

TÜRKİYE CUMHURİYETİ
KAFKAS ÜNİVERSİTESİ

SAĞLIK BİLİMLERİ ENSTİTÜSÜ

ORTAOKUL ÖĞRENCİLERİNDE İNTERNET ve
DİJİTAL OYUN BAĞIMLILIĞININ PSİKOLOJİK
SAĞLAMLIK ve SALDIRGANLIKLA
İlişkisi

(YÜKSEK LİSANS TEZİ)

BERNA AKTAŞ

Danışman

Dr. Öğr. Üyesi Nihal BOSTANCI DAŞTAN

HEMŞİRELİK ANABİLİM DALI

KARS-2018

T.C.

KAFKAS ÜNİVERSİTESİ

SAĞLIK BİLİMLERİ ENSTİTÜSÜ

**ORTAOKUL ÖĞRENCİLERİNDE İNTERNET ve
DİJİTAL OYUN BAĞIMLILIĞININ PSİKOLOJİK
SAĞLAMLIK ve SALDIRGANLIKLA
İLİŞKİSİ**

YÜKSEK LİSANS TEZİ

BERNA AKTAŞ

Danışman

Dr. Öğr. Üyesi Nihal BOSTANCI DAŞTAN

HEMŞİRELİK ANABİLİM DALI

KARS-2018

TEZ ONAYI

T.C

KAFKAS ÜNİVERSİTESİ**SAĞLIK BİLİMLERİ ENSTİTÜSÜ**

Hemşirelik Anabilim Dalı Yüksek Lisans Programı çerçevesinde Berna AKTAŞ tarafından hazırlanmış olan “Ortaokul Öğrencilerinde İnternet ve Dijital Oyun Bağımlılığının Psikolojik Sağlık ve Saldırganlıkla İlişkisi” adlı bu çalışma, yapılan tez savunması sonucunda jüri üyeleri tarafından Lisansüstü Eğitim ve Öğretim Yönetmenliği uyarınca değerlendirilerek oy ... *birliği* ile *kabul*... edilmiştir.

Tez Savunma Tarihi: *03.12.2018*

Adı Soyadı:

Başkan: Prof. Dr. Yeliz AKKUŞ

Üye: Doç. Dr. Sibel ASI KARAKAŞ

Üye: Dr. Öğr. Üyesi Nihal BOSTANCI DAŞTAN

İmza



Bu tezin kabulü, Sağlık Bilimleri Enstitüsü Yönetim Kurulu'nun .../ .../... gün ve sayılı kararıyla onaylanmıştır.

Enstitü Müdürü

TEŞEKKÜR

Yüksek lisans eğitiminin ve tez çalışmamın her aşamasında, gerek akademik bilgi ve deneyimlerini gerekse her açıdan desteğini hissettiğim başta danışman hocam Sayın Dr. Öğretim Üyesi Nihal Bostancı Daştan olmak üzere Psikiyatri Hemşireliği Anabilim Dalı öğretim üyelerine, anket uygulamasında desteklerini esirgemeyen Özel Çözüm Ortaokulu, Özel Çelik Başarı Ortaokulu, Hacı Sait İlbeyi İmam Hatip Ortaokulu, Şehit Okan Koç İmam Hatip Ortaokulu, Fevzi Paşa Ortaokulu, Mihrali Bey Ortaokulu okul yöneticilerine ve öğretmenlere, ayrıca yaşamım boyunca yanımda olan, her türlü desteği ve sabrı gösteren başta annem, babam, kardeşlerim olmak üzere aileme, adını sayamadığım katkıda bulunan tüm değerli arkadaşlarıma sonsuz teşekkür ediyorum.

İÇİNDEKİLER

TEZ ONAYI	I
TEŞEKKÜR	II
İÇİNDEKİLER	III
SEMBOLLER ve KISALTMALAR DİZİNİ	VII
ŞEKİLLER DİZİNİ	VIII
GRAFİKLER DİZİNİ	IX
TABLolar DİZİNİ	X
ÖZET.....	XI
SUMMARY	XII
1.GİRİŞ ve AMAÇ	1
2. GENEL BİLGİLER.....	5
2.1. BAĞIMLILIK KAVRAMI	5
2.1.1. Bağımlılık Tanımı	5
2.1.2. Bağımlılık Nedenleri	6
2.1.3. Davranışsal Bağımlılık Kriterleri.....	8
2.2. İNTERNET BAĞIMLILIĞI	9
2.2.1. İnternet Bağımlılığı Tanımı	9
2.2.2. İnternet Bağımlılığı Belirtileri	9
2.2.3. İnternet Bağımlılığı Tanı Kriterleri	10
2.2.4. İnternet Bağımlılığı Etyolojisi.....	13
2.2.5. İnternet Bağımlılığı Etkileri.....	13
2.2.6. İnternet Bağımlılığı Epidemiyolojisi	14
2.2.7. İnternet Bağımlılığı İle Komorbid Durumlar	16
2.2.8. İnternet Bağımlılığı Tedavisi	17

2.3. DİJİTAL OYUN BAĞIMLILIĞI	19
2.3.1. Dijital Oyun Tanımı.....	19
2.3.2. Dijital Oyun Türleri	20
2.3.3. Dijital Oyun Bağımlılığı Kavramı.....	21
2.3.4. Dijital Oyun Bağımlılığı Belirtileri.....	21
2.3.5. Dijital Oyun Bağımlılığı Tanı Kriterleri.....	22
2.3.6. Dijital Oyun Bağımlılığı Etyolojisi	24
2.3.7. Dijital Oyun Bağımlılığı Etkileri	25
2.3.8. Dijital Oyun Bağımlılığı Epidemiyolojisi.....	28
2.3.9. Dijital Oyun Bağımlılığı İle Komorbid Durumlar	29
2.3.10. Dijital Oyun Bağımlılığı Tedavisi.....	29
2.4. İNTERNET VE DİJİTAL OYUN BAĞIMLILIĞINDA HEMŞİRENİN SORUMLULUKLARI	31
2.5. PSİKOLOJİK SAĞLAMLIK	32
2.5.1. Psikolojik Sağlık Kavramı.....	32
2.5.2. Psikolojik Sağlık Etkileyen Faktörler.....	33
2.6. SALDIRGANLIK	33
2.6.1. Saldırganlık Kavramı	33
2.6.2. Saldırganlığı Etkileyen Faktörler.....	34
2.7. PSİKOLOJİK SAĞLAMLIK ve SALDIRGANLIKTA HEMŞİRENİN SORUMLULUKLARI	34
2.7.1. Psikolojik Sağlık Kavramında Hemşirenin Sorumlulukları.....	34
2.7.2. Saldırganlık Kavramında Hemşirenin Sorumlulukları	35
3. MATERYAL ve METOD	37
3.1. Araştırmanın Tipi.....	37
3.2. Araştırmanın Yapıldığı Yer Ve Özellikleri.....	37

3.3. Araştırmanın Zamanı	37
3.4. Araştırmanın Evreni ve Örneklemi	37
3.5. Araştırmaya Alınma ve Araştırmadan Dışlanma Kriterleri.....	39
3.5.1. Araştırmaya Alınma Kriteri	39
3.5.2. Araştırmadan Dışlama Kriteri	39
3.6. Araştırma Soruları	39
3.7. Veri Toplama Araçları.....	39
3.7.1. Genel Bilgi Formu (EK-1).....	39
3.7.2. İnternet Bağımlılık Ölçeği (İBÖ) (EK-2)	40
3.7.3. Dijital Oyun Bağımlılığı Ölçeği (DOBÖ-7) (EK-3).....	40
3.7.4. Kısa Psikolojik Sağlamlık Ölçeği (KPSÖ) (EK-4)	41
3.7.5. Buss- Perry Agresyon Ölçeği (BPAÖ) (EK-5).....	41
3.8. Veri Toplama Araçlarının Güvenirlik Çalışması.....	42
3.9. Verilerin Toplanması	42
3.10. Verilerin Değerlendirilmesi	43
3.11. Araştırmanın Etik Yönü	43
3.12. Araştırmanın Sınırlılıkları.....	44
4. BULGULAR	45
5. TARTIŞMA	55
5.1. Öğrencilerin Evinde Bilgisayar ve İnternet Bulunma Durumları ve Bunları Kullanma Özelliklerinin Tartışılması.....	55
5.2. Öğrencilerin Dijital Oyun Oynama Özelliklerinin Tartışılması.....	56
5.3. Öğrencilerin İnternet Bağımlılık Ölçeği Puanlarına Göre Bağımlılık Düzeylerinin Tartışılması	57
5.4. Öğrencilerin Dijital Oyun Bağımlılığı Ölçeğine Göre Bağımlılık Düzeylerinin Tartışılması	58

5.5. Öğrencilerin Tanıtıcı Özellikleri ile İnternet Bağımlılık Ölçeği ve Dijital Oyun Bağımlılığı Ölçeği Puan Ortalamalarının Tartışılması	58
5.6. Öğrencilerin Bilgisayar/ İnternet Kullanım Özelliklerine Göre İnternet Bağımlılık Ölçeği ve Dijital Oyun Bağımlılığı Ölçeği Puan Ortalamalarının Tartışılması	62
5.7. Öğrencilerin Yaş, İnternet Bağımlılık Ölçeği, Dijital Oyun Bağımlılığı Ölçeği, Kısa Psikolojik Sağlamlık Ölçeği ve Buss - Perry Agresyon Ölçeği Arasındaki İlişkilerinin Tartışılması	65
6. SONUÇ ve ÖNERİLER.....	69
6.1. Sonuç.....	69
6.2. Öneriler	70
7. KAYNAKLAR	74
8. EKLER.....	87
9. ÖZGEÇMİŞ.....	103

SEMBOLLER ve KISALTMALAR DİZİNİ

BPAÖ: Buss- Perry Agresyon Ölçeği

DOBÖ: Dijital Oyun Bağımlılığı Ölçeği

DSM: Mental Bozuklukların Tanısal ve Sayımsal El Kitabı

DSÖ: Dünya Sağlık Örgütü

FPO: Fevzi Paşa Ortaokulu

HSİİHO: Hacı Sait İlbeyi İmam Hatip Ortaokulu

ICD: Hastalıkların Uluslararası Sınıflaması

İBÖ: İnternet Bağımlılık Ölçeği

KPSÖ: Kısa Psikolojik Sağlık Ölçeği

MBO: Mihrali Bey Ortaokulu

ÖÇBO: Özel Çelik Başarı Ortaokulu

ÖÇO: Özel Çözüm Ortaokulu

ŞOKİHO: Şehit Okan Koç İmam Hatip Ortaokulu

TDK: Türk Dil Kurumu

TÜİK: Türkiye İstatistik Kurumu

ŞEKİLLER DİZİNİ

Şekil 1. 2018 Yılı Dünyadaki Dijital Teknoloji Kullanımı.....	14
Şekil 2. Dünyadaki Dijital Teknoloji Kullanımının Ocak 2017- Ocak 2018 Karşılaştırılması	14
Şekil 3. Dünyada İnternet Kullanımı	15
Şekil 4. Dünyada Ülkelere Göre İnternet Kullanımı	15
Şekil 5. Dijital Oyun Bağımlılığı Belirtileri	22



GRAFİKLER DİZİNİ

Grafik 1. Öğrencilerin Boş Zamanlarını Geçirdiği Etkinlikler	46
Grafik 2. Öğrencilerin Evinde Bilgisayar Bulunma Durumu	46
Grafik 3. Öğrencilerin Bilgisayarlarının Bulunduğu Ortam	47
Grafik 4. Öğrencilerin Evinde İnternet Bulunma Durumu	47
Grafik 5. Öğrencilerin İnternet Bağımlılık Ölçeği Puanlarına Göre Bağımlılık Düzeyleri	49
Grafik 6. Öğrencilerin Dijital Oyun Bağımlılığı Ölçeğine Göre Bağımlılık Düzeyleri (Politetik Hesaplama).....	49

TABLolar DİZİNİ

Tablo 1. Dijital Oyun Türleri	20
Tablo 2. Okullara Göre Öğrencilerin Örnekleme Girme Oranları	38
Tablo 3. Ölçeklerin Güvenirlik Değerleri	42
Tablo 4. Öğrencilerin Tanıtıcı Özellikleri (n=894).....	45
Tablo 5. Öğrencilerin Bilgisayar ve İnternet Kullanma Özellikleri (n= 894).....	48
Tablo 6. Öğrencilerin Dijital Oyun Oynama Özellikleri (n= 894).....	48
Tablo 7. Öğrencilerin Kısa Psikolojik Sağlık ve Buss-Perry Agresyon Ölçeği Puan Dağılımları	50
Tablo 8. Öğrencilerin Tanıtıcı Özellikleri ile İnternet Bağımlılık Ölçeği ve Dijital Oyun Bağımlılığı Ölçeği Puan Ortalamalarının Karşılaştırılması (n=894)	50
Tablo 9. Öğrencilerin Bilgisayar/ İnternet Kullanım Özelliklerine Göre İnternet Bağımlılık Ölçeği ve Dijital Oyun Bağımlılığı Ölçeği Puan Ortalamalarının Karşılaştırılması	52
Tablo 10. Öğrencilerin Yaş, İnternet Bağımlılık Ölçeği, Dijital Oyun Bağımlılığı Ölçeği, Kısa Psikolojik Sağlık Ölçeği ve Buss - Perry Agresyon Ölçeği Arasındaki İlişkileri.....	53

ÖZET

Ortaokul Öğrencilerinde İnternet ve Dijital Oyun Bağımlılığının Psikolojik Sağlık ve Saldırganlıkla İlişkisi

Bu çalışma, ortaokul öğrencilerinde internet ve dijital oyun bağımlılığının psikolojik sağlık ve saldırganlıkla ilişkisini belirlemek amacıyla kesitsel olarak yapılmıştır. Araştırmanın evrenini Kars merkezdeki 2017-2018 öğretim yılında 6 ortaokulda öğrenim gören 2204, örneklemini ise 889 öğrenci oluşturmuştur. Ancak olası kayıplar olabileceği düşünülerek araştırmaya 913 öğrenci alınmıştır. Veri toplama araçlarını eksik dolduran öğrenciler araştırmadan çıkarılmış, 894 öğrencinin verisi değerlendirilmiştir. Araştırmada Genel Bilgi Formu, İnternet Bağımlılık Ölçeği, Dijital Oyun Bağımlılığı Ölçeği, Kısa Psikolojik Sağlık Ölçeği ve Buss- Perry Agresyon Ölçeği kullanılmıştır. Çalışma sonucunda veriler SPSS 20 paket programında analiz edilerek yorumlanmıştır. Öğrencilerin yaş ortalaması 12.05 ± 1.31 olup, %51.8'i erkek, %48.2'si kızdır. Öğrencilerin interneti en fazla günlük ortalama 0-1 saat (%61.4) ve araştırma, ödev yapmak için (%78.6) kullandıkları belirlenmiştir. Öğrenciler en fazla günlük ortalama 0-1 saat (%73.2), evde (%73.6), bulmaca ve zeka oyunları (%30.9) oynamaktadırlar. Ayrıca internet bağımlılığı ve oyun bağımlılığı arasında pozitif, internet bağımlılığı ve oyun bağımlılığı ile psikolojik sağlık arasında negatif, internet bağımlılığı ve oyun bağımlılığı ile agresyon/saldırganlık arasında pozitif ilişki belirlenmiştir. Sonuç olarak, internet bağımlılığı ile paralel oyun bağımlılığının da arttığı, internet ve oyun bağımlılığı arttıkça psikolojik sağlamlığın azaldığı ve agresyon/saldırganlığın arttığı görülmüştür.

Anahtar Sözcükler: Bağımlılık, Dijital Oyun, İnternet, Psikolojik Sağlık, Saldırganlık.

SUMMARY

The Relationship between Internet and Digital Game Addiction and Psychological Resilience and Aggression in Secondary School Students

This study was conducted as a sectional study to identify the relationship between the internet and digital game addiction and psychological resilience and aggression in secondary school students. The universe of the study consisted of 2204 students in 6 different secondary schools center of Kars province in the 2017-2018 academic year and 889 students in the sample. However, 913 students were included as there might be missing students. The students who fill the data collection tools incompletely were excluded from the study and the data which collected from 894 students were assessed. In the study, General Information Form, Internet Addiction Scale, Digital Game Addiction Scale, The Brief Resilience Scale and the Buss-Perry Aggression Scale were employed. The data were interpreted through an analysis on SPSS 20 package program. The age average of the students is 12.05 ± 1.3 and %51.8 of them are males, %48.2 of are females. It was determined that students use the internet for 0-1 hours on average per day (%61.4) to do research and homework (%78.6). The students play riddles and intelligence games (%30.9) for 0-1 hours in average per day (%73.2). Additionally, a positive correlation between internet addiction and game addiction; a negative correlation between internet addiction and game addiction and psychological resilience; and a positive correlation between internet addiction and game addiction and aggression were identified. Consequently, it was seen that game addiction increases with internet addiction, and psychological resilience decreases and aggression increases with an increase in internet and game addiction.

Keywords: Addiction, Digital Games, Internet, Psychological Resilience, Aggression.

1.GİRİŞ ve AMAÇ

İnsanoğlunun yeryüzünde var olduğu andan itibaren yaşamını etkileyen ve şekillendiren teknolojik gelişmeler ve dijital teknoloji çok hızlı ilerlemiş, yirminci yüzyılın ikinci yarısı ve yirmi birinci yüzyılın başlangıcından itibaren yaşamın vazgeçilmez bir parçası haline gelmiş olmuştur (Yiğit ve ark. 2013, Çamsarı 2016, Taylan ve ark. 2017). Bu teknolojik gelişmeler cep telefonu, bilgisayar, televizyon gibi teknolojik ürünleri kullanmaya mecbur bırakmış ve bu nedenle kullanmadığında ya da az kullandığında çağa ayak uydurmakta zorlanmaya neden olmuştur (Çamsarı 2016).

Teknolojik gelişmelerin etkisiyle internet erişimi en ücra yerleşim yerlerine kadar erişmiş ve internet kullanıcılarının sayısı artık milyonlara ulaşmıştır (Aksoy 2015). 2018 yılı İngiltere merkezli global sosyal medya ajansı We Are Social ve sosyal medya depolama aracı olan Hootsuit'in ortak yayınladığı Dijital Raporuna göre internet kullanımının 7.593 milyar kişide 4.021 milyar (% 53) olduğu, internet kullanımının 2017 yılına göre 248 milyonla % 7 oranında arttığı saptanmıştır. Aynı raporda Türkiye'de % 67 oranında internet kullanımının olduğu ve günlük ortalama 7 saat 09 dakika internet kullanıldığı görülmektedir (Digital In 2018 Global Overview 2018. <https://wearesocial.com/blog/2018/01/global-digital-report-2018>, Erişim Tarihi: 28 Temmuz 2018). TÜİK (Türkiye İstatistik Kurumu) 2018 verilerine göre ise, bilgisayar ve internet kullanımı 2018 yılında 16-74 yaş grubundaki bireylerde sırasıyla %59.6 ve %72.9 olarak saptanmıştır. Bu oranlar 2017 yılında sırasıyla % 56.6 ve % 66.8 olarak belirlenmiştir. Geniş bant (ADSL, kablolu internet, fiber vb.) ile internete erişim sağlayan hanelerin oranı 2017 yılında % 78.3 iken 2018 yılı Nisan ayında % 82.5 olarak bildirilmiştir (Hane halkı Bilişim Teknolojileri Kullanım Araştırması 2017, <http://www.tuik.gov.tr/PreHaberBultenleri.do?id=27819>, Erişim Tarihi: 25 Ekim 2018).

Teknolojinin ve internet erişiminin bu denli yoğun kullanılması, problemlili ya da patolojik tüketimi beraberinde getirmektedir (Savcı ve Aysan 2017). İnternet kullanımının artmasıyla birlikte bağımlı hale gelen kullanıcılar günlük yaşamlarında önemli sayılabilecek değişim, dönüşüm yaşamakta ve diğer bağımlılıklar kadar risk

taşıyan çeşitli fiziksel, ruhsal, sosyal ve akademik sorunlar ile karşılaşmaktadır (Soydan 2015, Taylan ve Agallija 2016).

Gelişen teknolojinin etkisiyle bilgisayar ve internet teknolojileri kullanımının artması kişilerin gereksinimlerine ve taleplerine yönelik çeşitlilik gösteren alanların ortaya çıkmasına neden olmuştur (Gunawardhana ve Palaniappan 2015, Taylan ve ark. 2017). Yeni bir boyut kazanan eğlence sektörü karşımıza çıkan “dijital oyun” denilen yeni bir alan oluşturmuştur (Taylan ve ark. 2017).

Gün geçtikçe artış gösteren içeriklerin üretildiği ve pazarlandığı oyunlar, teknolojik alt yapı desteği ile güçlendirilmektedir (Çavuş ve ark. 2016). Her yaştan kullanıcının ilgisini çekmeyi başaran bu oyunlara özellikle çocuklar ve gençler oynayacak açık alan bulamaması sebebiyle yoğun ilgi göstermekte ve dijital oyunlarla geçirdikleri zaman giderek artış göstermektedir (Irmak ve Erdoğan 2016, Taylan ve ark. 2017). Bilim Teknoloji ve İletişim Kurumu’nun verilerine göre Dünyada 1 milyarın üzerinde birey dijital oyun oynamaktadır. Ayrıca, Türkiye’de 20 binden fazla internet kafe bulunmaktadır ve oyun en çok internet kafelerde oynanmaktadır (Türkiye’de 20 milyonun üstünde oyuncu mevcuttur <https://www.btk.gov.tr/haberler/1-milyarin-uzerinde-insan-dijital-oyun-oyunyor>, Erişim Tarihi: 25 Ekim 2018).

