*. (1. Baskı). İstanbul: Say Yayınları.

Karaca, M. (2007). *Sosyolojik Bir Olgu Olarak İnternet Gençliği: Elazığ Örneği*. Yayınlanmamış Doktora Tezi. Elazığ: Fırat Üniversitesi. Sosyal Bilimler Enstitüsü.

Kevenk, F. R. (2003). *Ergenlerin Cinsiyet ve Stres Düzeylerinin Stresle Başa Çıkma Stratejileri Üzerine Etkisi*. Yayınlanmamış Yüksek Lisans Tezi. İstanbul: Boğaziçi Üniversitesi, Sosyal Bilimler Enstitüsü.

Kim, K., Ryu, E., Chon M., Yeun, E.J., Choi, S.Y., Seo, J.S., Nam, B.W. (2006). Internet addiction in Korean adolescents and its relation to depression and suicidal ideation: A questionnaire survey. *International Journal of Nursing Studies*, 43(2); 185-192.

Kulaksızoğlu, A. (2008). *Ergenlik Psikolojisi*. (10. Baskı). İstanbul: Remzi Kitabevi.

Lam, L. T., Peng, Z., Mai, J., Jing, J. (2009). Factors Associated with Internet Addiction among Adolescents. *CyberPsychology and Behavior*, 12(5), 551-555.

Lin, M.P, Ko. H.C, Wu, J.Y. (2011). Prevalence and psychosocial risk factors associated with internet addiction in a nationally representative sample of college students in Taiwan. *Cyberpsychology, Behavior and Social Networking*, 14(12):741-6.

Metropol Design. (2014). Erişim Tarihi: 28 Nisan 2014.
<http://metropoldesign.net/internet/turkiye-internet-kullaniminda-dunya-16-ncisi.html>.

Morahan-Martin, J. Schumacher, P. (2000). Incidence and correlates of pathological Internet use among college students. *Computers in Human Behavior*, 16(1), 13-29.

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

Niemz K, Griffiths M, Banyard P. (2005). Prevalence of pathological Internet use among university students and correlations with self-esteem, the General Health Questionnaire (GHQ), and disinhibition. *Cyberpsychology and Behavior*, 8:562-570.

Ögel, K. (2012). *İnternet Bağımlılığı*. (1.Baskı). İstanbul: Türkiye İş Bankası Kültür Yayınları.

Öngen, D. (2002). Ergenlerde Sorunlarla Başa Çıkma Davranışları. *Eğitim ve Bilim*, 27(125):54-61.

Özcan N. (2004). *Üniversite öğrencilerinde İnternet Kullanımının Psikososyal Durum ile İlişkisi*. Yayınlanmamış Yüksek Lisans Tezi. İstanbul: İstanbul Üniversitesi. Sağlık Bilimleri Enstitüsü.

Özcebe, H., Sönmez, R., Akıncı, Ö., Baycu, S., Karaçay, D., Kargın, S., Öncül, M., Öz. Ö. O. (2002). Adölesanlar ve Anneleri Arasındaki İletişim. Hacettepe Toplum Hekimliği Bülteni, 23(3).

Özer, İ. (2001). *Ergenlerin Stres Yaşantılarında Kullandıkları Başa Çıkma Stratejilerinin Benlik İmajı İle İlişkisi*. Yayınlanmamış Yüksek Lisans Tezi. Adana: Çukurova Üniversitesi Sosyal Bilimler Enstitüsü.

Rice, E. R. (2002). Primary Issues in Internet Use: Access, Civic and Community Involvement, and Social interaction and Expression. Erişim Tarihi: 5 Mayıs 2014,
<http://www.comm.ucsb.edu/faculty/rrice/C36Rice2002.pdf>

Ruchkin, V. V., Eisemann, M., Hagglöf, B. (1999). Coping Styles in Delinquent Adolescents and Controls: The Role of Personality and Parentarel Rearing. *Journal of Youth and Adolescence*, 28(6):705-717.