İnterneti kullanmak ve dijital oyunları oynamak kişide olumlu etkiler oluşturduğu sürece normal kabul edilmektedir ancak oyun oynama hissi kontrol edilemez hale gelip günlük yaşam aktiviteleri etkilendiğinde bağımlılık kavramından söz edilmektedir (Irmak ve Erdoğan 2016, Toran ve ark. 2016). Bu bağımlılıklar da madde bağımlılığında görülen duygu durum değişimleri, aşırı istek ve tolerans gibi yaygın belirtilere neden olmaktadır (Kuss ve Griffiths 2012a). Çocuk ve ergenlerin savunmasız oluşu, bu oyunları bir kaçış yolu olarak görmesi ve oyun üreticileri açısından da hedef kitle konumunda olması onları dijital oyuna bağımlılık konusunda önemli bir risk grubu haline getirmektedir (Kuss ve Griffiths 2012a, Ilgaz 2015).

Dijital oyunların olumsuz sonuçları nedeniyle, bu kavram dürtü kontrol bozukluğu ya da davranışsal bağımlılık çerçevesinde kavramsallaşmış, dijital oyun bağımlılığının negatif sonuçlarını tanımlamak ve değerlendirmek için patolojik

kumar oynama ya da madde bağımlılığı kriterlerini kullanılmıştır (Männikkö ve ark. 2015). Her ne kadar tanı sistemlerinde bir hastalık olarak sınıflandırılmasa DSM (Mental Bozuklukların Tanısal ve Sayımsal El Kitabı) V'te dijital oyun bağımlılığının “internette oyun oynama bozuklukları” olarak tanımlanabileceği önerilmektedir (Griffiths ve ark. 2017, Savcı ve Aysan 2017).

Dijital oyunlar çocuk ve gençlerin fiziksel ve psikolojik gelişimlerini, sosyal yaşamlarını olumsuz etkileyerek uyumaktan, boşaltımlarını gerçekleştirmekten, yemek yemekten ve sosyal yaşam insan ilişkileri kurmaktan alıkoyarak çeşitli sağlık sorunları oluşturmaktadır (Taylan ve ark. 2017, Nazlıgül ve ark. 2018). Saldırgan davranışlar internet ve dijital oyunların neden olduğu sorunların başında gelmektedir. Özellikle şiddet, saldırganlık içerikli oyunlar oyunu oynayan kişide saldırgan davranışların yerleşmesine neden olmaktadır (Taylan ve ark. 2017). Saldırganlık bireyin bir başka insanı veya malı incitmesini ve zarar vermesini amaçlayan her türlü kasıtlı davranışı olup, zararlı sonuçlara neden olan ve günlük yaşantıda sıkça karşılaşılan, ergenlerde önemli bir halk sağlığı sorunudur. Ülkemizde son yıllarda ergenler arasında ve okullarda da saldırganlık ve şiddet içeren davranışlarda artış görülmekte olup, özellikle medyada yaralanma ve hatta ölümlerle sonuçlanan olaylara sıkça rastlanmaktadır (Gönültaş ve Atıcı 2014).

Dijital oyunlar bireylerin psikolojik iyiliğini etkileyip, psikolojik sağlık düzeyinin bozulmasına neden olarak sorunlara yönelik yapıcı çözümler üretebilme, stresle baş edebilme becerilerini bozmakta, ayakta kalmalarını güçleştirmektedir. (Yuan ve ark. 2013, Kaya ve ark. 2016). Psikolojik sağlamlığı yüksek bireyler, kendi duygusal tepkilerinin ve çevredekilerin davranışlarının farkında olup, duygularını yönetebilir, kendini kontrol edebilir ve zorluklarıyla başa çıkmak ve sorunlarının çözümü için uygun çözümler üretebilir (Kaya ve ark. 2016).

Psikolojik sağlamlık (Gizir 2007, Greeff ve Fillis 2009, Güloğlu ve Kararımak 2010, Baltacı ve Karataş 2013, Özer ve Deniz 2014, Arslan ve Balkis 2016, Kaya ve ark. 2016) ve saldırganlıkla (Adana ve Arslantaş 2011, Coşkun ve Bebiş 2014, Gönültaş ve Atıcı 2014, Günüşen 2016) ilgili yapılan çalışmalar incelendiğinde; psikolojik sağlamlığı azalan bireylerin desteklenmesi ve saldırganlık

riski taşıyan bireylerin belirlenmesi, öfke duygusunun kontrol edilerek uygun ifadesinin sağlanması, saldırganlığı yönetmede hemşirelik girişimlerinin uygulanması gerekmektedir. Psikolojik sağlamlık ve saldırganlık yönetiminde özellikle toplum ruh sağlığı hemşireliğinin koruyucu, tedavi ve rehabilite edici rolleri önemlidir (Öz ve Yılmaz 2009, Adana ve Arslantaş 2011, Coşkun ve Bebiş 2014, Günüşen 2016).

Çocuk ve ergenlerde kullanım oranları giderek artan internet (Gökçearsan ve Günbatar 2012, Arslan ve ark. 2014, Erden ve Hatun 2015, Coşkun ve Bebiş 2016, Günlü ve ark. 2017) , dijital oyun bağımlılığı (Öncel ve Tekin 2015, Karaca ve ark. 2016, Toran ve ark. 2016, Mustafaoğlu ve ark. 2018) ve sonuçları ile ilgili özellikle kullanımın yoğun olduğu ülkeler başta olmak üzere uluslararası çalışmalar var olmakla birlikte, Türkiye’de internet (Akdağ ve ark. 2014, Aksoy 2015, Gökçearsan ve Seferoğlu 2015, Ertekin ve ark. 2016) ve dijital oyun bağımlılığı (Şahin ve Tuğrul 2012, Gökçearsan ve Durakoğlu 2014, Arslan ve ark. 2015, Taylan ve ark. 2017, Bülbül ve ark. 2018) araştırmaları çoğunlukla tanımlayıcı ve sıklık belirleyici olup (Ertekin ve ark. 2016, Ergüney 2017, Eryılmaz ve Çukurluöz 2018) ve ilişkili faktörlere yönelik (Ekinci ve ark. 2014, Eroğlu ve Bayraktar 2017, Kocaman ve ark. 2017, Tutkun ve ark. 2017) ruh sağlığı sonuçlarına ilişkin oldukça sınırlıdır. Buradan yola çıkarak bu çalışma “ortaokul öğrencilerinde internet ve dijital oyun bağımlılığının psikolojik sağlamlık ve saldırganlıkla ilişkisini belirleme” amaçlı planlanmıştır. Ülkemizdeki genç nüfusun fazla olması, bu nüfusun internet, dijital oyun bağımlısı olma, düşük psikolojik sağlamlık ve saldırganlıkta riskli grup olduğu düşünüldüğünde, bu araştırmanın durum belirleme ve gereken önlemleri alınmasına katkılar sağlayacağı düşünülmektedir.

2. GENEL BİLGİLER

2.1. BAĞIMLILIK KAVRAMI

2.1.1. Bağımlılık Tanımı

Bağımlılık (Addiction) kavramı kelime anlamı olarak Latince “bağlı”, “tarafından köleleştirilmiş” anlamına gelen “addicere” kelimesinden türetilen bir kavram olup (Bat ve Kayacan 2016), TDK (Türk Dil Kurumu)’ya göre “bağımlı olma durumu, tabiiyet” anlamındadır (http://tdk.gov.tr/index.php?option=com_gts&arama=gts&guid=TDK.GTS.593d4f23d07c84.46939598, Erişim Tarihi: 10 Ağustos 2018). Literatürde “yetersiz öz düzenleme” (Jeong ve ark. 2017) olarak da yer alan bağımlılık, “bireyin bağımlı olduğu başka bir bireye, araca veya maddeye engel olamayacağı bir arzu duyması ve onlardan uzaklaşmaması, kullandığı bir nesne veya yaptığı bir eylem üzerinde kontrolünü yitirmesi ve onsuz bir hayat sürememeye başlaması, kullanımının giderek arttırılması, erişemediğinde yoksunluk belirtileri göstermesi ve bulamadığında arama davranışı içine girmesi” şeklinde ifade edilmektedir (Bat ve Kayacan 2016, Dinç ve Kodaman 2016, Korkmaz 2017, Ögel 2017). Bunun yanında bu kullanım ve davranış yaşamın ciddi bir kısmını kaplar, bireyi ve çevresini ruhsal, sosyal, fiziksel, psikolojik açıdan etkiler, kişi yapmakla yükümlü olduğu işler ve ilişkiler dışında bütün zamanını ve fiziksel enerjisini büyük oranda bağımlısı olduğu maddeye veya eyleme yöneltir (Dinç ve Kodaman 2016, Fıncık 2016).

Bağımlılık, 1968 yılında yayımlanan DSM-II’de alkolizm ve madde bağımlılığı başlığı “Kişilik Bozuklukları ve Psikotik Olmayan Diğer Bozuklukların bir alt başlığı olarak yer almış olup DSM’ ye “bağımlılık” kavramının ilk girişi, 1980 yılında yayımlanan DSM-III ile ilk kez “madde kötüye kullanımı” ve “madde bağımlılığı” ayrımı yapılmasıyla gerçekleşmiştir. Bu ayrımla birlikte psikiyatrik tanı sistemlerinde “madde kötüye kullanımı ve bağımlılığı” tanı kategorisine yer verilmiş ve 2013 yılında yayınlanan DSM V’te “madde kullanımı ve bağımlılık bozuklukları” tanı kategorisi olarak değiştirilmiştir (Güleç ve ark. 2015). DSM V’teki bu değişim ile beraber önceden sadece madde ile ilgili bozuklukları kapsayan bağımlılık kavramı

artık yalnızca bir maddeye olan bağlanma ile sınırlı kalmayıp beraberinde, problemlili bir davranışa olan aşırı bir istek olan davranış kaynaklı bağımlılıkları da kapsar hale gelmiştir (Güleç ve ark. 2015, Bat ve Kayacan 2016, Bozkurt ve ark. 2016, Taylan ve Agallija 2016, Korkmaz 2017, Demir ve ark. 2018). Zaman içinde gelişim gösteren teknolojinin paralelinde bu gelişime uyum sağlama çabasına giren insanoğlunun davranışlarında meydana gelen farklılaşmalar davranışsal bağımlılık kavramını akla getirmiştir. Bu tür bağımlılıklar davranış odaklı bağımlılık olarak adlandırılır ve kimyasal bağımlılık sınıfına dâhil edilmeyen internet bağımlılığı, oyun bağımlılığı, alışveriş bağımlılığı, bilgisayar bağımlılığı, televizyon bağımlılığı, yeme bağımlılığı gibi türleri kapsar (Griffiths 1996, Bat ve Kayacan 2016, Korkmaz 2017, Ögel 2017, Demir ve ark. 2018).

2.1.2. Bağımlılık Nedenleri

Bağımlılık olgusunun oluşum göstermesinde birden çok faktörün etkileşiminden söz etmek mümkündür. Bağımlılık gelişmeden önce bu davranışı tetikleyen ve risk yaratan çeşitli faktörler dikkati çeker.

Genetik ve sosyal faktörler daha çok maddelerin olumlu destekleyici niteliklerinin sergilediği bireysel, çevresel ve sosyal farklılıkların açıklanmasına olanak sağlamaktadır. Bağımlılık gelişiminde en önemli etkenlerden biri olan öğrenme teorisi ana etmen olarak edimsel koşullanmayı kabul eder. Olaylarla kurulan bağlantı ve ilişkiler temel unsur niteliğindedir ve kurulan bu bağlantılar sonraki dönemlerde tekrarlayan kullanma girişimlerine döner böylece bağımlılık döngüsü başlar. Örneğin; maddenin veya içeceğin kokusu, depresif ruh hali, gece kulübünün yanından geçme vb. nedenler bu bağlamı tetikler. Bağımlılık döngüsü ilerledikçe kişi bu etmenleri bir savunma mekanizması olarak kullanır ve bağımlılığın sosyal, iş ve aile yaşamındaki olumsuz sonuçlarından sıyrılmak için tekrar madde kullanır. Kullanımın yinleme sebebi bağımlı olunan etkenin bağımlı olan kişide öfori ve coşku gibi hoş hislerin ortaya çıkmasına neden olmasıdır (Bozkurt ve ark. 2016, Ögel 2017).

Bağımlılık olgusu bazı bireylerde bebeklik döneminde gelişim gösterir. Ağlama davranışı karşısında annesinin çeşitli girişimleriyle karşı karşıya kalan bebek

sonrasında her arzuladığını elde eder ve doyum hissi azaldığından bağımlı olma davranışı kaçınılmaz olur (Korkmaz 2017). Bu durum, ergenlik döneminde riskli davranışlara olan eğilim ve merak duygusu sebebiyle yapılan çeşitli denemelerin bağımlılığı tetiklemesine zemin hazırlar (Uzbay 2009, Ögel 2017).

Biyolojik faktörlerde beyindeki nörotransmitterler ve mezolimbik ödül sistemi dikkat çekmektedir. Bağımlılık yapıcı maddeler, etkilerini nörotransmitter ve nörotransmitterlerin yerleşim gösterdiği reseptörlere etki ederek gösterirler. Bu etkiyi de reseptör sayı ve biçiminde yarattıkları değişimlerle ortaya çıkarırlar ve zamanla bağımlılık olgusu ortaya çıkmış olur. Bağımlılık olgusuna sebebiyet veren maddeler için öne sürülen “psikomotor stimülasyon teorisine” göre bağımlılık yapıcı yönü mevcut olan tüm maddeler doza bağımlı olarak uyarıcı özellikte olup bu özellik ödüllendirici ve aşırı neşeli ruh hali ortaya çıkaracak niteliktedir (Uzbay 2009). Mezolimbik ödül sistemi, yaşamı sürdürmeyle ilgili davranışları güçlendirmek için geliştirilmiş beyin yapıları ağıdır. Ödüllendirmede dopamin (Uzbay 2009, Craighead ve ark. 2015, Çamsarı 2016, Griffiths ve ark. 2017) yanı sıra serotonin, (Craighead ve ark. 2015) Gamma-aminobütirik asit (GABA) ve glutamatında rol aldığı düşünülmektedir (Uzbay 2009). Prefrontal korteksin davranışı düzenleyebilme yeteneğini azaltabilen dopaminerjik düzensizlik hem kimyasal hem de davranışsal bağımlılıklarda yaygın bir faktördür ve her iki bağımlılıkta da ortak nöroadaptasyonları paylaştığını gösterir (Craighead ve ark. 2015). Bağımlılık beyindeki ödül devrelerini farmakolojik olarak ele geçirmektedir. Bağımlılığa yol açan madde ya da durum olmasa bile, bağımlılıkta görülenlere benzer beyin ağlarındaki kimyasal değişimler tetiklenebilir, böylece doğal olarak oluşan ödülleri tekrar eden özlem ya da arayış davranışları görülür (Ögel 2017).

Bireysel olarak davranış sorunları, okul başarısının sürekli düşük olması, spordan uzak durulması ve hareketsiz yaşamın tercih edilmesi, benlik saygısının düşük olması, başa çıkma becerilerinin azlığı, toplumsal değer ve normlara bağlı olmama, arkadaş edinme iletişimi başlatma ve devam ettirme becerilerinin az olması, hayır deme becerilerinin yetersizliği bağımlılığın gelişimine neden olan faktörlerdir (Dinç 2015, Küçükşen ve ark. 2016, Atlam ve Yüncü 2017, Ögel 2017, Şener ve ark. 2018).

Sosyokültürel olarak aşırı baskıcı ya da aşırı ilgisiz aile yaklaşımı, aile içinde çatışmalar yaşayan ve sağlıklı iletişimi olmayan aile üyelerinin varlığı, anne-babanın eğitim seviyesinin düşük olması, parçalanmış aileye sahip olma, ebeveynlerdeki madde kullanımı, ailenin yanında akraba, komşu ve akranlarla kurulan sosyal ilişkilerin sorunlu olması, sosyal beceri ve olanakların zayıflığı, ruhsal açıdan problemlili ya da bağımlılık davranışına sahip arkadaş çevresi, bağımlılık yapan etkene erişimin kolay olması, bağımlılık davranışının yaşanılan toplumda kabul edilip normal sayılması, sosyoekonomik düzeyin düşük ya da yüksek olması, toplumsal baskı ve çatışmaların yaşanması, kitle iletişim araçlarının bağımlılığı destekleyici yöndeki yaklaşımları vb. etkenler bağımlılığı kolaylaştırır (Dinç 2015, Küçükşen ve ark. 2016, Atlam ve Yüncü 2017, Korkmaz 2017, Ögel 2017, Şener ve ark. 2018).

2.1.3. Davranışsal Bağımlılık Kriterleri

Davranışsal bağımlılıklara yönelik tanı kriterlerinin belirlenmesinde madde bağımlılığı tanı kriterleri göz önünde bulundurulmuştur. Griffiths'e göre davranış tabanlı bağımlılıkların tanı ölçütleri aşağıdaki gibidir:

- 1) **Belirginlik ya da bârizlik:** Belirli bir eylem, bireyin hayatında en önemli unsur haline gelir ve zamanın çoğu bu eyleme harcanır.
- 2) **Duygu durum değişimleri:** Bağımlı kişiler, bağımlılık davranışının kişisel yaşam alanlarındaki hasarlarını fark ettikçe bağımlılık davranışından dolayı kendilerini kötü hissederek yoğun bir pişmanlık duygusu yaşarlar.
- 3) **Tolerans gelişimi:** Bağımlısı olunan madde ya da eylemin kullanımı gün geçtikçe arttırılır. Nihayetinde birey hayatta kalma gereksinimleri (uyuma, yemek yeme, tuvalet vb.) dışında tüm vaktini o eyleme yöneltir hatta bazen bu gereksinimlerini karşılamayabilir.
- 4) **Yoksunluk sendromu:** Bağımlı olunan eylem ya da madde kullanımı birden bire kesildiğinde görülen ve kişide hoşça gitmeyen duygular (çaresizlik, güçsüzlük, kaygılı ve sinirli ruh hali vb.) ya da fiziksel semptomlar (terleme, baş ağrısı, titreme vb.) gösteren durumlar olarak ifade edilir.

5) Çatışma: Bağımlı kişide önceden zevkle yaptığı etkinliklere karşı isteksizlik gelişir ve bu etkinliklere zaman ayırmamaya başlar. Birey, görev ve sorumluluklarını yapmadığından yaşamın her alanında başarısızlıklar ve çatışmalar görülür.

6) Nüksetme: Bağımlılık davranışına ara veren kişi yeniden bu davranışı yapmaya başlar, bazen bu durum daha üst düzeyde olur (Bass 2015, Hazar ve Hazar 2017c).

2.2. İNTERNET BAĞIMLILIĞI

2.2.1. İnternet Bağımlılığı Tanımı

Literatürde “teknolojik bağımlılıklar” başlığı altında ele alınmakta olup, “İnternet bağımlılığı”, “patolojik internet kullanımı”, “aşırı internet kullanımı”, “problemlili internet kullanımı”, “kompulsif bilgisayar kullanımı” veya “uygun olmayan internet kullanımı” olarak yer almaktadır (Arslan ve ark. 2015, Erden ve Hatun 2015, Bozkurt ve ark. 2016, Mihajlov ve Vejmelka 2017). İnternet bağımlılığı; interneti fazla ölçüde kullanma istek, dürtüsünün önüne geçilememesi ve niyet edilenden fazla internette kalma, internetsiz geçirilen zamanın anlamsızlaşması, internete bağlanmadığında gergin ruh hali, saldırganlık olması ve bireyin aile, iş, sosyal vb. yaşam alanlarında gittikçe bozulmaların meydana gelmesi olarak ifade edilebilir (Aslan ve Yazıcı 2016, Bozkurt ve ark. 2016). İnternet bağımlılığı ile ilgili yapılan çeşitli araştırmalarda beyinde gelişen nörobiyolojik değişimler incelenmiş ve bu değişimlerin madde bağımlılığındakine benzer özellikler gösterdiği saptanmıştır (Rooj ve Prause 2014).

2.2.2. İnternet Bağımlılığı Belirtileri

İnternet bağımlılığının belirtileri davranışsal, sosyal, fiziksel ve psikolojik belirtiler olarak sınıflandırılabilir.

Davranışsal açıdan bakıldığında öncelikle tolerans kavramı dikkati çeker. Tolerans, çevrimiçi geçirilen zamanı gün geçtikçe arttırma olarak tanımlanır. Bunun dışında arzu edilenden daha fazla ve daha sık internete bağlanma, internete bağlanarak yapılan etkinliklerde fazla vakit harcama, bir kaçış yolu olarak interneti seçme, internete girilmediğinde de aklın sürekli internette olması, çevredekilere internet kullanım düzeyi ile ilgili yalan söyleme ve aile, iş, özel yaşamında

bağımlılık kaynaklı sorunlar oluşmasına rağmen interneti kullanmaya devam etme gibi belirtiler de davranışsal belirtilerdir (Kocaman ve ark. 2017, Mihajlov ve Vejmelka 2017).

Sosyal belirtiler; bağımlılığın neden olduğu gerginlik sebebiyle işlevselliğin azalması, başarısızlıklar, internette geçirilen zamanın arttırılması sebebiyle sosyal ilişkilerin azalması, sosyal yaşam kalitesinin düşmesi ve boş zamanlarda yapılan faaliyetlerin bırakılmasıdır (Kocaman ve ark. 2017, Mihajlov ve Vejmelka 2017).

Fiziksel olarak ortaya çıkan belirtiler; uyku düzeninde bozukluklar, fiziksel açıdan aktif olmama, dikkat ve konsantrasyon eksiklikleri, kas ağrıları, beslenme örüntüsünün farklılaşması ve kan basıncı değişimleridir (Gökçearslan ve Günbatar 2012, Mihajlov ve Vejmelka 2017).

Psikolojik belirtiler kızgınlık, depresyon, anksiyete, bağımlılık alışkanlığına ara verildiğinde meydana gelen kaygı ve saplantılı fikirlere kapılma, bağımlılığı azaltmak için istekli değildir (Mihajlov ve Vejmelka 2017).

2.2.3. İnternet Bağımlılığı Tanı Kriterleri

İnternet bağımlılığı tanısının konulmasında yalnızca internete bağlı kalınan süreyi dikkate almak yeterli değildir. Bireye internet bağımlılığı tanısı konulmasında internete bağlı olarak geçirilen sürenin ne amaçla kullanıldığı önem arz ettiğinden internet kullanım amacı da dikkate alınarak uygun değerlendirme yapılmalıdır (Akdağ ve ark. 2014, Arslan ve ark. 2015).

“İnternet bağımlılığı” kavramı ilk kez psikiyatrist Dr. Ivan Goldberg tarafından patolojik internet kullanımını nitelendirmek için kullanılan bir kavram olup Goldberg (1996) “İnternet Bağımlılığı Bozukluğunu” tanımlarken madde bağımlılığı kriterlerini kullanmıştır (Akdağ ve ark. 2014, Bozkurt ve ark. 2016).

Goldberg’in tanımlamasına göre “İnternet Bağımlılığı Tanı Kriterleri”;

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

1. Aşağıdakilerden biriyle tanımlanan tolerans gelişimi

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

2. Aşağıda tanımlanan şekilde yoksunluk gelişmesi

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

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

3. İnternet kullanımının genellikle planlandığından daha uzun süreler alması

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

5. İnternet ile ilgili eylemlere çok uzun süreler ayrılması (internet kitapları almak, yeni internet tarayıcıları denemek, internette indirilen dosyaları düzenlemek vb.).

6. İnternet kullanımını nedeniyle önemli toplumsal, mesleki etkinlikler veya boş zamanı değerlendirme etkinliklerinin bırakılması veya azaltılması

7. İnternet kullanımına yol açtığı bilinen fiziksel, sosyal, mesleki veya psikolojik sorunlara (uykusuzluk, evlilik problemleri, işe ve randevulara geç kalma, mesleki sorumlulukları ihmal, vb.) rağmen aşırı olarak devam etmedir (Goldberg's Message. <http://www.usr.rider.edu/~suler/psycyber/supportgp.html>, Erişim Tarihi: 25 Ekim 2018).

Aynı yıllarda Young (1996), DSM-IV'ün patolojik kumar oynama tanı ölçütlerini patolojik internet kullanımına uyarlanmış ve internet bağımlılığını tanımlamıştır (Erden ve Hatun 2015). Bunun nedeni internete bağımlı olan kişilerde tıpkı kumara bağımlı olan kişilerde olduğu gibi duygusal yönden hassas olma, öz

güven, uyumsuz davranma vb. özelliklerin mevcut olduğunu fark etmesidir (Cash ve ark. 2012).

Young'a göre aşağıda sıralanan 8 belirtiden 5 tanesinin varlığı kişinin bağımlı olduğunu gösterir niteliktedir. Bu belirtiler:

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 kalınan süre içerisinde duygulanım değişikliğinin (örneğin çaresizlik, suçluluk, endişe, depresyon duygularının) olmasıdır (Young 1996).

2013 yılında yayımlanan DSM-V'in ana bölümünde internet bağımlılığı ile ilgili bir yer olmasa da ek bölümde gelecekte sınıflandırmaya girmesi planlanan internet oyun bağımlılığı konusu yer almaktadır (Bozkurt ve ark. 2016, Kuss 2016).

Mihajlov ve Vejmelka'nın (2017) belirttiğine göre Young ve arkadaşları (1999) internet bağımlılığının dürtü kontrol sorunları içeren çeşitli davranışları içerdiğini belirtmişler ve beş alt tipe ayırmışlardır:

- *Siber Seks Bağımlılığı*: Yetişkinlere yönelik siber seks ve siber porno web sitelerinin kompulsif kullanımı,
- *Siber İlişki Bağımlılığı*: Çevrimiçi ilişkilere aşırı katılım,
- *Net Kompulsiyonları*: Obsesif bir şekilde online kumar oynama, alışveriş veya günlük ticaret,
- *Aşırı Bilgi Yükü*: Kompulsif web sörfü veya veritabanı aramaları,
- *Bilgisayar Bağımlılığı*: Obsesif bilgisayar oyunu oynama (Mihajlov ve Vejmelka 2017).

İnternet bağımlılığı tanısı alan kişilerin, ortalama günde 3 saat ve haftalık 50 saat zaman harcadıkları saptanmıştır. İnternet bağımlılarının; daha çok cinsel içerikli sitelerde, internetteki alışveriş sitelerinde, sanal âlemdeki bilgisayar oyunlarıyla ve paylaşım sitelerinde zaman harcadıkları belirtilmektedir (Aslan ve Yazıcı 2016).

2.2.4. İnternet Bağımlılığı Etyolojisi

İnternet bağımlılığının nedenleri incelendiğinde birçok faktörün etken olduğu görülür. Bu faktörler; günlük yaşamda elde edilemeyen sosyal ortam ve sosyalleşme merakı, yaşamda karşılaşılan zorluklarla (depresyon, anksiyete vb.) başa çıkma için bir kaçış, genetik faktörler, nörokimyasal süreçler, sosyokültürel ve demografik faktörler kimlik arayışı, gerçek veya algılanan yaşam streslerinden uzaklaşma çabası, arkadaşlık kurma ihtiyacı, aitlik gereksinimi, akıllı telefonların yaygınlaşması, internete ulaşılabilirliğin kolay olması ve risk alma davranışına teşvik etmesi, internetin duygu ve düşünceleri özgürce ifadeye olanak tanınması olarak ifade edilebilir. Bireyin bağımlı olmasında kişilik özellikleri de önem arz eden bir faktördür. Öz güvenin yüksek olması, olumlu benlik algısına sahip olunması gibi faktörler bağımlılık davranışını tetikler. (Cash ve ark. 2012, Akdağ ve ark. 2014, McNicol ve ark. 2017, Mihajlov ve Vejmelka 2017, Ögel 2017).

2.2.5. İnternet Bağımlılığı Etkileri

İnternetin aşırı kullanımının bireyler, toplumlar üzerine psikolojik, sosyal ve zihinsel gelişim, bedensel, ekonomik, kültürel, çalışma ve okul yaşamı gibi açılardan birçok etkisi mevcuttur (Gökçe Arslan ve Günbatır 2012, Arslan ve ark. 2014).

Patolojik düzeyde olmayan internet kullanımının olumlu etkileri olarak sakinlik vermesi, kontrol edici olması, üstünlük duygusu kazandırıcı olması, sınırlı zamanlarda bile soğukkanlılığı sağlaması sayılabilir (Kurt ve ark. 2014). Ayrıca günlük yaşamda çekingen karaktere sahip bireylerin kendilerini, farklı kültüre ait bireyleri tanımalarını ve kimlik kazanmalarını, sosyal açıdan bir ortama, gruba dâhil olabilmelerini sağlayabilir (Coşkun ve Bebiş 2016).

Patolojik düzeyde olan internet kullanımının özellikle çocuklar ve ergenler üzerine olumsuz etkileri agresif davranışlar, şiddete eğilim, kişilik değişimleri, aşırı

hareketlilik, erken olgunlaşma, düşmanlık duygularının gelişimi, yüz yüze iletişim sorunları, yüz yüze sohbet yerine sanal ortam tercihi nedeniyle sosyal izolasyon, sosyal açıdan izole olma sebebiyle yalnız ve mutsuz hissetme, internette geç saatlere varan zaman geçirme sebebiyle hem uykusuzluk, yorgunluk hem de okula ve derslere devam etmeme neticesinde akademik başarısızlık, yalan söyleme davranışı olarak ifade edilebilir (Kurt ve ark. 2014, Ulutaşdemir ve ark. 2017).

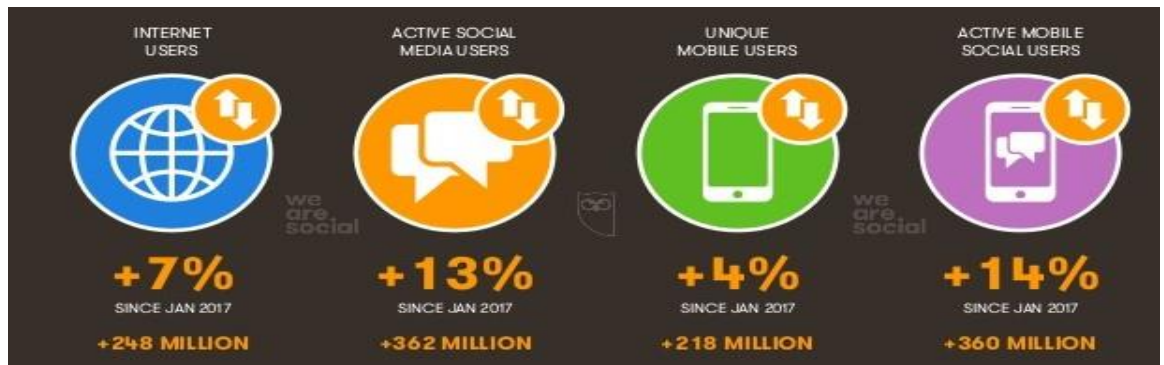
2.2.6. İnternet Bağımlılığı Epidemiyolojisi

İstatistikler, Ocak 2018’de dünyanın dört bir yanındaki internet kullanıcılarının 4.021 milyar olduğunu ve % 53’lük bir yaygınlığa ulaştığını ve bu sayede geçen yıla göre kullanıcı sayısının yaklaşık 248 milyon (% 7) daha yükseldiğini göstermektedir (<https://dijilopedi.com/2018-turkiye-internet-kullanim-ve-sosyal-medya-istatistikleri/>, <http://www.connectedvivaki.com/turkiyede-sosyal-medya-kullanim-istatistikleri/>, Erişim Tarihi: 28 Eylül 2018).



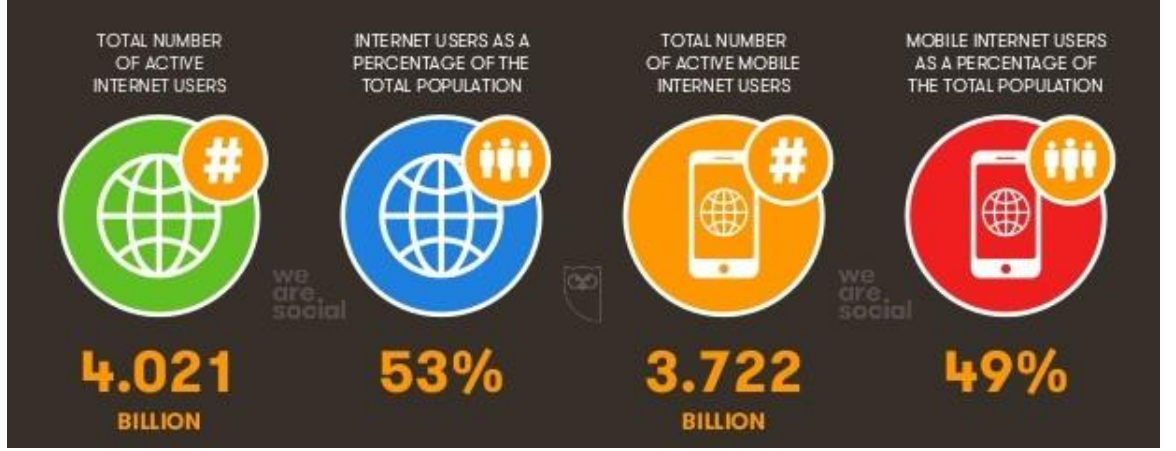
Şekil 1. 2018 Yılı Dünyadaki Dijital Teknoloji Kullanımı

Kaynak: Digital In 2018 Global Overview 2018. <https://dijilopedi.com/2018-turkiye-internet-kullanim-ve-sosyal-medya-istatistikleri/>, Erişim Tarihi: 28 Eylül 2018.



Şekil 2. Dünyadaki Dijital Teknoloji Kullanımının Ocak 2017- Ocak 2018 Karşılaştırılması

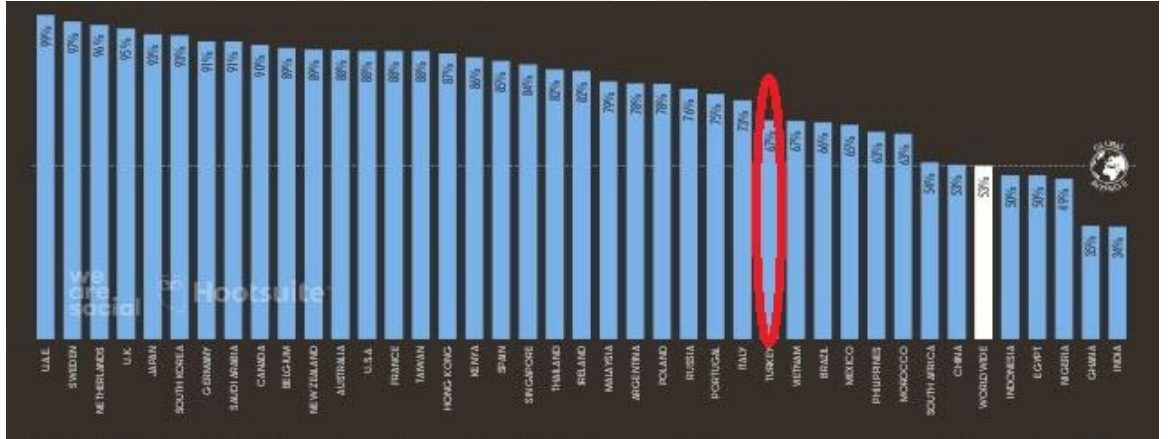
Kaynak: Digital In 2018 Global Overview 2018. <https://wearesocial.com/blog/2018/01/global-digital-report-2018>, Erişim Tarihi: 28. Eylül 2018.



Şekil 3. Dünyada İnternet Kullanımı

Kaynak: Digital In 2018 Global Overview 2018. <https://wearesocial.com/blog/2018/01/global-digital-report-2018>, Erişim Tarihi: 28 Eylül 2018.

Şekil 3'e bakıldığında Dünya'da % 49'luk bir oranla internet kullanımının çoğunluğunun akıllı telefonlar aracılığıyla olduğu görülmektedir.



Şekil 4. Dünyada Ülkelere Göre İnternet Kullanımı

Kaynak: Digital In 2018 Global Overview 2018. <https://wearesocial.com/blog/2018/01/global-digital-report-2018>, Erişim Tarihi: 28 Eylül 2018.

Şekil 4'e baktığımızda Türkiye'de % 67'lik bir oranla internet kullanımının olduğu görülmektedir. Ayrıca aynı istatistik çalışmasında Türkiye'de internet kullanımının 2018 yılında 2017 yılına göre % 3 oranında artış gösterdiği, günlük ortalama 7 saat 09 dakika internet kullanımının olduğu belirlenmiştir (Digital In 2018 Global Overview 2018. <https://wearesocial.com/blog/2018/01/global-digital-report-2018>, Erişim Tarihi: 28 Eylül 2018.

İnternet bağımlılığı ile epidemiyolojik çalışmalar internete olan bağımlılığın yaygınlığının % 1.2-38 arasında olduğu belirlenmiştir (Shaw ve Black 2008, Marcantonio 2014, Alaçam ve ark. 2015, Al-Menayes 2015, Ertekin ve ark. 2016, Mihajlov ve Vejmelka 2017). TÜİK tarafından Hane halkı Bilişim Teknolojileri Kullanımı Araştırması'nda 16-74 yaşları arasında hanelerde internet kullanım oranları 2016, 2017 ve 2018'de sırasıyla % 61.2, % 66.8 ve % 72.9'dur (TÜİK 2018. <http://www.tuik.gov.tr/UstMenu.do?metod=temelist>, Erişim tarihi: 07 Ekim 2018).

Ergenler, interneti çok sık kullanmaları nedeniyle internet bağımlılığının görülme olasılığı yüksek bir gruptur (TÜİK 2017). Çocuk ve ergenlere yönelik yapılan ulusal ve uluslararası araştırmalarda ise % 0.8-39.6 arasında bulunmuştur (Evren ve ark. 2014, Irmak 2014, Tang ve ark. 2014, Budak 2016, Kawabe ve ark. 2016, Kuss 2016, Gholamian ve ark. 2017, Jeon ve ark. 2018). Gençler özellikle sürekli çevrimiçi ağın kültürel normuna abone olmuş gibidir ve ait olma ihtiyacı ile sanal alanlar yaratmaktadırlar. İnternette bağımlılık sorunu ile gelen ergenlere muamele eden bir psikoterapistin belirttiği gibi, çevrimiçi olmak sokakta dolaşmaktan daha güvenli görülmekte ve ana-babalar sıklıkla evde kullanılan teknolojiyi normal ve sağlıklı olarak kabul etmektedir. Özellikle günümüzde, dijital medyanın kullanımı ev kültürü haline gelmiş ve çocuklar bu şekilde büyütülmektedir (Kuss ve Griffiths 2017).

2.2.7. İnternet Bağımlılığı İle Komorbid Durumlar

İnternet bağımlılığında, komorbid bozukluk olarak daha sık anksiyete ve depresyon (Liu 2014, Gholamian ve ark. 2017, McNicol ve ark. 2017, Mihajlov ve Vejmelka 2017), sosyal kaygı ve yalnızlık (Morsünbül 2014, Mihajlov ve Vejmelka 2017, Yujia ve ark. 2017), patolojik kumar oynama (Liu 2014), madde kullanımı, öfke ve zarar verici davranışlar (Evren ve ark 2014, Liu 2014, Lim ve ark. 2015) duygu durum bozuklukları, kaygı bozuklukları, dürtü denetim bozuklukları (Liu 2014), dikkat eksikliği ve hiperaktivite bozukluğu (Tateno ve ark. 2016, Kim ve ark. 2017, So ve ark. 2017, Wang ve ark. 2017) görülmektedir. İnternet bağımlılığı ve komorbid durumları araştırmak amacıyla yapılan çalışmalar neticesinde internet bağımlılığı ile dikkat eksikliği ve hiperaktivite bozukluğu arasında % 100, düşmanlık / saldırganlık arasında % 66, obsesif kompulsif bozukluk arasında % 60, anksiyete

bozukluğu arasında % 57 bulunmuştur (Liu 2014, Lim ve ark. 2015, Bozkurt ve ark. 2016, Mihajlov ve Vejmelka 2017).

2.2.8. İnternet Bağımlılığı Tedavisi

İnternet bağımlılığı tedavi yaklaşımlarının internet bağımlılarının çevrimiçi olarak harcadıkları zamanı azaltmak için son derece etkili olduğu gösterilmiştir (Mihajlov ve Vejmelka 2017). İnternet bağımlılığı ile komorbid olan durumlar var ise tedavide öncelik o bozukluğun tedavi edilebilmesidir. Tedavi olarak farmakoloji, psikoterapi ya da her ikisi bir arada uygulanmaktadır (Bozkurt ve ark. 2016, Mihajlov ve Vejmelka 2017).

Farmakolojik Tedavi: Bağımlı bireyde var olan komorbid durumun elimine edilmesiyle internet kullanım düzeyinin azaltılması hedeflenir. İlaç grubu olarak antidepresanlar (SSRI- seçici serotonin geri alımı inhibitörleri, venlafaksin, bupropion), duygu durum düzenleyicileri (lityum, gabapentin, valproat), anksiyolitikler ve naltrekson kullanılmakta olup özellikle, SSRI'lar tercih edilmektedir (Bozkurt ve ark. 2016). SSRI'ların internet bağımlılığının psikiyatrik belirtileri üzerine (depresyon ve anksiyete gibi) etkili olduğu bulunmuştur (Cash ve ark. 2012, Mihajlov ve Vejmelka 2017). Escitalopramın (SSRI), patolojik internet kullanımında etkisini tespit etmek için yapılan bir çalışmada internet kullanımının ortalamadan önemli ölçüde azaldığı belirlenmiştir. Yanı sıra internet bağımlılığı tedavisinde escitalopram, sitalopram (SSRI), ketiapin (antipsikotik) kombinasyonu ve naltrekson (bir opioid reseptör antagonisti) de kullanılmaktadır (Cash ve ark. 2012, Kuss 2016, Mihajlov ve Vejmelka 2017).