Sally, L. P. M. (2006). Prediction of Internet Addiction for Undergraduates in Hong Kong. Baptist University, Hong Kong , UMI Dissertation Information Service.

Scherer, K. (1997). College life on-life: Healthy and unhealthy internet use. *Journal of College Student Development*, 38; 655-664.

- Senemoğlu, N. (2005). *Gelişim Öğrenme ve Öğretim*. (11. Baskı). Ankara: Gazi Kitabevi.
- Seo, M. Kang, HS. Yom, Y-H. (2009). Internet Addiction and Interpersonal Problems in Korean Adolescents. *CIN: Computers, Informatics, Nursing*; Vol. 27(4), 226–233.
- Simkova, B., Cincera, J., (2004). Internet Addiction Disorder and Chating in The Czech Republic. *CyberPsychology & Behavior*, 7(5), 536-539.
- Siomos, K. E., Dafouli, E. D., Braimiotis, D. A., Mouzas, O. D., Angelopoulos, N. V. (2008). Internet Addiction Among Greek Adolescent Students. *CyberPsychology & Behavior*, 11(6), 653-657.
- Song, I., Larose, R., Eastin, M. S., & Lin, C.A, (2004). Internet Gratifications and Internet Addiction: On the Uses and Abuses of New Media. *Cyberpsychology & Behavior*, 7(4), 384-394.
- Suhail, K. Bargees, Z. (2006). Effects of excessive Internet use on undergraduate students in Pakistan. *Cyberpsychology & Behavior*; 9(3):297-307.
- Şahin, C. (2011). An analysis of internet addiction levels of individuals according to the various variables. *TOJET Turkish Online Journal of Educational Technology*. 10(4), 60-66.
- Şaşmaz T, Öner S, Kurt AÖ, Yapıcı G, Yazıcı AE, Buğdaycı R, Sis M. (2013). Prevalence and risk factors of Internet addiction in high school students. *European Journal of Public Health*; 24(1):15-20.
- Şenormancı, Ö., Konkan, R., Güçlü, O., Şenormancı, G. (2014). Evaluation of Coping Strategies of Male Patients, Being Treated in Internet Addiction Outpatient Clinic in Turkey. *Journal of Mood Disorders*; 4(1):14-9.
- Tahiroğlu, A. Y., Fırat, S., Diler, Y. S., Avcı, A. (2005). Erkek Çocuklarda Yeme Bozuklukları: Bir Anoreksiya Nervosa Vakası. *Çocuk Sağlığı ve Hastalıkları Dergisi*, 2005, 48: 151-157.
- Tahiroğlu, A.Y., Avcı, A., Fırat, S., Seydaoğlu, G. (2005). Dikkat eksikliği hiperaktivite bozukluğu: Alt tipleri. *Anadolu Psikiyatri Dergisi*, 6: 5-10.
- Tahiroğlu A. Y., Çelik G. G., Uzel, M., Ozcan N., Avcı, A. (2008). Internet use among Turkish adolescents. *Cyberpsychology and Behavior*, 11(5):537-43.
- Tanrıverdi, S. (2012). *Ortaöğretim öğrencilerinde internet bağımlılığı ile algılanan sosyal destek arasındaki ilişkinin incelenmesi*. Yayınlanmamış Yüksek Lisans Tezi. Van: Yüzüncü Yıl Üniversitesi. Eğitim Bilimleri Enstitüsü.
- Tarhan, N. ve Nurmedov, S. (2013). *Bağımlılık*. (2. baskı). İstanbul: Timaş Yayınları.

Telef, B.B. (2013). *Ergenlerde İnternet Bağımlılığının Yordayıcısı Olarak Yaşam Doyumu ve Olumlu-Olumsuz Yaşantılar*. Erişim Tarihi: 18 Mart 2014. eku.comu.edu.tr/eku/index.php/eku/article/download/273/pdf_188

Temel, F., Aksoy, B. (2001). *Ergen ve Gelişimi*. (1. Baskı). Ankara: Nobel Yayıncılık.