Farmakolojik Olmayan Tedavi Yöntemleri: İnternet bağımlılığının farmakolojik olmayan tedavi yöntemleri arasında Bilişsel Davranış Terapisi (BDT), aile terapisi, destek grupları ve rehabilitasyon merkezleri yer almaktadır (Mihajlov ve Vejmelka 2017, Ögel 2017). Daha yaygın olarak kullanılan BDT'de bireyin kendisiyle ilgili olan düşünce yanlışlarının ve sağlıklı olmayan düşüncelerinin yerine alternatif sağlıklı ve gerçekçi düşünceler geliştirilir ve BDT yaklaşık 12 haftalık seans şeklinde uygulanır (Erden ve Hatun 2015, Mihajlov ve Vejmelka 2017). Tedavinin erken aşamaları bağımlılık davranışına odaklanır, sonraki aşamalar ise

hastanın problemlili davranışını kademeli olarak doğru bilişsel yaklaşımlara kaymasına teşvik eder. Tedavi sırasında internet bağımlılırları ile ilişkili duyusal ve durumsal tetikleyicilerin tanımlanması bağımlılık yaratan çevrimiçi davranışları ve nasıl değiştirileceğini öğrenmek için onları daha uyumlu hale getirir (Mihajlov ve Vejmelka 2017).

BDT yaklaşımları arasında Davis ve Young tarafından geliştirilen modeller yaygın olarak kullanılmaktadır. Davis'in 11 haftalık seans programı aşamaları:

- Bireyin internette uzak kalıp kalamadığını belirlenmesi
- Bilgisayarın bulunduğu yeri değiştirme ve diğer bireylerin bulunduğu yere götürülmesi
- Bireyin diğer bireylerle birlikte internete bağlanması
- İnternete bağlanılan zamanın değiştirilmesi
- İnternet defteri oluşturma
- Bireysel kullanımına son vermesi
- İnternet ile ilgili problemlerini arkadaşlarından ve yakınlarından saklamaması
- Spor aktivitelerine katılması
- İnternet tatillerinin verilmesi
- Otomatik düşüncelerin araştırılması
- Gevşeme egzersizleri
- İnternete bağlanma esnasında hissedilenlerin not alınması
- Yeni sosyal becerilerin kazandırılmasıdır (Bozkurt ve ark. 2016).

Sistemantik literatür taramasında BDT, internet ve oyun bağımlılığını tedavi etmek için en sık kullanılan psikolojik terapi biçimi olarak tanımlanmaktadır. Ancak bu terapiye ek geliştirilen terapi modelleri de mevcuttur (Kuss 2016).

Kuss ve Lopez-Fernandez (2016), internet ve oyun bağımlılığı ile ilgili sorunları tedavi etmek için bireysel ve grup terapilerinin kullanıldığını bulmuşlardır. Bireysel ve grup terapileri ortalama 8-28 seanstan oluşmakta olup; psikoeğitim, problem tanımlama, sağlıklı iletişim, internet farkındalığını artırma ve bırakma tekniklerini öğretme gibi tedavi edici unsurlardan oluşmaktadır.

Ayrıca, Poddar ve arkadaşları (2015) BDT ile birlikte kullanılan bir Motivasyonel İyileştirme Terapisi yaklaşımı geliştirmiştir. Bu terapi çeşidi birkaç aşamalı şekilde kullanılır: (1) bir tanılama aşaması (2) bir hazırlık aşaması (yani, rahatlama teknikleriyle fizyolojik ve duygusal uyarılmanın yönetilmesi ve internet bağımlılığının bir maliyet-yarar analizi dahil olmak üzere psikoeğitimi vurgulamak için empatik bir atmosferde yapılan oturumlar); ve (3) hasta, bir ebeveyn ve terapistle bir sözleşme aşaması (yani internetin davranış modifikasyonu, çevrimiçinde geçirilen sürenin azaltılması ve sağlıklı aktivitelerin teşvik edilmesi) dir. (Poddar ve ark. 2015).

Yaşam Tarzı Eğitim Programı; değişme motivasyonunu sağlamak, bir tedavi hedefi seçmek, nüksü önleme ve kendi kendini kontrol altına almaktan oluşmaktadır (Kuss 2016).

Son olarak, BDT'ye ilaveten Baihui (GV20), Sishencong (EXHN1), Hegu (LI4), Neiguan (PC6), Taichong (LR3) ve Sanyinjiao (SP6) akupunktur noktalarına ve her 30 dakikada bir uygulanan bir akupunktur tedavisi mevcuttur (Kuss 2016).

2.3. DİJİTAL OYUN BAĞIMLILIĞI

2.3.1. Dijital Oyun Tanımı

Zaman ilerledikçe gelişim gösteren teknolojinin etkilediği ve günümüzde insanoğlunun alışkanlıklarındaki değişimlerden payını alan kavramlardan birisi de oyundur. Geçmişte parklarda, mahallelerde ve sokaklarda gerçekleştirilen oyun etkinlikleri gelişen teknoloji etkisiyle dijital ortama taşınmış ve dijital oyun kavramı ortaya çıkmıştır (Irmak ve Erdoğan 2016). Dijital oyunlar, çeşitli içerikte yazılımlar ile programlaması yapılan, oyunculara görsel bir ortamla birlikte kullanıcı girişi yapma olanağı tanıyan ve başta masa üstü, diz üstü bilgisayar olmak üzere, oyun konsolu, telefon, tablet gibi elektronik platformlarla oynanan oyunlardır (Irmak ve Erdoğan 2016, Toran ve ark. 2016, Taylan ve ark. 2017). Literatürde bu kavram bilgisayar oyunları, elektronik oyunlar, video oyunları, internet ve bilgisayar oyunları, çevrimiçi (online) oyunlar olarak da adlandırılmaktadır (Ünal ve ark. 2013, Irmak ve Erdoğan 2016, Hazar ve Hazar 2017c). Bu araştırmada dijital oyun kavramı kullanılmıştır.

2.3.2. Dijital Oyun Türleri

Literatür incelendiğinde günümüzde bilgisayar aracılığıyla oynanan dijital oyunların teknolojik ilerleme sürecine televizyona bağlanan oyun konsolları ile başladığı ve kişisel bilgisayara doğru uzanmış olduğu görülmektedir. Dijital oyunlarla ilgili oyuncuların tercihleri doğrultusunda farklı sınıflandırmalar bulunmaktadır. Dijital oyunlar kullanılan teknolojiye göre konsol oyunları, bilgisayar oyunları ve çevrimiçi (online) oyunlar olarak sınıflandırılmakla birlikte macera, aksiyon, spor, strateji, simülasyon, rol yapma, yapboz, taktik olarak da sınıflandırılabilir. Konsol oyunları, teknolojik ilerlemelerin beraberinde oyuncuların geleneksel kontrol mekanizmaları (klavye, fare vs.) yerine oyun konsoluna özel kontrol mekanizması ya da yalnızca vücut hareketleri koordine edilen oyun yazılımlarıdır. Bilgisayar oyunları, oyuncuların geleneksel kontrol mekanizmalarını (klavye, fare vs.) kullanarak oynadığı oyunlardır. Çevrimiçi oyunlar ise bir ya da daha fazla kişinin genel bir ağa bağlanarak internet üzerinden oynadıkları oyunlar olarak tanımlanırlar. Diğer dijital oyun türleri literatür incelemesine dayanarak Tablo 1’de sınıflandırılmıştır (Karahisar 2013, Gökçearslan ve Durakoğlu 2014, Irmak ve Erdoğan 2016, Şengül ve Büber 2016).

Tablo 1. Dijital Oyun Türleri

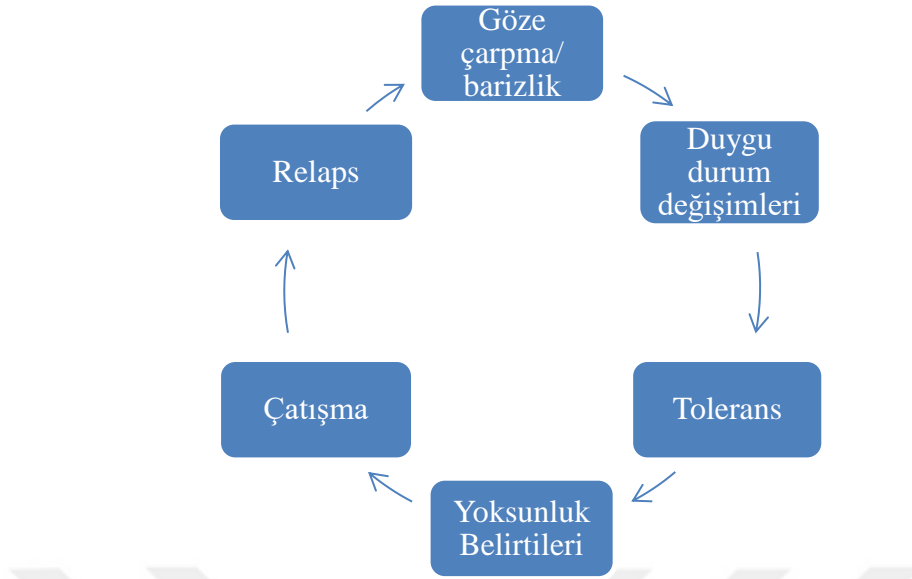
Oyun Türü	Amaç
Macera Oyunları	Oyuncunun bilinmeyen bir ortamda çeşitli objeler toplamasını ve belirli bulmacaları çözmesini gerektiren oyunlar
Aksiyon Oyunları	El göz koordinasyonu, motor beceriler ve hız yapabilmeyi gerektiren fiziksel mücadele oyunları
Spor Oyunları	Bir sporun bilgisayar ortamına aktarıldığı ve fiziksel hareket teknikleri bilmeyi gerektiren oyunlar
Strateji Oyunları	Düşünme, dikkat ve strateji bilmeyi gerektiren oyunlar
Simülasyon Oyunları	Gerçek dünyadaki bir eylemin bilgisayara aktarıldığı ve pratiklik gerektiren oyunlar
Rol Yapma Oyunları	Belli karakterlerin özelliklerini üstlenerek oyunda mevcut sorunları aşmayı içeren oyunlar
Yapboz Oyunları	Belirli bir kurala göre sıralanması gereken objeleri uygun şekilde dizabilmeyi gerektiren oyunlar
Taktik Oyunları	Başarılı olabilmek için düşünme, planlama gibi yöntemleri gerektiren oyunlar

2.3.3. Dijital Oyun Bağımlılığı Kavramı

Günümüzde her yaş grubundan bireyin dikkatini çekmeyi başaran dijital oyunlar doğru biçimde ve aşırıya kaçmadan kullanıldıklarında olumlu etkilere neden olmaktadır. Fakat dijital oyunların engellenemez şekilde istek duyulan ve zamanın önemli kısmını çalan bir aktivite halini aldığı noktada dijital oyun bağımlılığı kavramı karşımıza çıkmaktadır (Çakır 2013, Irmak ve Erdoğan 2016). Dürtü kontrol bozukluğu spektrumuna ait olan ve davranışsal bağımlılık olarak kabul gören dijital oyun bağımlılığı (Lemos ve ark. 2014, Craighead ve ark. 2015); günlük hayatı, sosyal yaşamı, iş veya akademik kariyeri olumsuz etkileyen, sosyal ve duygusal sorunlara, duygu ve düşüncelerin değişimlerine yol açan fakat bu etkilere rağmen aşırı oyun kullanımının kontrol edilemediği, oyun üzerinde önemli zararlara yol açan kontrol kaybı olarak tanımlanabilir (Vollmer ve ark. 2014, Wittek ve ark. 2016). Başka bir tanıma göre ise dijital oyun bağımlılığı; bireyin dijital bir oyunu oynamayı uzun süre bırakamaması, dijital oyunu gerçek yaşamıyla bütünleştirmesi, dijital oyun oynaması nedeniyle görev ve sorumluluklarını aksatması ve dijital oyun oynamayı başka etkinliklere tercih etmesi olarak ifade edilebilir (Arslan ve ark. 2015). İnternet bağımlılığının alt kategorisi olarak da değerlendirilebilen dijital oyun bağımlılığı için farklı terminolojiler kullanılmaktadır (Gökçearslan ve Durakoğlu 2014). Bu kavramlar “oyunların aşırı kullanımı”, “obsesif-kompulsif oyun oynama”, “dijital oyun bağımlılığı”, “patolojik oyun oynama davranışları”, “problemlili oyun oynama davranışları” (Gökçearslan ve Durakoğlu 2014, Irmak ve Erdoğan 2016) , “sorunlu video oyun oynama”, “sorunlu çevrimiçi oyun”, “video oyun bağımlılığı”, “çevrimiçi oyun bağımlılığı” (Griffiths 2015), “internet oyun bağımlılığı” (Männikkö ve ark. 2014, Griffiths 2015) dir. Bu araştırmada dijital oyun bağımlılığı kavramı kullanılmıştır.

2.3.4. Dijital Oyun Bağımlılığı Belirtileri

Dijital oyun bağımlılığı süreç içinde gelişim gösteren bir olgudur. Bu süreçler içerisinde görülen belirtiler Şekil 5’te özetlenmiştir. (Bass 2015).



Şekil 5. Dijital Oyun Bağımlılığı Belirtileri

Kaynak: Bass PF: Gaming Addiction. 2015.
<http://contemporarypediatrics.modernmedicine.com/user/login?destination=contemporary-pediatrics/news/gaming-addiction?page=0%2C5>, Erişim Tarihi: 12 Eylül 2018.

Yanı sıra Young bireyin oyun bağımlısı olduğunu gösteren belirtileri aşağıdaki gibi sınıflandırmıştır:

- Bağımlılıkla ilgili uyarı işaretlerinin bilinmesi
- Oyunla ilgili endişelerin varlığı
- Oyun kullanımını saklama ya da yalan söyleme
- Oyun dışındaki diğer faaliyetlere ilginin kaybolması
- Sosyal açıdan içe kapanma
- Savunuculuk ve öfkelenme
- Psikolojik geri çekilme
- Bir kaçış olarak oyunu tercih etme
- Olumsuz etkilerine rağmen oyun oynamaya devam etme (Young 2009).

2.3.5. Dijital Oyun Bağımlılığı Tanı Kriterleri

DSM-V’te, internette oyun oynama bozuklukları olarak tanımlanan dijital oyun bağımlılığının, el kitabına eklenmesi için ruhsal bir bozukluk olduğunun kanıtlanması gerektiğine dikkat çekilmektedir (Irmak ve Erdoğan 2016). Dijital oyun

oynayan bireylerin bağımlı olup olmadığının belirlenmesini zor kılan etkenlerin genellikle dijital oyunun uyuşturucu ve diğer yasa dışı faaliyetlerle karşılaştırıldığında kimyasal bir etken içermemesi ve oyunların yoğun kullanımının yarattığı sosyal tehdit ve sorunların daha iyi olma eğilimi göstermesi nedeniyle olduğu düşünülmektedir. Dijital oyun bağımlılığını değerlendirmek için DSM-V kapsamında yer alan “patolojik kumar oynama” ölçütleri yaygın olarak kullanılmaktadır. Oyun bağımlılığı tanısında; oyun oynamak için, sıklıkla diğer oyuncularla, klinik olarak önemli bozulma veya sıkıntıya yol açan sürekli ve tekrarlayan internet kullanımı, 12 aylık bir dönem içerisinde beş (veya daha fazlası) belirtinin görülmesi gerekir;

1. İnternet oyunları ile zihinsel uğraş
2. İnternette oyun oynamakta uzaklaştırıldığında yoksunluk belirtileri
3. Tolerans- internet oyunları ile uğraşmak için gittikçe artan miktarda zaman harcamaya ihtiyaç duyma
4. İnternet oyunlarına katılmayı kontrol etmede yetersizlik
5. Oyun oynamanın miktarı konusunda aile üyelerini, terapistleri kandırmak
6. Oyunlar dışında geçmişteki hobilere ve eğlencelere ilginin kaybı
7. Psikososyal problemlere karşın oyun oynamaya devam etme
8. Olumsuz bir duygu durumu hafifletmek ya da kaçmak için oyun oynamak
9. İnternet oyunları nedeni ile bir ilişkinin, işin eğitimin veya kariyer imkânının tehlikeye atılması (Lemos ve ark. 2014, Bass 2015, Groves ve ark. 2015).

Ayrıca “oyun rahatsızlığı” olarak isimlendirilen hastalık, DSÖ (Dünya Sağlık Örgütü) tarafından ICD (Hastalıkların Uluslararası Sınıflaması) tanı kılavuzunun 11'inci versiyonunun listesine eklenmiştir ve buna göre, pratisyen hekimlerin, dünya genelinde sağlık sorunlarını teşhis etmek için kullandığı ICD tanı kılavuzunun 11'inci yeni versiyonunda, bilgisayar oyunları bağımlılığı resmen "ruhsal sağlık problemi" olarak yer almıştır. ICD tanı kılavuzunun 11'inci versiyonu, 43 dile çevrildi ve 120 ülkede kullanılmaktadır (DSÖ'den 'bilgisayar oyunu bağımlılığı' kararı. <http://www.turkiyegazetesi.com.tr/saglik/565513.aspx>, Erişim tarihi: 04 Kasım 2018).

DSÖ'nün ICD-11 sistemine göre ise oyun oynama bozukluğu; çevrimiçi (internet üzerinden) veya çevrimdışı (internet olmadan) olarak sürekli ve tekrarlayan şekilde oyun oynama olarak tanımlanmış olup tanı için;

1) Oyunun başlangıcı, sıklığı, yoğunluğu, süresi, sona ermesi veya oyun üzerinde bozulmuş kontrol dürtüsü

2) Oyunun diğer yaşam ilgilerine ve günlük etkinliklere göre ön planda olması, oyuna verilen önceliğin artması

3) Olumsuz sonuçların ortaya çıkmasına rağmen oyun oynamanın devam etmesi veya tırmanması

4) Davranış örüntüsünün kişisel, ailevi, sosyal, eğitimsel, mesleki veya diğer alanlarda önemli ölçüde bozulmalara yol açması gibi belirtilerin en az 12 aylık bir periyotta belirgin şekilde tekrarlaması gerekmektedir (ICD-11, 2018. <https://icd.who.int/browse11/l-m/en#/http%3a%2f%2fid.who.int%2fcd%2fentity%2f1448597234>, Erişim Tarihi: 14 Ekim 2018).

2.3.6. Dijital Oyun Bağımlılığı Etyolojisi

Alan yazında bireylerin dijital oyunlara yönelim göstermesinin birden çok sebebinin olduğu ifade edilmektedir. Bu nedenler arasında boş zamanı değerlendirme, bireyin ruh halini değiştirebildiği stresten kaçınma davranışı ve rahatlama isteği, kişinin eğlenme arzusu ve eğlenmek için yapacak başka bir sosyal faaliyet bulamaması, bireyin yaşamındaki olumsuzluklardan ve gerçek hayattan kopma isteği, farklı insanlarla iletişim kurma ve düşsel ortamlarda varlığını gösterme çabası yer almaktadır. Ayrıca birçok yeni çalışmada, oyunlara yönelimin sebebi olarak aile faktörlerinin rolüne odaklanılmıştır. Aile üyelerinden birinde var olan bağımlılık davranışının diğer bireyler için bağımlılığı tetiklediği ve ebeveyn ihmalkârlığı sebebiyle ebeveynlerine yabancılaşan bireyin bunu kompanse etmek için oyuna yöneldiği tespit edilmiştir. Son yıllarda oyun bağımlılığının nedenlerinde yer alan psikososyal faktörleri tanımlamak amacıyla yapılan çalışmalar neticesinde ise bireylerin oyun oynama nedenleri olarak çevrimiçi oyun oynamak için var olan güdülerin, amaca ulaşma, kontrol etme, merak, hükmetme ve yenme duygularının, yeni ilişkiler kurma veya bir grup arasında işbirliğini içeren ekip çalışmasına katılma

ve benlik saygısının etkili olduğu sosyal statü kazanma hırsının bu davranışı tetiklediği bildirilmiştir (Gökçearslan ve Durakoğlu 2014, Lemos ve ark. 2014, Vollmer ve ark. 2014, Arslan ve ark. 2015, Bass 2015, Billieux ve ark. 2015).

Oyunla meşgul iken algılanan zevk ve eğlencenin oyun akışı üzerinde büyük bir etkisi olduğunu kanıtlayan bir çalışmada oyun akışının zevk alma, iç ilgi, dikkati sürdürme, çevrimiçi oyun aktivitesine kontrol ve katılım ile son derece keyifli bir deneyim haline dönüştüğü ve bu yönüyle cezbediciliğinin arttığı bulunmuştur (Sun ve ark. 2015). Çoğunlukla ergenler, gerçeklikten kurtulmak ve gerçek hayatta bulamadığı motivasyonu bulmak için dijital oyunlara bazı yönelir. Oyuna harcadıkları zaman doğrudan kendilik kavramını etkiler, yani oyunda harcanan uzun süre benlik değerini düşürür ve dijital oyun bağımlılığının olasılığını artırır. Bu davranışı öngören diğer risk faktörleri yalnızlık, düşük öz-yeterlik, kaygı, düşük benlik saygısı, kötü genel sağlık dissosiyasyon, maladaptif bilişsel durum, utangaçlık ve fiziksel problemlerdir. Agresif davranış, nevroz ve süreklilik kaygısı gibi bazı kişilik faktörleri de oyun bağımlılığına katkıda bulunmaktadır (Liu 2014).