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

Tsai C C ve Lin, S. S. J. (2003) Internet Addiction of Adolescents in Taiwan: An Interview Study. *CyberPsychology and Behavior*, 6 (6), 649-652.

Turnalar Kurtaran, G. (2008). *İnternet bağımlılığını yordayan değişkenlerin incelenmesi*. Yayınlanmamış Yüksek Lisans Tezi. Mersin: Mersin Üniversitesi, Sosyal Bilimler Enstitüsü.

Türkiye Halk Bankası. (2014). Erişim Tarihi: 10 Mayıs 2014, <http://www.halkbank.com.tr/investment/investment.asp?type=3&date=20140507071924>

Türkiye İstatistik Kurumu [TUİK]. (2013). 2013 Yılı Hanehalkı Bilişim Teknolojileri Kullanımı Araştırması Sonuçları. Erişim Tarihi: 12 Mayıs 2014. http://www.tuik.gov.tr/PreTablo.do?alt_id=1028

UCLA Dual Diagnosis Program. (2014). Erişim Tarihi: 7 Mayıs 2014. http://www.semel.ucla.edu/dual-diagnosis-program/News_and_Resources/How_Do_You_Cope

Ünsalver, B.Ö. (2000). *Beden İmgesi*. Erişim Tarihi: 17 Mart 2014. <http://www.e-psikiyatri.com/Beden-Imgesi-22842>

Yang, C. K., Choe, B. M., Baity, M., Lee, J. H., Cho, J. S. (2005). SCL-90-R and 16PF Profiles of Senior High School Students with Excessive Internet Use. *Canadian Journal of Psychiatry*, 50(7), 407-414.

Yang, S. C. ve Tung, C. J. (2007). Comparison of Internet Addicts and Nonaddicts in Taiwanese High School. *Computers in Human Behavior*, Sayı:23, 79-96.

Yavuzer, H. (2013). *Çocuk Psikolojisi*. (36. Baskı) . İstanbul: Remzi Kitabevi.

Yellowlees, P., ve Marks, S. (2007). Problematic Internet use or Internet addiction?. *Computers in Human Behavior*, 23(3): 1447-1453.

Young, K. S., (1996). Internet Addiction: The emerge of a new clinical disorder. *Cyberpsychology and Behavior*, 1; 4-12

Young, K. S. (1998). Internet addiction: the emergence of a new clinical disorder. *Cyberpsychology and Behavior*; 1(3):237-244.

Young, K. S., (1999). *Internet Addiction: Symptoms, Evaluation and Treatment*. Erişim Tarihi: 07 Şubat 2014, www.netaddiction.com/articles/symptoms.pdf

Young, K. S. (2000). Cyber-Disorders: The Mental Health Concern for the New Millennium. *CyberPsychology and Behavior*, 3(5), s:475-479.

Young KS. (2007). Cognitive behavior therapy with Internet addicts: treatment outcomes and implications. *Cyberpsychology and Behavior*; 10:671-679.

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

Young, K. S., Pistner, M., O'mara, J. ve Buchanan, J. (2000). "Cyber-Disorders: The Mental Health Concern for the New Millennium", *Cyberpsychology and Behavior*, 3(5), s: 475.

Yörükoglu, A. (2004). *Gençlik Çağı*. (12. Baskı). İstanbul: Özgür Yayınları.

Whang, L. S., Lee, S., Chang, G. (2003). Internet Over Users' Psychological Profiles: A Behavior Sampling Analysis on Internet Addiction. *CyberPsychology and Behavior*, 6(2), 143-150.

World Health Organization. (2014). Erişim tarihi: 17 Mayıs 2014, http://www.who.int/maternal_child_adolescent/topics/adolescence/dev/en/

Wikipedia. (2014). Erişim Tarihi: 10 Mayıs 2014, http://tr.wikipedia.org/wiki/World_Wide_Web.

Wu, Y-T. ve Tsai, C.C. (2006). University Students Internet Attitudes and Internet Self-Efficacy: A Study At Three Universities in Taiwan. *Cyberpsychology & Behavior*, 9 (4), s:441-450.

EKLER LİSTESİ

Ek-1: Bireysel Bilgi Formu

Ek-2: İnternet Bağımlılık Ölçeği

Ek-3: Ergen Problem Tarama Listesi

Ek-4: Ergenlerde Sorunlarla Başa Çıkma Ölçeği

EK-1

BİREYSEL BİLGİ FORMU

Değerli öğrenciler,

Bu çalışma ergenlerin sorunlarını ve sorunlarla başa çıkma yöntemlerini belirleyerek, internet bağımlılığı ile arasındaki ilişkiyi incelemek amacıyla düzenlenmiştir.

Araştırmadan sağlıklı bir sonuç elde edilebilmesi için vereceğiniz cevapların gerçek duygu ve düşüncelerinizi yansıtması son derece önemlidir. Cevaplarınız kesinlikle gizli tutulacak ve bu anketlerden elde edilen bilgiler bu çalışma dışında herhangi bir yerde kullanılmayacaktır. Verdiğiniz yanıtlar, bireysel olarak değerlendirilmeyip, genel bir bilimsel değerlendirmeye tabi tutulacaktır.

Katılımınızdan dolayı teşekkür ederim.

Nuray ŞAHİN

Haliç Üniversitesi

Psikoloji Yüksek Lisans Öğrencisi

1. Cinsiyetiniz
 Kız Erkek
2. Sınıfınız :
 9 10 11 12
3. Yaşınız :
 14 15 16 17 18
4. İnternet'i en çok hangi amaçla kullanıyorsunuz? (Lütfen tek bir seçeneği işaretleyiniz)
 Araştırma ve bilgi edinme amaçlı (bilgi arama, ödev yapma vb.)
 Oyun oynama amaçlı
 İletişim amaçlı (e-posta, chat, sosyal paylaşım siteleri vb.)
 Video, film vb. izleme amaçlı
 Diğer (.....)
5. İnternete haftada ortalama kaç saat bağlıyorsunuz?
• 0-9 saat • 10-19 saat • 20-29 saat 30-39 saat • 40 saat ve üzeri