2.3.7. Dijital Oyun Bağımlılığı Etkileri

Literatürde dijital oyunların oyuncular üzerinde olumlu ve olumsuz etkiler oluşturduğunu kabul eden iki farklı görüşün varlığı dikkati çeker (Chassiakos ve ark. 2016, Çavuş ve ark. 2016). Pek çok çocuk, ergen ve erişkin için keyif verici bir eğlence aktivitesi olan dijital oyunlar bilinçsiz kullanıldığında hem birey hem aile hem de toplum açısından olumsuz sonuçlar ortaya çıkarmaktadır (Kuss ve Griffiths 2012a, Çakır 2013). Dijital oyunlar oyuncular için hem motivasyon ve öğrenme aracı olurken, hem de içeriklerindeki şiddete yatkınlık nedeniyle şiddet ve saldırganlık eğilimini kolaylaştırmaktadırlar (Aydoğdu 2015). Dijital oyunlar özellikle yaş itibarıyla gelişim dönemi içerisindeki çocukları fiziksel, sosyal, ruhsal vb. yönlerden etkiler (Hazar ve Hazar 2017c).

- **Dijital Oyunların Olumlu Etkileri**

Gelişim gösteren teknolojiye kuşkusuz en rahat uyum sağlayan genç popülasyon dijital oyunlara uyumda da aynı performansı sergileyen grup olarak karşımıza çıkar. Özellikle bu grupta yaygınlık gösteren oyun oynama davranışının

aşırı tekrarlanmadığı takdirde normal olduğu ve kişiye çeşitli olumlu katkılar sağladığı düşünülmektedir (Irmak ve Erdoğan 2016).

Alan yazında yer alan çeşitli araştırma sonuçları incelendiğinde dijital oyun oynayan çocukların oynamayanlara göre etkileşime daha açık olduğu, motivasyonlarının arttığı, dikkat ve problem çözme ile ilgili tepki sürelerinin, görsel, motor ve uzaysal becerilerinin, okul dışındaki arkadaşlarla etkileşim seviyesinin ilerleme gösterdiği ve can sıkıntısının azaldığı belirlenmiştir (Anderson ve Warburton 2012, Vollmer ve ark. 2014). Ayrıca dijital oyunların özgüven ve başarı duygusu kazanma ve gerçek dünya problemleriyle başa çıkma becerisini edinmede katkı sağladığı ifade edilmektedir (McLean ve Griffiths 2013, Gunawardhana ve Palaniappan 2015).

Dijital oyunların diğer olumlu etkilerine göz atıldığında özellikle çocuk ve ergen oyuncuların zihinsel gelişimine destek olduğu, profesyonel olarak iş yapabilme kapasitelerini, stratejik ve analitik düşünebilme yeteneğini geliştirdiği ve karar alma sürecini hızlandırdığı görülmektedir (Çavuş ve ark. 2016, Toran ve ark. 2016). Akademik başarıda artış, motor becerilerin ve el göz koordinasyonunun hızlanması, yorgunluk ve stresin azalması, rahatlama ve eğlenebilme olanağı dijital oyunların oyuncuya sağlayabileceği diğer olumlu katkılardır (Gökçearslan ve Durakoğlu 2014, Irmak ve Erdoğan 2016, Hazar ve Hazar 2017c).

- **Dijital Oyunların Olumsuz Etkileri**

Eğlence amaçlı olmalarına rağmen, dijital oyunların artan kullanımı, özellikle çocuklar ve ergenler arasında oyuncular için olası olumsuz sonuçlar hakkında endişe yaratmaktadır (Männikkö ve ark. 2014). Oynadığı oyunda başarı gösterip galip gelen oyuncuda bu galibiyet sebebiyle gelişen üstünlük hissi onu mutlu ederek haz duygusunu tatmin eder. Dolayısıyla bireyde oyun oynama davranışına süreklilik kazandırma güdüsü oluşur. Ve oyuncu sadece oyun ile mutlu olmayı tercih eder. Bu noktada bağımlılık döngüsüne girileceğinden dijital oyunların olumsuz etkileri ortaya çıkar (Çakır 2013). Dijital oyunlara bağımlılığın olumsuz etkileri oldukça fazladır. Bu etkileri psikolojik, fiziksel ve sosyal açıdan gruplandırmak mümkündür:

Psikolojik ve Davranışsal Etkiler: Oyuncuların istekleri doğrultusunda kendilerine yakın hissettikleri karakterlerle özdeşleştiği dijital oyunlarda gerçek ve

sanal ortam kurgusu iç içe olduğundan oyuncuda zamansızlık hissi oluşturur. Çevrimiçi oyunlarda kişi oyunda aktif olduğu süre içinde karakterini geliştirmeye uğraşır ve oyundan çıkış yaptığında yabancılaşma hissi ortaya çıkar. Bunun sebebi oyuncu aktif olmadığıda bile oyunun devam ediyor olmasıdır (Karahisar 2013).

Yapılan araştırmalarda aşırı dijital oyun oynamanın, ergenlerde ve genç erişkinlerde depresyon olasılığı ile ilişkili olduğu ayrıca aşırı oyun oynayan ergenlerin anksiyete, sigara, uyuşturucu kullanımı, şiddet ve intihar düşüncesi gibi diğer risk davranışlarına daha yatkın olduğu belirlenmiştir (Männikkö ve ark. 2014, Vollmer ve ark. 2014, Wittek ve ark. 2016).

Çocuk ve ergenlerde agresif davranışlara, kişilik değişimlerine, yüksek anksiyete ve psikomotor bozukluklara, özgür düşünce ve arzu-eğilim yitimine, oyuncularında makineleşme ve şiddet belirtilerine, duyguların azalmasına, öğrenme bozukluklarına, çocukların erken olgunlaşmasına, dikkat sorunları, düşük akademik başarı, öğretmen ve arkadaşlarıyla tartışma eğilimine, düşmanca tavrın artış göstermesine neden olmaktadır (Anderson ve Warburton 2012, Şengül ve Büber 2016, Karaca ve ark. 2016). Şiddet içerikli dijital oyunlara fazla maruz kalmış ergenlerin daha düşmanca davranarak fiziksel kavgalara girme ve öğretmenlerle tartışma olasılıklarının daha yüksek yanı sıra, akademik notlarının da daha kötü olduğu bulunmuştur (Li ve ark. 2012).

Fiziksel Etkiler: Dijital oyun oynayarak çoğunlukla oturan ve saatler boyu oyun oynayan birey, bunun neticesi olarak beslenme, uyku, tuvalet gibi temel ihtiyaçlarını erteler ve bireyin uzun süreli hareketsiz kalmasından dolayı solunum, dolaşım, kas ve iskelet sistemleri gibi sistemlerinin gelişimleri olumsuz etkilenir (Bass 2015, Hazar ve Hazar 2017c). Oyun türü ve kullanılan oyun kontrol sistemine bağlı olarak obeziteden el bileği sendromuna kadar fiziksel sorunlarda oluşabilmektedir (Dinç 2012). Mentzoni ve arkadaşları oyunun sorunlu kullanımı ile her iki cinsiyette bilek ile ön kol kırığı riski arasında bir bağlantı olduğunu tespit etmişlerdir (Männikkö ve ark. 2014). Ayrıca epileptik nöbetler, duyu kaybı, işitsel halüsinasyonlar, obezite, bilek ağrısı, boyun ağrısı, kabarcıklar, nasırlar, boğaz tendonları ve parmakların uyuşması, uyku anormallikleri ve yaralanmalar uzun süre hareketsizliğe bağlı gelişen diğer fiziksel etkilerdir (Griffiths 2015).

Sosyal Etkileri: Çocukların dijital oyundaki sosyal ortama ayırdıkları sürenin uzaması yüz yüze iletişimi azaltmakta, çocuğu yalnızlaştırmakta ve sosyal etkileşimde bozulmalara neden olmaktadır (Uz ve Çağıltay 2015, Toran ve ark. 2016, Hazar ve Hazar 2017c). Oyunlara aşırı zaman ayırmanın zararlı sosyal ilişkilere, okul-iş yaşamında aksamalara, bağımlılık davranışına neden olduğu düşünülmektedir (Karaca ve ark. 2016). Ergenlerin yaşam memnuniyeti, sağlık sorumluluğu, sosyal destek ve egzersiz davranışı gibi sağlıkla ilgili belirleyicilerin asimilasyonu ile olumsuz şekilde bağlantılı olan bilgisayar kullanılarak önemli bir zaman harcaması olduğu savunulmaktadır (Männikkö ve ark. 2014). Özellikle çaba sarf etmeden oynanan bireysel oyunlar çocukları pasif alıcı rolüne bürür ve ebeveyn çocuk arasında tartışmalara sebebiyet verir (Toran ve ark. 2016).

2.3.8. Dijital Oyun Bağımlılığı Epidemiyolojisi

2000'li yılların başından beri, problemli oyun ve oyun bağımlılığının varlığına ilişkin ampirik kanıt sağlayan çalışmaların sayısında önemli bir artış olmuştur (Hawi ve ark. 2018).

Eğlence Yazılımları Derneği'nin (Entertainment Software Association-ESA) 2010 raporuna göre, bilgisayar ve video oyun oyuncularının % 25'i 18 yaşın altında ve % 60'ı erkektir. Çalışmalar özellikle erkek ergenlerin aşırı oyun oynama ve problemli kullanım yatkınlığının ergen kızlara ve diğer yaş gruplarına göre daha yüksek olduğunu göstermiştir (Goel ve ark. 2013, Evren ve ark. 2014, Gökçearslan ve Durakoğlu 2014, Irmak 2014, Wang ve ark. 2014, Arslan ve ark 2015, Aydoğdu 2015, Irls ve Gomis 2015, Çavuş ve ark. 2016, Kawabe ve ark. 2016, Odabaş 2016, Eni 2017, Hazar ve ark. 2017a, Balıkçı 2018, Mustafaoğlu ve ark. 2018, Orhan 2018, Tetik ve ark. 2018, González ve ark. 2018). ESA ayrıca, ebeveynlerin % 25'inin çocuklarının internet kullanımı için zaman sınırı koymadığını ve ebeveynlerin % 17'sinin video ve bilgisayar oyunlarında zaman kısıtlamaları koymadığını bildirmiştir. Bu istatistiklerden, oyunların ve özellikle de çevrimiçi oyunların, çocukların ve ergenlerin boş zamanlarının aktivitelerinin ayrılmaz bir parçası olduğu görülmektedir (Kuss ve Griffiths 2012b).

Ergen öğrencilerde oyun bağımlılığı ile ilgili yapılan çalışmalara bakıldığında; Irmak'ın (2014) çalışmasında % 28.8'inin, Bilgin'in (2015) çalışmasında % 17'sinin, Karaca ve arkadaşlarının (2016) çalışmalarında % 5.6'sının, Hazar ve arkadaşlarının (2017b) çalışmalarında % 17'sinin (% 13.6'sının bağımlı, % 3.4'ünün yüksek düzeyde bağımlı), Yiğit'in (2017) çalışmasında % 15.1'inin, Wang ve arkadaşlarının (2014) çalışmalarında % 15.6'sının; Saquib ve arkadaşlarının (2017) çalışmalarında % 15.8'inin, Hawi ve arkadaşlarının (2018) çalışmalarında % 9.2'sinin dijital oyun bağımlısı olduğu görülmüştür. Farklı coğrafya ve toplumlarda yapılmış çalışmalarda birbiriyle çelişkili sonuçlar görülmektedir.

Yetişkinlere yönelik yapılan çalışmalar daha nadirdir. Portekiz'de 16-58 yaş arası bireylerin % 5.3'ünü (Pontes ve ark. 2014), Norveç internet oyun bağımlılığının 16-74 yaş arasındaki bireylerin yaklaşık % 1.4'ünü (Witteck ve ark. 2016), Kore'de 18-39 yaş arası bireylerin % 4'ünü etkilediği görülmüştür (Park ve ark. 2017).

2.3.9. Dijital Oyun Bağımlılığı İle Komorbid Durumlar

Dijital oyun bağımlılığı ile komorbid olarak stres, anksiyete ve depresyon (Loton ve ark 2016, Wittek ve ark. 2016, Jeong ve ark. 2017, Kim DJ ve ark. 2017, Rujataronjail ve Varma 2017), antisosyal kişilik bozukluğu (Groves ve ark. 2015), panik bozukluk, sosyal fobi, okul fobisi (Griffiths 2015), çeşitli psikosomatik semptomlar (Männikkö ve ark. 2014, Griffiths 2015), alkol ve madde bağımlılığı (Männikkö ve ark. 2014), obsesif kompulsif bozukluk (Lemos ve ark. 2014), dikkat eksikliği ve hiperaktivite bozukluğu (Anderson ve Warburton 2012, Griffiths 2015), ve dürtüsellik (Anderson ve Warburton 2012) görüldüğü belirlenmiştir.

2.3.10. Dijital Oyun Bağımlılığı Tedavisi

Dijital oyun bağımlılığı kavramı yeni olmasa da, tedaviler ve etkinlikle ilgili sistematik araştırmalar emekleme aşamasındadır. Son zamanlarda bu kavramın DSM-V'e dâhil edilmesi, daha fazla araştırma ilgisini uyandırabilir (Griffiths ve Meredith 2009, Bass 2015). Günümüzde sorunlu dijital oyun oynamanın farmakolojik ve farmakolojik olmayan tedavi yöntemleri vardır:

Farmakolojik Tedavi Yöntemleri: Mevcut olan çalışmalardaki tedavilerin daha çok internet bağımlılığına yönelik kullanılan genel müdahale teknikleri olduğu ya da bu tedavi yöntemlerinin dijital oyun bağımlılığına uyarlandığı dikkat çekmektedir (Nazlıgöl ve ark. 2018). Dijital oyun bağımlılığının farmakolojik tedavisinde oyun bağımlılığına eşlik eden komorbid bozukluklar tedavi edilerek dijital oyun kullanım düzeyini azaltmak hedeflenir. İlaç grubu olarak antidepresanlar, duyu durum düzenleyicileri, anksiyolitikler ve naltrekson kullanılmakta olup özellikle, seçici serotonin geri alımı inhibitörleri (SSRI) tercih edilmektedir (Bozkurt ve ark. 2016).

Farmakolojik Olmayan Tedavi Yöntemleri: Dijital oyun bağımlılığının farmakolojik olmayan tedavisinde kullanılan yöntemler;

- **Bilişsel Davranışçı Terapi (BDT):** BDT’de motivasyonel görüşme teknikleriyle olumlu hedefler belirlenerek bağımlı bireylere bağımlılık davranışını kontrol altına alma becerisi kazandırma ve oyun oynama yerine farklı eğlence aktiviteleri planlama amaçlanır (Griffiths ve Meredith 2009, Lemos ve ark. 2014).
- **Aile Terapisi:** Bağımlı bireyin tedavisinde destek sistemlerini etkin kullanabilmek açısından aile ile iş birliği yapmak hayati önem taşır. Aile terapisinde özellikle dijital oyun bağımlılığının etkileri ve bu etkilerle nasıl başa çıkılacağına dair stratejiler üzerinde durulmaktadır (Young 2009).
- **Çevrimiçi Destek Forumları:** Çevrimiçi destek forumları, son dönemlerde gündeme gelerek popüler olan ve davranışsal ödül, ceza sistemlerini içeren tavsiyeler üzerine kurulu, çeşitli ebeveyn grupları ve profesyonel organizasyonlar tarafından yürütülen sistemlerdir (Griffiths ve Meredith 2009).
- **Motivasyonel Görüşme:** Klinisyenler tarafından terapötik bir yaklaşım olarak kullanılan motivasyonel görüşmede tıpkı bilişsel davranışçı terapide olduğu gibi bağımlılık davranışını farklı aktiviteler ile değiştirmek amaçlanır. Bu amaçla terapist öncelikle

bağımlı bireyde eğer tedavi almaya yönelik bir kararsızlık var ise önce bunu kırarak başlar ve ardından bağımlılık davranışını terk etmeyi engelleyen unsurları aşmak için çeşitli değişim stratejileri geliştirir (Griffiths ve Meredith 2009).

2.4. İNTERNET VE DİJİTAL OYUN BAĞIMLILIĞINDA HEMŞİRENİN SORUMLULUKLARI

İnternet ve dijital oyun bağımlılığında hemşireler özellikle bağımlılık gelişmeden önce bağımlılığı önleme konusunda etkin role sahiptirler. Toplumda bağımlılık davranışını engellemek, bağımlılığın neden olacağı sorunları yok etmek amaçlarıyla önleme programları düzenlenir (Ögel 2017). Önleme programları bağımlılık yaşını geciktirmesi ve komorbid durumları önlemesi açısından da oldukça önem arz etmektedir (Gazioğlu ve Canel 2015). Bağımlılık davranışında yararlılık sağlayan önleme stratejileri arasında bağımlılık davranışına yönelik bilgilendirme yapmak, bağımlı bireye karar verebilme, hayır diyebilme vb. konularda eğitim vermek, bağımlılık davranışını önleyecek farklı seçenekler sunmak, toplum olarak mücadelede etkin rol almak ve çevresel riskleri yok etmek sayılabilir (Ögel 2017). Bu stratejiler doğrultusunda internet ve oyun bağımlılığı konusunda toplumu bilgilendirme amaçlı eğitimler planlanır. Bunu yaparken sektörler arası iş birliği (okul hemşiresi, diğer sağlık personelleri vb.) sağlanır (Karakaş ve Ersöğütçü 2016).

Bağımlılık bireyi ruhsal, sosyal, fiziksel açıdan etkileyen bir olgudur. Diğer bağımlılıklarda olduğu gibi davranışsal bağımlılıklarda da aktif rol alan hemşireler öncelikle bağımlı bireye yönelik ruhsal, sosyal, fiziksel açıdan bir değerlendirme yapmalıdır (Fırıncık 2016, Karakaş ve Ersöğütçü 2016). Bağımlı birey değerlendirilirken fiziksel açıdan; genel görünüm, yoksunluk belirtileri, motor davranışlar, bağımlılığın genel sağlık üzerine etkisinin varlığı, boşaltım ve uyku alışkanlığı, iştah ve boy kilo oranı, öz bakım alışkanlıkları, fiziksel aktivite düzeyi değerlendirilir (Çam ve Engin 2014). Ruhsal açıdan; bilinç düzeyi, bellek ve yönelimi, duygu durumu ve duygulanımı, dikkati ve intihar ihtimalinin varlığı gözlenir. Sosyal yönden bağımlılığın aile ve sosyal yaşamı etkileme oranı, ailenin yaklaşımı ve desteği, sosyal ilişkilerin varlığı ve düzeyi, suça eğilim düzeyi değerlendirilir. Ayrıca bağımlılığa eşlik eden komorbid bir sorun varsa uygun şekilde

tanılama ve tedavisinin yapılması gerekmektedir (Çam ve Engin 2014, Fırıncık 2016).

Hastada mevcut belirtiler değerlendirildikten sonra belirlenen sorunlara yönelik öncelikler ve uzun süreli amaçlar tespit edilir. Akabinde hemşirelik tanısı konarak bakım planı hazırlanır (Çam ve Engin 2014). Yapılacak olan tedavi ve bakımın son hedefi bağımlı bireyin internet ve dijital oyunları kullanmasını yasaklamak yerine bu kullanıma bir sınır koyarak sosyal, mesleki ve aile yaşamının kalitesini arttırmaktır. Bireyin bağımlılıktan kurtulması için bağımlılığı tetikleyen olguları öğrenmesi, uygun başa çıkma tekniklerini kullanabilmesi önemlidir (Ögel 2017).

Hemşirelik tanıları hasta ve ailesine yönelik bakım gereksinimleri (bağımlılık kavramını anlama, etkili başa çıkma yöntemleri geliştirme, anksiyete ile başa çıkma, destek sistemlerini etkin kullanma, fizyolojik ihtiyaçları karşılama, psikoterapi, psikofarmakolojik ilaçların etki ve yan etkileri, psikofarmakolojik ilaç tedavisini takip ve uyum, danışılanla iş birliği) tanımlanarak planlama yapıp uygulanır (Fırıncık 2016). Bireyin internete bağlanmak yerine kişisel gelişimini ve sosyal yönünü destekleyecek grup çalışmalarına (günaydın sohbetleri, işe yönlendirme, uğraşı ve spor etkinlikleri) katılımı sağlanır ve etkinliği sürdürme becerileri izlenir (Ögel 2017). Bağımlı birey ve ailesine yönelik etkin kişiler arası iletişim ve terapötik ilişki geliştirici girişimler planlanır ve uygulanır. Bağımlılık tedavisi yapılırken bireyin ailesinin desteğini alması oldukça önemlidir. Bu noktada aileye internet ve dijital oyun bağımlılığı hakkında terapi planlanmalıdır. Ayrıca aileye bağımlı bireyi kabullenici bir yaklaşım benimsemeleri ve internet ve dijital oyuna bağlanmaya alternatif yeni uğraşlar planlamaları konusunda cesaretlendirilmelidirler (Fırıncık 2016, Ögel 2017).