EK-2**İNTERNET BAĞIMLILIK ÖLÇEĞİ**

Aşağıdaki soruların karşısında “Hiçbir Zaman, nadiren, arada sırada, çoğunlukla, çok sık ve devamlı” olmak üzere toplam 6 yanıt alanı yer almaktadır. Her bir sorunun, sizin için uygun olan yanıtını karşısına işaretleyiniz.	Hiçbir Zaman	Nadiren	Arada sırada	Çoğunlukla	Çok sık	Devamlı
1. Ne sıklıkla planladığınızdan daha fazla süre internette kalıyorsunuz?						
2. Ne sıklıkla internette kalmak için günlük ev işlerini ihmal edersiniz?						
3. Ne sıklıkla arkadaşlarınızla birlikte olmak yerine interneti tercih edersiniz?						
4. Ne sıklıkla internet kullanan kişilerle yeni ilişkiler kurarsınız?						
5. Ne sıklıkla bir işe başlamadan önce e-postanızı (e-mail) denetlersiniz?						
6. Ne sıklıkla okula devaminiz internette dolaylı olarak olumsuz etkilenir?						
7. Herhangi biri internette ne yaptığınızı sorduğunda ne sıklıkla kendinizi savunur ve ne yaptığınızı gizlersiniz?						
8. Çevrenizdekiler ne sıklıkla internette harcadığınız zamanın fazlalığından şikâyet eder?						
9. Ne sıklıkla okuldaki ders notlarınız ve ödevleriniz internette kalma sürenizden olumsuz yönde etkilenir?						
10. Hayatınız hakkında sizi rahatsız eden düşünceleri dağıtmak için ne sıklıkla internete girersiniz?						
11. Ne sıklıkla internete girmek için sabırsızlanırsınız?						
12. Ne sıklıkla internetsiz hayatın, sıkıcı, boş ve eğlencesiz olacağını düşünürsünüz?						
13. Biri sizi internetteyken rahatsız ettiğinde ne sıklıkla kırıncı konuşur, bağırır veya kızgın davranışlar gösterirsiniz?						
14. Gece geç saatlerde internet kullanmaktan ötürü ne sıklıkla uykunuz kaçır?						
15. İnternette olmadığınız zamanlarda ne sıklıkla interneti düşünür veya internete girmeyi hayal edersiniz?						
16. Kendinizi ne sıklıkla internetteyken "yalnızca birkaç dakika daha" derken bulursunuz?						
17. Ne sıklıkla internette harcadığınız zamanın miktarını azaltmaya çalışır ve başarısız olursunuz?						
18. İnternette kaldığınız süreyi ne sıklıkla saklamaya çalışırsınız?						
19. Ne sıklıkla başkalarıyla dışarı çıkmak yerine internette daha fazla zaman geçirmeyi yeğlersiniz?						
20. Ne sıklıkla internette olmadığınızda kendinizi çökmüş, aksi veya sinirli hissedip, internete girince rahatlırsınız?						

PROBLEM TARAMA LİSTESİ

Aşağıdaki ifadelerden sizin için doğru olanların önüne “X” işareti yerleştiriniz.

- 1. Çabuk yoruluyorum.
- 2. Mide rahatsızlığı hissediyorum
- 3. Yeteri kadar uyuyamıyorum.
- 4. Başım dönüyor, halsizim.
- 5. İyi beslenemiyorum.
- 6. İştahsızlığım veya aşırı iştahlılığımın rahatsızım.
- 7. Yüzümdeki sivilcelerden rahatsızım.
- 8. Sıklıkla başım ağrıyor.
- 9. Boyum çok uzun.
- 10. Boyum çok kısa.
- 11. Çok sık hastalanıyorum.
- 12. Fiziksel görünüşümden rahatsız oluyorum.
- 13. Anne/babamın fazla ilgisinden sıkılıyorum.
- 14. Anne/babam benimle yeterince ilgilenmiyor.
- 15. Aile içerisinde yeterince sevilmediğimi hissediyorum.
- 16. Aile problemlerimizde fikirlerim önemsenmiyor.
- 17. Evde ders çalışmak için uygun ortam yok.
- 18. Ailem arkadaş seçimime engel oluyor ve beni sıkıyor.
- 19. Kardeşlerimle geçinemiyorum.
- 20. Tek çocuk olduğuma üzüleniyorum.
- 21. Ailemden söz ve dayakla baskı görüyorum.
- 22. Ailemdeki hastalıklar beni üzüyor
- 23. Evde istediğim huzuru bulamıyorum.
- 24. Ev işlerimin çok oluşu ders çalışmamı engelliyor.
- 25. Ailemin beni başkalarıyla kıyaslamasından rahatsız oluyorum.
- 26. Ailem bana çok az harçlık veriyor.
- 27. Meslek seçiminde güçlük çekiyorum.
- 28. Geleceğim konusunda ailemle anlaşamıyorum.
- 29. Ailem üst öğrenime devam etmemi istemiyor.
- 30. İstedğim bir mesleği başarıp başaramayacağımı bilemiyorum.
- 31. Üniversite sınavını kazanamamaktan korkuyorum.
- 32. Gelecekte iyi bir iş bulamamaktan korkuyorum.
- 33. Maddi imkânsızlıklar yüzünden istediğim eğitimi alamayacağımı düşünüyorum.
- 34. Gelecekte hayat arkadaşımı nasıl seçeceğimi bilemiyorum.
- 35. Gelecekte iyi, mutlu bir yuvamın olamayacağından korkuyorum.
- 36. Başkaları ile rahat iletişim kuramıyorum.
- 37. Topluluk içinde kendimi rahat hissetmiyorum.
- 38. Topluluk içinde nasıl hareket edileceğini bilemiyorum.
- 39. Karşı cinsten biriyle arkadaşlık etmekten çekiniyorum.
- 40. Çevremizde kız-erkek arkadaşlığı iyi karşılanmıyor.
- 41. Kız/erkek denince aklıma cinsellik geldiğinden karşı cinsle arkadaşlık edemiyorum.
- 42. Başkalarına karşı daha anlayışlı olmadığımı üzüleniyorum.
- 43. Şimdiye kadar fikirlerime uygun bir arkadaşına rastlayamadım.

- () 44. İstmeden tatsız tartışmalara giriyorum.
- () 45. Kurduğum arkadaşlıklar kısa sürüyor.
- () 46. Bazı arkadaşlarımın menfaat düşkünü olmaları beni üzüyor.
- () 47. Bir toplulukta herkesin benimle ilgilenmesini istiyorum.
- () 48. Başkalarına güvenemiyorum.
- () 49. Arkadaşlarımın sözlerinden çok etkileniyorum.
- () 50. Kendime güvenim yok.
- () 51. Kendimi yalnız hissediyorum.
- () 52. Çok sinirliyim.
- () 53. Çok sık ağlıyorum.
- () 54. Sıkılgan ve utangacım.
- () 55. Çabuk heyecanlanıyorum.
- () 56. Çok şüpheliyim.
- () 57. Problemlerimi paylaşabileceğim hiç kimse yok.
- () 58. Giriştiğim işlerde başarısızlığa uğruyorum.
- () 59. Her şeye çok üzülüyorum.
- () 60. Yeni durumlara uymada güçlük çekiyorum.
- () 61. Duygularımı açıkça ifade edemiyorum.
- () 62. Yeni bir şeyi kendi başıma denemekten çekiniyorum.
- () 63. Benimle alay edildiği fikrine kapılıyorum.
- () 64. Kendimi hiç beğenmiyorum.
- () 65. Yaptığım bazı hatalarımı unutamıyorum.
- () 66. Kimsenin beni anlamadığını, beni sevmediğini düşünüyorum.

EK-4**ERGENLERDE SORUNLARLA BAŞA ÇIKMA ÖLÇEĞİ**

Asağıdaki soruların karşısında “**Hiçbir zaman (%0), Ender olarak, (%25), Ara sıra (%50), Sık sık (%75) ve Her zaman (%100)**” olmak üzere toplam 5 yanıt alanı yer almaktadır. Her bir sorunun, sizin için uygun olan yanıtınızı karşısına işaretleyiniz.

	Hiçbir zaman	Ender olarak	Ara sıra	Sık Sık	Her zaman
1. Ana babamın isteklerine uyarım.					
2. Kitap okurum.					
3. Komiklik yapmaya çalışır sorunu ciddiye almam.					
4. İnsanlardan özür dilerim.					
5. Müzik dinlerim.					
6. Okuldaki bir öğretmenle veya rehberlik uzmanıyla canımı sıkan konu hakkında konuşurum.					
7. Yemek yerim.					
8. Mümkün olduğunca ev ortamından uzaklaşmaya çalışırım.					
9. Doktor tarafından önerilen bir sakinleştirirci alırım.					
10. Okuldaki etkinliklere daha fazla katılırım.					
11. Alışverişe çıkıp sevdiğim şeyleri satın alırım.					
12. Ana babamla açık bir şekilde konuşarak onları ikna etmeye çalışırım.					
13. Kendimi geliştirmeye çalışırım.					
14. Ağlarım.					
15. Yaşantımdaki önemli şeyleri düşünürüm.					
16. Kız/erkek arkadaşımınla zaman geçiririm					
17. Arabayla/bisikletle gezerim.					
18. Çevremdeki insanlara güzel şeyler söylerim.					
19. Sinirlenip insanlara bağırırım.					
20. Şaka yaparak neşeli olmaya çalışırım.					
21. Bir din adamıyla konuşurum.					
22. Aile üyelerine dert yanarak kızgınlığımı söndürmeye çalışırım.					
23. İbadethaneye giderim.					
24. Sakinleştirici bir ilaç alırım.					
25. Yaşantımı ve yapmak zorunda olduğum şeyleri planlarım.					