2.5. PSİKOLOJİK SAĞLAMLIK

2.5.1. Psikolojik Sağlık Kavramı

Latince esneklik ve kolay biçimde toparlanabilme anlamına gelen (Börekçi ve Gerçek 2018) “resiliens” kavramından ortaya çıkan psikolojik sağlık (Çam ve Büyükbayram 2017); kişinin yaşamında meydana gelen olumsuzlukların, zorlu

süreçlerinin ve stres oluşturan yaşam krizlerinin ardından toparlanabilme ve bu süreçleri atlatabilme becerisidir (Baş ve Yurdabakan 2017). Dayanıklılık, güçlülük, toparlanma, dirençlilik, sağlamlık (Çam ve Büyükbayram 2017), yılmazlık, kendini toplama gücü (Kavi ve Karakale 2018) ve iyi oluş (Satıcı ve Deniz 2017) olarak da kullanılan psikolojik sağlamlık; bir başka tanıma göre ise zorlayıcı koşullarla, psikolojik stresle ve kişide hoşnutsuzluk oluşturan durumlar ile baş edebilme ve bu durumlara uyum sağlayabilme olarak ifade edilebilir (Çapan ve Arıcıoğlu 2014). Bu kavram özünde risk faktörleri olarak belirtilen olumsuz yaşam koşullarının etkisini aza indiren veya yok eden koruyucu faktörlerin varlığı olarak karşımıza çıkar (Kavi ve Karakale 2018).

2.5.2. Psikolojik Sağlamlığı Etkileyen Faktörler

Psikolojik sağlamlığı etkileyen faktörleri; risk yaratan faktörler ve koruyucu faktörler olarak gruplandırmak mümkündür. Risk yaratan faktörler arasında çocukluk döneminde maruz kalınan ihmal, istismar ve olumsuz yaşam deneyimleri (Çapan ve Arıcıoğlu 2014, Arslan 2015), sosyal destek sistemlerinin yetersiz olması, travmayı izleyen stresli hayat olayları, travmanın şiddeti, zekâ düzeyinin düşük olması (Çapan ve Arıcıoğlu 2014), aile içi şiddetin varlığı, işsizlik, yoksulluk, göç (Tümlü ve Recepoğlu 2013, Baş ve Yurdabakan 2017), kaygılı bir mizaç özellikleri, sağlık problemleri yaşama, özgüven eksikliği, başa çıkma mekanizmalarını etkin kullanmama, kendini ifade etmede güçlük, agresif bir kişiliğe sahip olma, boşanmış ebeveynlerin varlığı, ebeveynlerden birinin kaybı, ailede aşırı katı veya tutarsız disiplin anlayışı, madde kullanımı, maddesel ve davranışsal bağımlılıklar sayılabilir (Tümlü ve Recepoğlu 2013).

2.6. SALDIRGANLIK

2.6.1. Saldırganlık Kavramı

TDK'ye göre saldırgan olma durumu olarak tanımlanan saldırganlık (http://tdk.gov.tr/index.php?option=com_gts&arama=gts&guid=TDK.GTS.5bac84d97795a4.21606764, Erişim Tarihi: 25 Eylül 2018) öfke, rekabet, engellenme, düşmanlık, korku benzeri durumlardan kaynaklanan canlı ya da cansız herhangi bir varlığa yönelik fiziksel, sözel duygusal veya sembolik olarak zarar vermeyi ve

incitmeyi amaçlayan her türlü davranış biçimi olarak tanımlanan (Çelik ve Kocabıyık 2014) ve karşısındakine zarar vermeyi, onu durdurmayı, ona engel olmayı ya da kendini korumayı hedefleyen fiziksel, sözel veya sembolik her türlü kasıtlı davranış olarak ifade edilmektedir (Yönet ve ark. 2016, Odacı ve Çelik 2017).

2.6.2. Saldırganlığı Etkileyen Faktörler

Saldırganlığın ortaya çıkışında genetik (genler ve cinsiyet hormonları) (Çelik ve Kocabıyık 2014), sosyal (düşük akademik başarı, kötü yaşam koşulları, kimyasal ve davranışsal bağımlılıklar, ailede şiddet varlığı, akranlar arası ilişkilerin zayıf olması) (Gürkan 2016), psikolojik (duygusal yaşantılar, özellikle öfke ve heyecansal uyarılma, dürtüsellik, kişilik bozuklukları, mental hastalıklar, içgüdüsellik, engellenme duygusu) (Çelik ve Kocabıyık 2014, Gürkan 2016) ve biyolojik faktörlerin (temporal ve frontal lob işlevlerindeki yetersizlikler ve beyin hasarları, norepinefrin, dopamin gibi nörotransmitterlerin ve hormonların miktarında düzensizlikler, merkezi sinir sistemi ve endokrin sistemi anormallikleri) (Çelik ve Kocabıyık 2014, Gürkan 2016) etkili olduğu bilinmektedir.

Yanı sıra Bandura sosyal öğrenme kuramında saldırganlığın taklit ya da gözlem ile öğrenildiğini (Gürkan 2016), Freud saldırganlığın bastırılmış libido duygusundan kaynaklandığını, Adler saldırganlığın ihtiyaçları karşılama isteğine ve yerine getirilemeyen sorumluluklara karşı yapılan bir tepki olduğunu (Odacı ve Çelik 2017), Fromm ve Rochlin ise saldırganlığın narsizimden kaynaklandığını (Yavuzer 2013) ifade etmektedir.

2.7. PSİKOLOJİK SAĞLAMLIK ve SALDIRGANLIKTA HEMŞİRENİN SORUMLULUKLARI

2.7.1. Psikolojik Sağlık Kavramında Hemşirenin Sorumlulukları

Özellikle toplum ruh sağlığı hemşireliği açısından önem arz eden ve koruyucu sağlık hizmetleri ile kontrol edilebilecek psikolojik sağlamlığı oluşturmak için risk faktörleri ve koruyucu faktörler birlikte değerlendirilmelidir (Öz ve Yılmaz 2009). Bu noktada psikolojik sağlamlığın risk ve koruyucu faktörler olarak iki ana

unsuru (çevresel-sistem faktörleri ve kişisel faktörler) içerdiği ve ikisi arasındaki etkileşimin psikolojik sağlamlığı oluşturduğu söylenebilir (Cusack ve ark. 2016). Bu faktörlerin olumlu ve destekleyici özellikte olması kişinin gelişiminde pozitif etkiler oluşturarak psikolojik sağlamlığı artırırken olumsuz olması ruhsal anlamda sorunları beraberinde getirerek psikolojik sağlamlığı azaltmakta veya yok etmektedir (Öz ve Yılmaz 2009). Benzer şekilde, psikolojik sağlamlığın işlevselleştirilmesi için, “bireylerin çevreleriyle etkileşim şeklini anlamak ve değerlendirmek” amaçlı uygun etkileşimci bir yaklaşım benimsenmesi gerektiği bildirilmektedir (Cusack ve ark. 2016). Psikiyatri hemşireleri, toplum ruh sağlığı hizmetlerini etkin şekilde kullanarak bireylerin çocukluktan yaşlılığa kadar psikolojik gelişimlerini ve içinde buldukları yaş döneminin gelişimsel işlevlerini sağlıklı biçimde yerine getirmelerini desteklemekte etkin rol oynamaktadır (Öz ve Yılmaz 2009). Risk faktörlerine karşı daha savunmasız grup olan çocuk ve ergenlerin yaş itibarıyla bir akran grubuna dâhil olması ve akran desteğini hissetmesi psikolojik sağlamlığa katkı sağlayan önemli bir faktör olduğundan çocuğun akran gruplarının desteğini alması sağlanmalıdır (Gizir 2007). Hemşirenin özellikle bireyin kendisini, ailesini ve çevresini içeren (kişiler arası iletişim, etkili problem çözme ve baş etme becerilerinin kazandırılması, stresle başa çıkmada farkındalık kazandırılması, sosyal destek sistemlerini etkin kullanma, duyguları ifade etme tekniklerinin öğretilmesi, aile içi şiddetin azaltılması, çocuğun sevgi ortamında büyütülmesi ve bir birey olarak desteklenmesinin sağlanması, eleştirel düşünce ve alternatif düşünme becerilerinin kazandırılması, psikolojik sağlamlığın uygun baş etme teknikleriyle geliştirilebileceğini içeren eğitimlerin yapılması gibi) uygulamaları yaşamdaki sorunlara yapıcı çözümler üretme ve psikolojik sağlamlığı oluşturmada hayati öneme sahiptir (McAllister ve McKinnon 2009, Öz ve Yılmaz 2009, Çam ve ark. 2014, Akçakanat ve ark. 2018). Ayrıca ruh sağlığı hemşireleri eleştirel düşünce ve beyin fırtınası yöntemlerini kullanarak odak grup çalışmaları, duygu odaklı terapi, bilişsel davranışsal terapi gibi yöntemler ile psikolojik sağlamlığı desteklemede rol almaktadırlar (Çam ve ark. 2014).

2.7.2. Saldırganlık Kavramında Hemşirenin Sorumlulukları

Saldırganlığın önlenmesinde psikiyatri hemşiresinin öncelikle etkin bir tanılama yapması ardından ise bu tanılama doğrultusunda uygun girişimleri

planlaması gerekmektedir (Günüşen 2016). Tanılamanın ilk aşamasında saldırganlığın oluşacağını gösteren haberci belirtileri (sesin yükseltilmesi, dişlerini ve yumruğunu sıkma, hareketlerin ve konuşmanın hızlanması vb.) ve risk faktörlerini tanımak ek tanıları önlemek açısından da önemlidir (Bimenyimana ve ark. 2016, Günüşen 2016, Öztürk ve Uluşahin 2016). Saldırganlık açısından riskli olarak tanımlanan bireylere uygun ve gerçekçi aktivite planları (yürüme ve egzersiz, doğru nefes alma teknikleri, resim, okuma, boyama, örgü, müzik vb. uğraşlar, grup terapileri) yapılmalıdır (Çam ve Engin 2014, Günüşen 2016, Yılmaz 2016). Ayrıca iyi bir dinleyici olan hemşire terapötik iletişim becerilerini kullanarak öfke duygusunu sözel ifadeye teşvik etmelidir (Çam ve Engin 2014, Günüşen 2016). Ergenlik döneminde sık rastlanan bir sorun olan saldırganlığa yönelik girişimlerin planlanmasında etkin rol alan okul sağlığı hemşiresi sektörler arası iş birliğini kullanarak şiddet olgusunu önlemeye yönelik eğitimler hazırlar (Adana ve Arslantaş 2011, Coşkun ve Bebiş 2014, Bimenyimana ve ark. 2016). Bu anlamda risk faktörlerini hem bireysel hem de ailesel ve çevresel açıdan değerlendirir ve uygun koruma (birincil, ikincil, üçüncül) önlemlerini alır (Coşkun ve Bebiş 2014). Birincil korumada riskli gruplar belirlenerek destek sağlayacak eğitimler planlanır, ikincil korumada şiddet ve saldırganlığın neden olduğu olumsuz sonuçları azaltmak ve erken müdahale girişimlerini uygulamak amaçlanır, üçüncül korumada ise şiddeti uygulayan veya şiddetten olumsuz etkilenen bireylerin iyilik düzeylerini yükseltme amacıyla rehabilitasyon hizmetleri planlanır (Adana ve Arslantaş 2011, Coşkun ve Bebiş 2014).

3. MATERYAL ve METOD

3.1. Araştırmanın Tipi

Araştırma, “Ortaokul Öğrencilerinde İnternet ve Dijital Oyun Bağımlılığının Psikolojik Sağlık ve Saldırganlık İlişkisi”ni belirlemek amacıyla kesitsel olarak gerçekleştirilmiştir.

3.2. Araştırmanın Yapıldığı Yer Ve Özellikleri

Araştırma Kars İl Merkezinde Milli Eğitim Müdürlüğüne bağlı Özel Çözüm Ortaokulu (ÖÇÖ), Şehit Okan Koç İmam Hatip Ortaokulu (ŞOKİO), Özel Çelik Başarı Ortaokulu (ÖÇBO), Hacı Sait İlbeyi İmam Hatip Ortaokulu (HSİİO), Mihrali Bey Ortaokulu (MBO) ve Fevzi Paşa Ortaokulu (FPO)'nda yapılmıştır. Araştırmanın yapılacağı okulun belirlenmesinde mevcut öğrenci sayıları, ulaşılabilirlik durumu, okulun fiziksel özellikleri, yöneticilerin ve öğretmenlerin işbirliği göz önünde bulundurulmuştur.

3.3. Araştırmanın Zamanı

Araştırma Haziran 2017 – Aralık 2018 tarihleri arasında 1,5 yıl süreli yapılmıştır. Anket uygulaması 16.10.2017 – 23.11.2017 tarihleri arasında yapılmıştır.

3.4. Araştırmanın Evreni ve Örneklemi

Araştırmanın evrenini, Kars il merkezinde 2017-2018 eğitim öğretim yılı içerisinde öğrenim gören; toplam 5943 ortaokul öğrencisi oluşturmuştur. Araştırmanın yapıldığı ilde 2017-2018 eğitim öğretim yılı kayıtlarına göre toplam 21 ortaokul bulunmaktadır. Örneklem belirleme aşamasında ortaokullar; Genel Devlet Ortaokulu, İmam Hatip Ortaokulu ve Özel Ortaokullar olarak tabakalandırılmıştır. İlde toplam 13 Genel Devlet Ortaokulu, 3 İmam Hatip Ortaokulu ve 3 Özel Ortaokul bulunmaktadır. Her tabakayı temsil edecek okulların belirlenmesi için tabakalardaki okullar arasından kura çekilmiştir. İlde 3 özel ortaokul olması nedeniyle kura çekimine bu ortaokullar dâhil edilmeden doğrudan örnekleme alınması planlanmış

ancak okul yöneticileri ile yapılan görüşmeler sonucunda okuldan destek alınamayacağı anlaşıldığından bu okul (Kars ve Kafkas Üniversitesi Kalkınma Vakfı Özel Ortaokulu) çalışma kapsamı dışında tutulmuştur. Belirlenen 6 okulda 2017-2018 yılı güz dönemi eğitim-öğretim yılında eğitim gören toplam 2204 öğrenci bulunduğu saptanmıştır.

Araştırma örnekleme evreni bilinen örnekleme yöntemlerinden $n=Nt^2pq/d^2(N-1)+ t^2pq$ formülüyle hesaplanmıştır. % 99 güven aralığı olduğu için t değeri 2,576 ve d=0.03 olarak alınmıştır (Yazıcıoğlu ve Erdoğan 2011). Önceki yapılan bir çalışmada bağımlılık oranı % 29 olarak belirlendiğinden p=0,29 ve q=0,71 olarak alınmıştır (Irmak 2014). Örneklem için 889 öğrenci belirlenmiştir. Ancak olası kayıplar olabileceği göz önüne alınarak araştırmaya 913 öğrenci dâhil edilmiştir. Bazılarının daha sonra veri toplama araçlarını eksik doldurması sonucunda söz konusu öğrencilerin görüşleri araştırma kapsamından çıkarılmıştır ve 894 öğrencinin verisi değerlendirilmiştir.

Araştırmanın örnekleme alınan okullar ve öğrenci sayıları Tablo 2’de gösterilmiştir.

Tablo 2. Okullara Göre Öğrencilerin Örnekleme Girme Oranları

Okul Adı	Öğrenci Sayısı	Uygulanan	Eksik Dolduran	Örnekleme Alınan
				Öğrenci Sayısı n (%)
Özel Çözüm Ortaokulu	221	139	0	139 (15,54)
Özel Çözüm Ortaokulu	236	116	2	114 (12,75)
Şehit Okan Koç İmam Hatip Ortaokulu	247	132	1	131 (14,65)
Hacı Sait İlbeyi İmam Hatip Ortaokulu	99	99	2	97 (10,85)
Mihrali Bey Ortaokulu	447	165	3	162 (18,12)
Fevzi Paşa Ortaokulu	954	262	11	251 (28,08)
Toplam	2204	913	19	894

3.5. Araştırmaya Alınma ve Araştırmadan Dışlanma Kriterleri

3.5.1. Araştırmaya Alınma Kriteri

- Araştırmaya katılmaya istekli olmak
- Ortaokul öğrencisi olmak
- Araştırmanın yönergesini takip edecek zihinsel kapasiteye sahip olmaktır.

3.5.2. Araştırmadan Dışlama Kriteri

- Anket formunu cevaplandıramayacak düzeyde fiziksel ya da ruhsal hastalığa sahip olmak
- Okuyamayacak düzeyde görme problemine sahip olmak
- Anket uygulaması sırasında karşılıklı iletişimi engelleyecek düzeyde işitme problemine sahip olmaktır.

3.6. Araştırma Soruları

1. Ortaokul öğrencilerinin internet bağımlılığı düzeyi nedir?
2. Ortaokul öğrencilerinin dijital oyun bağımlılığı düzeyi nedir?
3. Ortaokul öğrencilerinin saldırganlık düzeyi nedir?
4. Ortaokul öğrencilerinin psikolojik sağlamlıkları ne düzeydedir?
5. Ortaokul öğrencilerinin internet bağımlılığını etkileyen faktörler nelerdir?
6. Ortaokul öğrencilerinin dijital oyun bağımlılığını etkileyen faktörler nelerdir?
7. Ortaokul öğrencilerinde internet ve dijital oyun bağımlılığının saldırganlık ve psikolojik sağlamlıkla ilişkisi nasıldır?

3.7. Veri Toplama Araçları

3.7.1. Genel Bilgi Formu (EK-1)

Araştırmacılar tarafından literatür taraması sonucunda öğrencilerin yaş, cinsiyet, öğrenim gördüğü okul, sınıf gibi demografik özelliklerini, internet kullanım ve dijital oyun oynama özelliklerini içeren 16 soruluk bir anket formu oluşturulmuştur (Kars 2010, Kuss ve Griffiths 2012a, Irmak 2014, Aslan ve Yazıcı 2016, Bat ve Kayacan 2016, Bozkurt ve ark. 2016, Dinç ve Kodaman 2016, Fırıncık

2016, Irmak ve Erdoğan 2016, Musluoğlu 2016, Toran ve ark. 2016, Hazar ve Hazar 2017c, Korkmaz 2017, Ögel 2017).

3.7.2. İnternet Bağımlılık Ölçeği (İBÖ) (EK-2)

Bu ölçek; ilköğretim öğrencilerinin internet bağımlılıklarını belirlemek amacıyla, Young (1996) tarafından geliştirilen ve Türkçeye uyarlanması, geçerlik ve güvenilirliği Bayraktar (2001) tarafından yapılan bir ölçektir. İBÖ, 20 sorudan oluşan ve “Hiçbir zaman” ile “Devamlı” seçenekleri arasında altılı likert türü bir ölçektir. Bu seçeneklere sırasıyla 0,1,2,3,4 ve 5 puan verilmektedir. Ölçekten 0 ile 100 arasında puan alınabilmektedir. Ölçekten alınan puanlar üç sınıfa ayrılmaktadır; 80 puan ve üzeri alanlar “İnternet bağımlısı”, 50-79 puan arası alanlar “Sınırlı semptom [belirti] gösterenler” ve 50 puanın altında alanlar “Semptom [belirti] göstermeyenler” olarak tanımlanmaktadır. Bayraktar’ın (2001) çalışmasında Cronbach alfa kat sayısı 0.91 olarak bulunmuştur.

Ortaokul 5, 6, 7 ve 8. sınıfta eğitim gören toplam 894 öğrenci ile gerçekleştirilen bu çalışmada İBÖ Cronbach alfa kat sayısı Tablo 3’te görülmektedir.

3.7.3. Dijital Oyun Bağımlılığı Ölçeği (DOBÖ-7) (EK-3)

DOBÖ-7, Lemmens ve arkadaşları (2009) tarafından 12-18 yaş arası adölesanların problemlili dijital oyun oynama davranışlarını belirleme amacıyla geliştirilmiştir. Türkiye’de geçerlik ve güvenilirliği Irmak ve Erdoğan tarafından 2015 yılında yapılmıştır. Toplam 21 madde, 7 alt boyuttan oluşan DOB-21 ölçeğinin 7 maddelik kısa formudur. Ölçek 5’li likert tipinde ve 1-5 aralığında (1=hiçbir zaman 5=her zaman) puan (min: 7; max: 35) almaktadır. Bir adölesanın DOB-7 ölçeğine göre oyun bağımlısı olup olmadığının ölçekten alınan toplam puan artışına göre değerlendirilebileğini önermiştir. DOB-7 ölçeğine göre oyun bağımlısı olup olmadığını tanılamak için monotetik ve politetik iki format kullanılmıştır. Monotetik formata göre kişi, 7 maddenin yedisine de 3 (bazen) ve üzerinde puan veriyor ise riskli, politetik formata göre 7 maddenin en az 4’üne 3 (bazen) ve üzerinde puan veriyor ise yüksek riskli oyun bağımlısı olarak tanımlanmıştır Irmak ve Erdoğan’ın (2015) çalışmalarında Cronbach alfa kat sayısı 0.73 olarak bulunmuştur.

Ortaokul 5, 6, 7 ve 8. sınıfta eğitim gören toplam 894 öğrenci ile gerçekleştirilen bu çalışmada DOBÖ-7 Cronbach alfa kat sayısı Tablo 3'te görülmektedir.

3.7.4. Kısa Psikolojik Sağlık Ölçeği (KPSÖ) (EK-4)

KPSÖ, Smith ve arkadaşları tarafından 2008 yılında bireylerin kendilerini toparlayabilme potansiyellerini ve psikolojik sağlıklarını ölçmek amacıyla geliştirilmiş ve Türkçe geçerlik ve güvenirliği Doğan (2015) tarafından yapılmıştır. “Hiç uygun değil” (1) ile “tamamen uygun” (5) arasında değişen 5' li likert tipi 6 maddeden oluşan bu ölçek öz-bildirim şeklinde bir ölçme aracıdır. Ölçeğin 2, 4 ve 6. maddeleri tersinden puanlanmaktadır. Ölçekten alınan yüksek puanlar yüksek düzeyde psikolojik sağlığa, düşük puanlar ise düşük düzeyde psikolojik sağlığı göstermektedir. Doğan'ın (2015) çalışmasında Cronbach alfa kat sayısı 0.83 olarak bulunmuştur.

Ortaokul 5, 6, 7 ve 8. sınıfta eğitim gören toplam 894 öğrenci ile gerçekleştirilen bu çalışmada KPSÖ Cronbach alfa kat sayısı Tablo 3'te görülmektedir.

3.7.5. Buss- Perry Agresyon Ölçeği (BPAÖ) (EK-5)

BPAÖ, saldırganlık düzeyinin belirlenmesinde Buss ve Perry tarafından 1992 yılında geliştirilen ve 29 ifadeden oluşan öz bildirim ölçeğidir. Türkçe'ye uyarlaması Madran (2012) tarafından yapılmıştır. Kişilik özellikleri bağlamında kişide bulunan saldırganlığı fiziksel saldırganlık, sözel saldırganlık, öfke ve düşmanlık boyutları ile değerlendirir. Ölçek beşli likert tipi ölçektir (0=hiç benim özelliğim değil, 1=çok az, 2=biraz, 3=çok, 4=tamamen benim özelliğim). Fiziksel saldırganlığı 1.,2.,3.,4.,5.,6.,7.,8., ve 9. maddeler, sözel saldırganlığı 10.,11.,12.,13.,14. maddeler, öfkeyi 15.,16.,17.,18.,19.,20.,21. maddeler ve düşmanlığı 22.,23.,24.,25.,26.,27.,28.,29. maddeler sorgulamaktadır. Puanlama yapılırken ölçekte 18. madde dışındaki tüm maddeler 0-4 arası puan alırken, 18. madde ters (4-0) puanlanmaktadır. Alt ölçeklerin ve ölçeğin toplam puanı her maddenin aritmetik toplamı ile elde edilir. Ölçekten 0-116 arasında puan alınabilmektedir ve yüksek puanlar yüksek saldırganlık düzeyini gösterir (B.Bryant ve D. Smith 2001).

Madran'ın (2012) çalışmasında Cronbach alfa kat sayısı tüm ölçek için 0.85, Fiziksel saldırganlık için 0.78, sözel saldırganlık için 0.48, Öfke için 0.76 ve düşmanlık için 0.71 olarak bulunmuştur.

Ortaokul 5, 6, 7 ve 8. sınıfta eğitim gören toplam 894 öğrenci ile gerçekleştirilen bu çalışmada BPAÖ Cronbach alfa kat sayısı Tablo 3'te görülmektedir.

3.8. Veri Toplama Araçlarının Güvenirlik Çalışması

Çalışmada kullanılan ölçeklerin bu çalışma için Cronbach Alfa güvenilirlik değerleri Tablo 3'te gösterilmiştir.

Tablo 3. Ölçeklerin Güvenirlik Değerleri

Ölçekler	Cronbach Alfa
İnternet Bağımlılık Ölçeği (İBÖ)	0.91
Dijital Oyun Bağımlılığı Ölçeği (DOBÖ)	0.89
Kısa Psikolojik Sağlık Ölçeği (KPSÖ)	0.80
Buss – Perry Agresyon Ölçeği (BPAÖ)	0.90
Fiziksel Saldırganlık	0.76
Sözel Saldırganlık	0.57
Öfke	0.75
Düşmanlık	0.80

3.9. Verilerin Toplanması

Öncelikle evren ve örneklem hesaplanmasında gerekli olan öğrencilerin sayıları temin edilerek araştırmaya dâhil edilecek okullar ve öğrenci grupları belirlenmiştir. Veri toplanması gerekli kişi ve kurumlardan yazılı onay alındıktan sonra uygulama yapılacak okullardan 16.10.2017 – 23.11.2017 tarihleri arasında toplam 1.5 ayda araştırmacı tarafından tamamlanmıştır. Anket uygulaması için gerekli zaman dilimi belirlendikten sonra anket formları dağıtılmıştır ve öğrencilerin onamı alınarak ankete katılımları sağlanmış, öğrencilere araştırmanın amacı ve ölçeği nasıl yanıtlayacaklarına dair bilgi vermiştir. Genel Bilgi Formu, İBÖ, DOBÖ-7, KPSÖ ve BPAÖ öğrencilerin kendi istekleriyle katılımı sağlanarak toplamda 40 dakikada uygulanmıştır.

3.10. Verilerin Değerlendirilmesi

Araştırma kapsamında görüşleri alınan ortaokulda öğrenim gören ergenlerden elde edilen verilerin çözümlenmesi amacıyla öncelikle öğrencilerin cevapları SPSS-20.0'ye (Statistical Package for Social Sciences) aktarılmıştır. Ardından istatistik analizler için;

- tanımlayıcı istatistiksel metodlar (ortalama, sayı, yüzdelik),
- istatistik analizler için *Kolmogorov-Smirnov* testi ile normallik analizi yapıldı.
- sosyodemografik, ölçekler arasındaki karşılaştırmalarda, iki grup ortalamalarını karşılaştırmada veriler normal dağılım gösterdiğinde t testi - normal dağılım göstermediğinde Mann Whitney U, üç ve daha fazla bağımsız ortalama arasındaki farkın hesaplanmasında; veriler normal dağılım gösterdiğinde ANOVA - normal dağılım göstermediğinde Kruskal-Wallis testi,
- İnternet Bağımlılık Ölçeği, Dijital Oyun Bağımlılığı Ölçeği, Kısa Psikolojik Sağlık Ölçeği ve Buss- Perry Agresyon Ölçeği arasındaki ilişkileri değerlendirmede veriler normal dağılım gösterdiğinde Pearson Korelasyon - normal dağılım göstermediğinde Spearman Korelasyon analizi kullanılmıştır.
- $p < 0.05$ değeri istatistiksel olarak anlamlı kabul edilmiştir.

3.11. Araştırmanın Etik Yönü

1. Kafkas Üniversitesi Tıp Fakültesi Etik Kurul'undan 28.06.2017 tarih ve 80576354-050-99/134 sayılı yazılı izin alınmıştır (EK-6).
2. Kars İl Milli Eğitim Müdürlüğü'nden 17.08.2017 izin tarih ve 10829923-030.99-E.20436 sayılı yazılı izin alınmıştır (EK-7).
3. Araştırmada kullanılan ölçüm araçlarını geliştiren kişilerden izin alınmıştır (EK-8).
4. Araştırmaya dâhil edilen öğrencilere isim yazmaları gerektiği söylenmiş ve istemedikleri takdirde formu doldurmayabilecekleri belirtilerek Bilgilendirilmiş Onamları alınmıştır.

5. Araştırma yapılan okullara tek tek rapor dosyası oluşturularak kendi okullarının araştırma sonuçlarının bildirilmesi sağlanmıştır.

3.12. Araştırmanın Sınırlılıkları

Yapılan araştırmanın sınırlılıkları řu şekilde tespit edilmiştir:

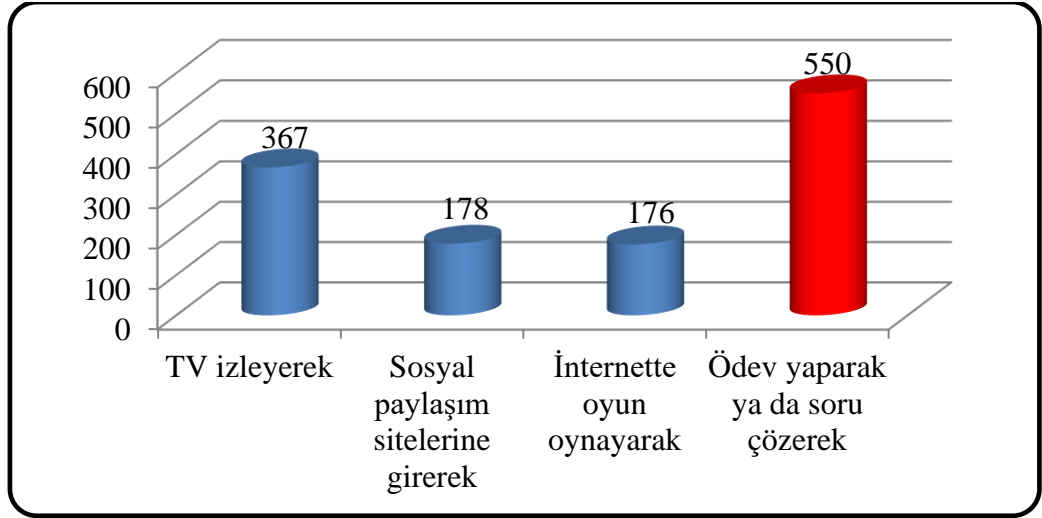
1. Araştırma Kars il merkezindeki 2017-2018 eğitim öğretim yılındaki altı ortaokul ile sınırlıdır.
2. Araştırmada elde edilen sonuçlar kullanılan ölçüm araçlarından elde edilen veriler ile sınırlıdır.
3. Araştırmada anketlerin uygulaması evlerde ya da ders aralarında kaybolacağından bir ders saati süresi ile sınırlıdır.
4. Araştırma sonuçları, çalışmada kullanılan istatistiksel teknikler ile sınırlıdır.
5. Merkez İmam Hatip Ortaokulu yöneticilerinin araştırmaya katılım için gönüllü olmaması nedeni ile bu okulların örneklem dışı tutulmuştur.

4. BULGULAR

Tablo 4. Öğrencilerin Tanıtıcı Özellikleri (n=894)

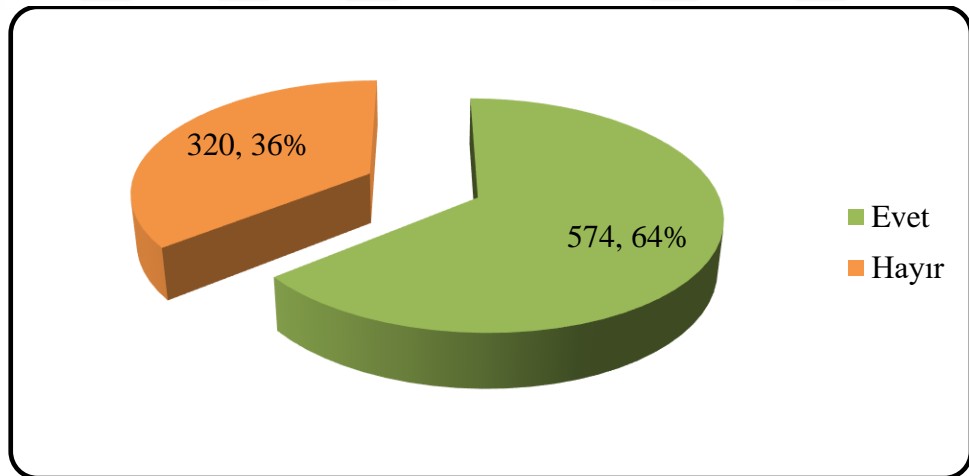
Öğrencilerin Tanıtıcı Özellikleri	n	%
Cinsiyet		
Kız	431	48.2
Erkek	463	51.8
Okulu		
Özel Çözüm Ortaokulu	139	15.5
Özel Çelik Başarı Ortaokulu	114	12.8
Şehit Okan Koç İmam Hatip Ortaokulu	131	14.7
Hacı Sait İlbeyi İmam Hatip Ortaokulu	97	10.9
Mihrali Bey Ortaokulu	162	18.0
Fevzi Paşa Ortaokulu	251	28.1
Sınıf		
5. Sınıf	211	23.6
6. Sınıf	228	25.5
7. Sınıf	215	24.1
8. Sınıf	240	26.8
Anne Eğitim Düzeyi		
Okur-Yazar Değil	71	7.9
Okur-Yazar	145	16.2
İlkokul Mezunu	171	19.3
Ortaokul Mezunu	154	17.2
Lise Mezunu	186	20.8
Üniversite Mezunu	163	18.2
Baba Eğitim Düzeyi		
Okur-Yazar Değil	25	2.8
Okur-Yazar	134	15.0
İlkokul Mezunu	105	11.7
Ortaokul Mezunu	127	14.2
Lise Mezunu	248	27.7
Üniversite Mezunu	250	28.0

Öğrencilerin tanıtıcı özelliklerine bakıldığında (Tablo 4) yaş ortalamasının 12.05 ± 1.31 (Minimum yaş: 10, Maksimum yaş: 14) olduğu belirlenmiştir. Öğrencilerin büyük çoğunluğunun, erkek (n=463; % 51.8), FPO'da okuduğu (n=251; % 28.1), 8. sınıf olduğu (n=240; % 26.8), annelerinin lise (n=186; % 20.8) ve babalarının üniversite (n=250; % 28.0) mezunu olduğu görülmektedir.



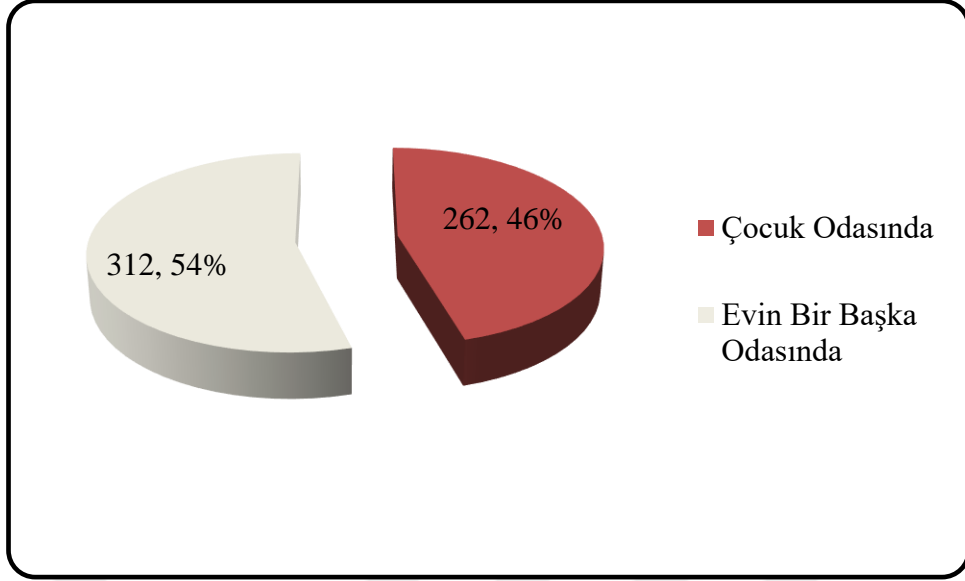
Grafik 1. Öğrencilerin Boş Zamanlarını Geçirdiği Etkinlikler (n=894)

Öğrencilerin boş zamanlarını geçirme etkinlikleri (Grafik 1) incelendiğinde boş zamanlarını en fazla ödev yaparak ya da soru çözerek geçirdikleri (n=550; % 43) saptanmıştır.



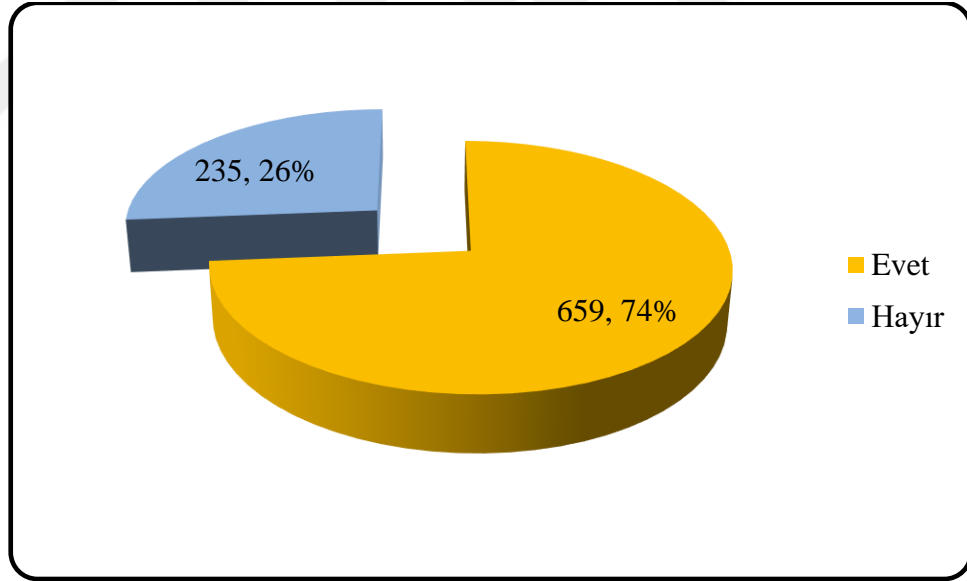
Grafik 2. Öğrencilerin Evinde Bilgisayar Bulunma Durumu (n=894)

Öğrencilerin evinde bilgisayar bulunma durumuna (Grafik 2) bakıldığında büyük çoğunluğunun evinde bilgisayar olduğu (n= 574; % 64) görülmektedir.



Grafik 3. Öğrencilerin Bilgisayarlarının Bulunduğu Ortam (n=574)

Grafik 3 incelendiğinde evinde bilgisayar bulunan 574 öğrenciden çoğunun bilgisayarının evin bir başka odasında bulunduğu (n= 312; % 54) görülmektedir.



Grafik 4. Öğrencilerin Evinde İnternet Bulunma Durumu (n=894)

Öğrencilerin evinde internet bulunma durumu (Grafik 4) değerlendirildiğinde büyük bir bölümünün evinde internet bulunduğu (n=659; % 74) görülmektedir.

Tablo 5. Öğrencilerin Bilgisayar ve İnternet Kullanma Özellikleri (n= 894)

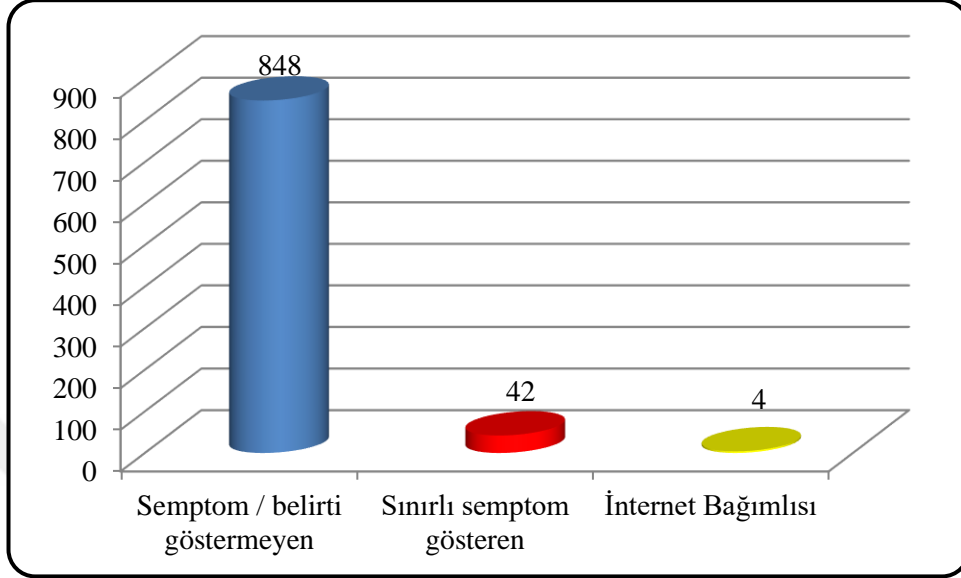
Bilgisayar ve İnternet Kullanma Özellikleri	n	%
İnterneti Kullanma Amaçları (bu soruda birden çok seçenek işaretlenmiştir)		
İnternette Oyun Oynamak	306	34.3
Sosyal Paylaşım Sitelerinde Chat Yapmak	140	12.1
Film ve Dizi İzlemek	169	18.9
Araştırma ve Ödev Yapmak	701	78.6
Günlük Ortalama İnternet Kullanım Süresi		
0-1 Saat	549	61.4
1-2 Saat	233	26.1
2-3 Saat	68	7.6
3-4 Saat	20	2.2
4 Saatten Fazla	24	2.7

Öğrencilerin bilgisayar ve internet kullanma özellikleri (Tablo 5) incelendiğinde interneti daha çok araştırma ve ödev yapmak amacıyla (n=701; % 78.6) ve çoğunlukta günlük ortalama 0-1 saat arası (n=549; % 61.4) kullandıkları görülmektedir.