	Hiçbir zaman	Ender olarak	Ara sıra	Sık Sık	Her zaman
26. Küfür ederim.					
27. Okul ödevlerim ve projeler için daha çok çalışırım.					
28. Yanlış giden işlerden dolayı başkalarını suçlarım.					
29. Değer verdiğim bir insanla birlikte olurum.					
30. Sorunlarımı çözmeleri için diğer insanlara yardımcı olmaya çalışırım					
31. Canımı sıkan konu hakkında annemle konuşurum.					
32. Sorunlarla ve bunların yarattığı gerilimle nasıl başa çıkacağımı kendi kendime bulmaya çalışırım.					
33. Hobilerimle uğraşırım.					
34. Bir uzmandan psikolojik yardım alırım.					
35. Eski arkadaşlıklarımı sağlamlaştırmaya veya yeni arkadaşlıklar kurmaya çalışırım.					
36. Kendimi sorunun önemli olmadığına inandırmaya çalışırım.					
37. Sinemaya giderim.					
38. İşlerin istediğim gibi gittiği hayalini kurarım.					
39. Duygularımı kız ya da erkek kardeşimle paylaşıyorum.					
40. Daha zor bir işi ya da görevi üstlenirim.					
41. Ailemle bir çözüm üretmeye çalışırım.					
42. Sigara içerim.					
43. Televizyon seyredirim.					
44. Dua ederim.					
45. Zor bir durumdaki iyi şeyleri görmeye çalışırım					
46. Bira, şarap, likör gibi şeyler içerim.					
47. Kendi kendime karar vermeye çalışırım.					
48. Uyurum.					
49. İnsanlara kırıcı sözler söyler, onların duygularını incitirim.					
50. Canımı sıkan konu hakkında babamla konuşurum.					
51. Arkadaşlarıma dert yanarak kızgınlığımı söndürmeye çalışırım					
52. Duygularımı bir arkadaşşıma anlatırım.					
53. Video, tavla, bilardo gibi oyunlar oynarım					
54. Koşma/bisiklete binme gibi yorucu bir etkinlikte bulunurum.					

ÖZGEÇMİŞ

1981 yılında doğdu. İlk, orta ve lise öğrenimini İstanbul'da tamamladı.

2004 yılında İstanbul Bilgi Üniversitesi Fen-Edebiyat Fakültesi Psikoloji bölümünden mezun oldu.

2011 yılında Haliç Üniversitesi Sosyal Bilimler Enstitüsü Uygulamalı Psikoloji programında yüksek lisans eğitimine başladı.

2004 yılından 2013 yılına kadar özel eğitim alanında farklı gelişen çocuklarla ve aileleriyle çalıştı. Çocuk gelişim ve zekâ testleri, öğrenme bozuklukları ve çocuklarda bilişsel davranışçı terapinin uygulanması gibi çeşitli eğitimlere katıldı. Çeşitli okullarda, okul uyum problemleri, ergenlik ve ergenle iletişim konularında seminerler verdi.

2009-2010 yıllarında cinsel terapi ve evlilik terapisi eğitimleri aldı. Halen çiftlerle çalışmaktadır.

2013 yılında Aile ve Sosyal Politikalar Bakanlığı'na bağlı olarak çalışmaya başladığı görevini halen sürdürmektedir.