Tablo 6. Öğrencilerin Dijital Oyun Oynama Özellikleri (n= 894)

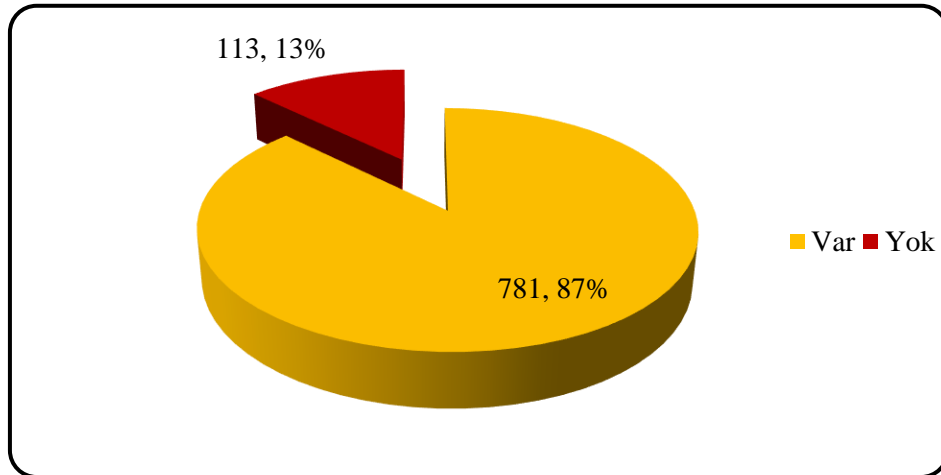
Öğrencilerin Dijital Oyun Oynama Özellikleri	n	%
Günlük Ortalama İnternette Oyun Oynama Süresi		
0-1 Saat	654	73.1
1-2 Saat	179	20.0
2-3 Saat	43	4.8
3-4 Saat	5	0.6
4 Saatten Fazla	13	1.5
Oyunu En Çok Oynadığı Yer (bu soruda birden çok seçenek işaretlenmiştir)		
Evde	659	73.6
Arkadaşının Evinde	81	9
Oyun Salonlarında	85	9.5
Boş Bırakan Öğrenciler	133	14.9
Oynanan Oyun Türleri (bu soruda birden çok seçenek işaretlenmiştir)		
Macera Oyunları	216	24.1
Spor ve Yarış Oyunları	193	21.5
Savaş ve Strateji Oyunları	252	28.2
Bulmaca ve Zekâ Oyunları	277	30.9
Boş Bırakan Öğrenciler	146	16.3

Öğrencilerin dijital oyun oynama özellikleri incelendiğinde (Tablo 6) günlük ortalama 0-1 saat arası (n=654; % 73.1), daha çoğunlukta evde (n=659; % 73.6) ve bulmaca ve zeka oyunları (n=277; % 30.9) oynadıkları görülmektedir.



Grafik 5. Öğrencilerin İnternet Bağımlılık Ölçeği Puanlarına Göre Bağımlılık Düzeyleri (n=894)

Öğrencilerin İBÖ puanlarına göre bağımlılık düzeyleri (Grafik 5) incelendiğinde puan ortalamasının 18.00 ± 16.31 (Minimum Puan: 0.00; Maksimum Puan: 92.00) olduğu görülmüştür. Ayrıca öğrencilerin % 94.9'u internet bağımlılığına yönelik herhangi bir semptom göstermezken, % 4.7'sinin sınırlı düzeyde semptom gösterdiği ve % 0.4'ünün aldığı puana göre internet bağımlısı ölçütünü karşıladığı görülmektedir.



Grafik 6. Öğrencilerin Dijital Oyun Bağımlılığı Ölçeğine Göre Bağımlılık Düzeyleri (Politetik Hesaplama) (n=894)

Öğrencilerin DOBÖ puan ortalamasının 13.60 ± 6.79 (Minimum Puan: 7.00; Maksimum Puan: 34.00) olduğu görülmektedir (Grafik 6). Öğrencilerin büyük çoğunluğunda ($n=781$; % 87) dijital oyun bağımlılığı olmadığı tespit edilmiştir.

Tablo 7. Öğrencilerin Kısa Psikolojik Sağlık ve Buss-Perry Agresyon Ölçeği Puan Dağılımları

ÖLÇEKLER		Minimum-Maximum	X ± S.S.
Kısa Psikolojik Sağlık Ölçeği		6.00-30.00	19.90 ± 6.18
Buss-Perry Agresyon Ölçeği	Fiziksel Saldırganlık	0.00-36.00	10.68 ± 6.81
	Sözel Saldırganlık	0.00-20.00	6.20 ± 4.04
	Öfke	0.00-28.00	8.63 ± 6.35
	Düşmanlık	0.00-32.00	10.87 ± 7.84
	TOPLAM	2.00-112.00	36.40 ± 20.85

Öğrencilerin KPSÖ'nde toplam puan ortalamasının 19.90 ± 6.18 (Minimum Puan: 6.00; Maksimum Puan: 30.00) olduğu görülmektedir (Tablo 7). Puanların ortalamasının üzerinde olması öğrencilerin yüksek psikolojik sağlamlığa sahip olma eğilimde olduğunu göstermektedir. Öğrencilerin BPAÖ toplam puan ortalaması 36.40 ± 20.85 (Minimum Puan: 2.00; Maksimum Puan: 112.00) olup ölçeğin alt boyut puan dağılımları incelendiğinde düşmanlık 10.87 ± 7.84 (Minimum Puan: 0.00; Maksimum Puan: 32.00) ve fiziksel saldırganlık 10.68 ± 6.81 (Minimum Puan: 0.00; Maksimum Puan: 36.00) eğiliminin daha çoğunlukta olduğu görülmüştür. Ölçekten alınan toplam puan, düşmanlık ve fiziksel saldırganlık puan değerlerinin ortalama puanın altında olması agresyon düzeyinin yüksek olmadığını göstermektedir.

Tablo 8. Öğrencilerin Tanıtıcı Özellikleri ile İnternet Bağımlılık Ölçeği ve Dijital Oyun Bağımlılığı Ölçeği Puan Ortalamalarının Karşılaştırılması ($n=894$)

Tanıtıcı Özellikler	İBÖ		DOBÖ	
	Sıra Ortalaması	U; χ^2 ; p	Sıra Ortalaması	U; χ^2 ; p
Cinsiyet				
Kız	378.74	U=-7.68	384.19	U=-7.11
Erkek	511.50	p=0.000	506.43	p=0.000
Okulu				
ÖÇO	463.23		797.79	
ÖÇBO	503.34		382.17	
ŞOKİHO	416.08	$\chi^2=26.21$	389.95	
HSİİHO	369.04	p=0.000	389.01	$\chi^2=306.99$
MBO	407.57		368.81	p=0.000
FPO	485.92		386.62	

Tablo 8.Öğrencilerin Tanıtıcı Özellikleri ile İnternet Bağımlılık Ölçeği ve Dijital Oyun Bağımlılığı Ölçeği Puan Ortalamalarının Karşılaştırılması (n=894)(devamı)

Sınıf				
5. Sınıf	394.21		396.68	
6. Sınıf	409.28	$\chi^2=31.07$	440.36	$\chi^2=16.62$
7. Sınıf	466.07	p=0.000	452.23	p=0.001
8. Sınıf	514.03		494.72	
Anne Eğitim Düzeyi				
Okur-Yazar Değil	391.73		405.51	
Okur-Yazar	406.52		438.84	
İlkokul Mezunu	412.17	$\chi^2=25.13$	400.87	$\chi^2=23.42$
Ortaokul Mezunu	446.96	p=0.000	416.83	p=0.001
Lise Mezunu	510.80		487.56	
Üniversite Mezunu	468.40		501.43	
Baba Eğitim Düzeyi				
Okur-Yazar Değil	431.32		515.44	
Okur-Yazar	416.86		440.84	
İlkokul Mezunu	376.84	$\chi^2=16.10$	361.78	$\chi^2=25.35$
Ortaokul Mezunu	443.49	p=0.013	405.40	p=0.000
Lise Mezunu	474.62		465.78	
Üniversite Mezunu	467.06		479.36	

[Özel Çözüm Ortaokulu (ÖÇÖ), Özel Çelik Başarı Ortaokulu (ÖÇBO), Şehit Okan Koç İmam Hatip Ortaokulu (ŞOKİO), Hacı Sait İlbeyi İmam Hatip Ortaokulu (HSİİHO), Mihrali Bey Ortaokulu (MBO), Fevzi Paşa Ortaokulu (FPO)].

Öğrencilerin tanıtıcı özellikleri ve İBÖ puan ortalamalarının karşılaştırılmasına bakıldığında (Tablo 8); erkek öğrencilerin kız öğrencilere göre ($U=-7.68$; $p=0.000$); ÖÇÖ'nun HSİİHO'ye göre, FPO'nun ŞOKİHO'na, MBO'ya ve HSİİHO'ye göre, ÖÇBO'nun HSİİHO'ye, ve MBO'ya göre ($\chi^2=26.21$; $p=0.000$); 7. ve 8. sınıfların 5. ve 6. sınıflara göre, 8.sınıfların 7. sınıflara göre ($\chi^2=31.07$; $p=0.000$), anne eğitim düzeyi lise ve üniversite mezunlarının okur-yazar olmayanlara, okur-yazar olanlara, ilkokul mezunlarına göre, lise mezunlarının ortaokul mezunlarına göre ($\chi^2=25.13$; $p=0.000$); baba eğitim düzeyi lise mezunlarının okur-yazar olanlara, lise ve üniversite mezunlarının ilkokul mezunlarına göre ($\chi^2=16.10$; $p=0.013$) daha yüksek ve aradaki farkın istatistiksel olarak anlamlı, öğrencilerin tanıtıcı özellikleri ve DOBÖ puan ortalamaları karşılaştırıldığında (Tablo 8); erkek öğrencilerin kız öğrencilere göre ($U=-7.11$; $p=0.000$); ÖÇÖ'nun diğer tüm okullara göre ($\chi^2=306.99$; $p=0.000$); 7. ve 8. sınıfların 5. sınıflara, 8. sınıfların da 6. sınıflara göre ($\chi^2=16.62$; $p=0.001$) anne eğitim düzeyi lise ve üniversite mezunlarının okur-yazar olmayanlara, ilkokul ve ortaokul mezunlarına göre, üniversite mezunlarının okur-yazar olanlara göre ($\chi^2=23.42$; $p=0.001$), baba

eğitim düzeyi okuryazar olmayanların ilkokul, ortaokul mezunlarına göre, okuryazarların ilkokul mezunlarına göre, lise ve üniversite mezunlarının ilkokul ve ortaokul mezunu olanlara göre ($\chi^2=25.35$; $p=0.000$) daha yüksek ve aradaki farkın istatistiksel olarak anlamlı olduğu görölmektedir.

Tablo 9. Öğrencilerin Bilgisayar/ İnternet Kullanım Özelliklerine Göre İnternet Bağımlılık Ölçeği ve Dijital Oyun Bağımlılığı Ölçeği Puan Ortalamalarının Karşılaştırılması

ÖLÇEKLER Bilgisayar/ İnternet Kullanım Özellikleri	İBÖ		DOBÖ	
	Sıra Ortalaması/ X ± S.D	U; χ^2 ; F;p	Sıra Ortalaması/ X ± S.D	U; χ^2 ; F;p
Evde Bilgisayar Varlığı				
Evet	487.02	U=-6.13	481.34	U=-5.27
Hayır	376.61	p=0.000	386.80	p=0.000
Evde İnternet Varlığı				
Evet	465.42	U=-3.47	447.91	U=-0.08
Hayır	397.25	p=0.001	446.35	p=0.0936
Bilgisayarın Evde Bulunduğu Oda (Evinde Bilgisayar Olan Öğrenciler İçin)				
Çocuk Odasında	312.09	U=-3.25	295.12	U=-1.01
Evin Başka Odasında	266.85	p=0.001	281.10	p=0.311
Günlük Ortalama İnternet Kullanım Süresi				
0-1 Saat Arası	12.80 ± 13.04		395.67	
1-2 Saat Arası	22.09 ± 15.07		491.59	
2-3 Saat Arası	29.70 ± 15.38	F=70.03	560.92	$\chi^2=81.01$
3-4 Saat Arası	38.20 ± 15.10	p=0.000	648.83	p=0.000
4 Saatten Fazla	47.41 ± 25.23		715.88	
Günlük Ortalama İnternette Oyun Oynama Süresi				
0-1 Saat Arası	14.63 ± 14.13		12.65 ± 6.27	
1-2 Saat Arası	23.15 ± 15.93		14.70 ± 6.76	
2-3 Saat Arası	33.76 ± 15.13	F=50.02	19.00 ± 7.40	F=24.93
3-4 Saat Arası	59.00 ± 17.54	p=0.000	24.80 ± 8.37	p=0.000
4 Saatten Fazla	48.92 ± 25.17		24.23 ± 7.06	

Öğrencilerin bilgisayar/ internet kullanım özelliklerine göre ve İBÖ puan ortalamasının karşılaştırılmasına bakıldığında (Tablo 9); evinde bilgisayarı olan

öğrencilerin olmayanlara göre ($U=-6.13$; $p=0.000$); evinde internet olanların olmayanlara göre ($U=-3.47$; $p=0.001$); bilgisayarları çocuk odasında olanların evin başka bir odasında olanlara göre ($U=-3.25$; $p=0.001$); 4 saatten fazla internet kullananların 0-1 saat, 1-2 saat, 2-3 saat arası internet kullananlara göre; 3-4 ve 2-3 saat arası internet kullananların 0-1 saat, 1-2 saat kullananlara göre ($F= 70.03$, $p=0.000$); internette 4 saatten fazla ve 3-4 saat arası oyun oynayanların 0-1 saat, 1-2 saat, 2-3 saat arası oyun oynayanlara göre, internette 2-3 saat arası oyun oynayanların 0-1 saat, 1-2 saat oynayanlara göre, 1-2 saat arası oyun oynayanların 0-1 saat oyun oynayanlara göre ($F= 50.02$, $p=0.000$) puan ortalamalarının daha yüksek olduğu ve aradaki farkın istatistiksel olarak anlamlı, öğrencilerin bilgisayar/ internet kullanım özelliklerine göre ve DOBÖ puan ortalamalarının karşılaştırılmasına bakıldığında (Tablo 9); evinde bilgisayarı olan öğrencilerin olmayanlara göre ($U=-5.27$; $p=0.000$); 4 saatten fazla internet kullananların 0-1 saat, 1-2 saat, 2-3 saat arası internet kullananlara göre; 3-4 ve 2-3 saat arası internet kullananların 0-1 saat, 1-2 saat kullananlara göre, 1-2 saat arası kullananların 0-1 saat arası kullananlara göre ($\chi^2=81.01$, $p=0.000$); internette 4 saatten fazla, 3-4 saat arası ve 2-3 saat arası oyun oynayanların 0-1 saat ve 1-2 saat arası oyun oynayanlara göre, 1-2 saat arası oyun oynayanların 0-1 saat oyun oynayanlara göre ($F= 24.93$, $p=0.000$) daha yüksek ve aradaki farkın istatistiksel olarak anlamlı, evinde internet olanların olmayanlara göre ($U=-0.08$; $p=0.936$); bilgisayarları çocuk odasında olanların evin başka bir odasında olanlara göre ($U=-1.01$; $p=0.311$); yüksek ancak aradaki farkın anlamlı olmadığı görülmektedir.

Tablo 10. Öğrencilerin Yaş, İnternet Bağımlılık Ölçeği, Dijital Oyun Bağımlılığı Ölçeği, Kısa Psikolojik Sağlık Ölçeği ve Buss - Perry Agresyon Ölçeği Arasındaki İlişkileri

DEĞİŞKENLER		Yaş	İBÖ	DOBÖ
Yaş				
İBÖ		0.209**		
DOBÖ		0.123**	0.527**	
BPAÖ	Fiziksel S.	0.247**	0.455**	0.356**
	Sözel S.	0.247**	0.297**	0.205**
	Öfke	0.224**	0.405**	0.293**
	Düşmanlık	0.212**	0.373**	0.255**
	Toplam puan	0.272**	0.473**	0.342**
KPSÖ		-0.52**	-0.155**	-0.102**

**p <.01

Öğrencilerin yaş, İBÖ, DOBÖ, KPSÖ ve BPAÖ arasındaki ilişkiler Tablo 10' da görülmektedir.

- Yaş ile İBÖ arasında istatistiksel olarak zayıf düzeyde pozitif anlamlı bir ilişki olduğu ($r= 0.209$; $p< .01$) yaş arttıkça internet bağımlılığının artış gösterdiği;
- Yaş ile DOBÖ arasında istatistiksel olarak zayıf düzeyde pozitif anlamlı bir ilişki olduğu ($r= 0.123$; $p< .01$) yaş arttıkça dijital oyun bağımlılığının artış gösterdiği;
- İBÖ ve DOBÖ arasında istatistiksel olarak orta düzeyde pozitif anlamlı bir ilişki olduğu ($r=0.527$; $p< .01$) internet kullanımı arttıkça dijital oyunlara olan ilgi ve bağımlılığın artış gösterdiği;
- İBÖ ile BPAÖ'nün fiziksel saldırganlık ($r=0.455$; $p<.01$), öfke ($r=0.405$; $p<.01$), düşmanlık ($r=0.373$; $p<.01$) alt boyutları ve toplam puanıyla ($r=0.473$; $p<.01$) arasında istatistiksel olarak orta düzeyde pozitif anlamlı bir ilişki, sözel saldırganlık ($r=0.297$; $p<.01$) alt boyutu ile arasında istatistiksel olarak zayıf düzeyde pozitif anlamlı bir ilişki olduğu internet kullanımı arttıkça fiziksel saldırganlık, sözel saldırganlık, öfke ve düşmanlık gibi davranışlarda artışa bağlı agresyon ve saldırganlığın arttığı;
- İBÖ ve KPSÖ arasında istatistiksel olarak zayıf düzeyde negatif anlamlı bir ilişki olduğu ($r=-0.155$; $p< .01$) internet kullanımı arttıkça psikolojik sağlamlığın azalma gösterdiği;
- DOBÖ ile BPAÖ'nün fiziksel saldırganlık ($r=0.356$; $p<.01$) ve toplam puanıyla ($r=0.342$; $p<.01$) arasında istatistiksel olarak orta düzeyde pozitif anlamlı bir ilişki olduğu, sözel saldırganlık ($r=.0205$; $p<.01$), öfke ($r=0.293$; $p<.01$), düşmanlık ($r=0.255$; $p<.01$) alt boyutları arasında istatistiksel olarak zayıf düzeyde pozitif anlamlı bir ilişki olduğu dijital oyunlara olan bağımlılık arttıkça fiziksel saldırganlık, sözel saldırganlık, öfke ve düşmanlık gibi davranışlarda artışa bağlı agresyon ve saldırganlığın arttığı;
- DOBÖ ve KPSÖ arasında istatistiksel olarak zayıf düzeyde negatif anlamlı bir ilişki olduğu ($r=-0.102$; $p< .01$) dijital oyunlara olan ilgi ve bağımlılık arttıkça psikolojik sağlamlığın azalma gösterdiği görülmektedir.

5. TARTIŞMA

Ortaokul öğrencilerinde internet ve dijital oyun bağımlılığının psikolojik sağlamlık ve saldırganlıkla ilişkisinin araştırması amacıyla yapılan bu çalışmada elde edilen sonuçlar, bulgulara yönelik başlıklar altında tartışılmıştır.

5.1. Öğrencilerin Evinde Bilgisayar ve İnternet Bulunma Durumları ve Bunları Kullanma Özelliklerinin Tartışılması

Bu çalışmada, öğrencilerin % 64'ünün evinde bilgisayar olduğu ve çoğunluğunun evin çocuk odası dışında bir başka odasında (% 54) bulunduğu, evinde internetin olduğu (% 74) görülmektedir (Grafik 2, 3 ve 4). Bu konuda yapılan çalışmalar incelendiğinde Türkoğlu (2013), Kurt ve arkadaşlarının (2014), Kocaman ve arkadaşlarının (2017) çalışmasında da öğrencilerin çoğunluğunun evinde bilgisayar olduğu, Kocaman ve arkadaşlarının (2017) ile Gökçearslan ve Seferoğlu'nun (2015) çalışmasında bilgisayarın daha çok çocuk odasında bulunduğu görülmüştür. Derin ve Bilge (2016) ise öğrencilerin % 26.07'sinin kendilerine ait bilgisayarı olduğunu belirtmiştir. TÜİK'in 2008-2017 tarihleri arasındaki verilerine bakıldığında da hanede bilgisayar bulunma ve internet erişiminin giderek arttığı görülmektedir (TÜİK 2018 Hane Halkı Bilişim Teknolojileri Kullanım Araştırması. <http://www.tuik.gov.tr/HbPrint.do?id=24862>, Erişim Tarihi: 26 Ekim 2018). Gökçearslan ve Seferoğlu'nun (2015) belirttiğine göre, Avrupa ülkelerinde bulunan öğrencilerin % 49'unun kendi odasında internet erişimi vardır. Bu çalışma sonuçları, teknoloji çağı olan bu dönemde bilgisayar ve internet kullanımının hayatın vazgeçilmez gereçleri haline geldiğini de desteklemektedir. İnternet sahipliği ve teknoloji erişimliğinde bulunan çok sayıda çocuğun interneti kullanımının uzun süreli, bilinçsiz olduğu ve bağımlılık geliştirmede risk oluşturduğu belirlenmiştir. İnternet kullanımına ve ulaşımına yönelik artışın kontrol edilmesi özellikle çocuklar ve ergenler için çok önemlidir (Arslan ve ark. 2014).

Bu çalışmada, öğrencilerin interneti daha çok araştırma ve ödev yapmak için kullandığı (% 78.6) görülmektedir (Tablo 5). Benzer şekilde Çetinkaya (2013), Kurt ve arkadaşlarının (2014) çalışmalarında da öğrencilerin interneti ödev, araştırma ya da öğrenme amacıyla kullandıkları saptanmıştır. Gökçearslan ve Seferoğlu'nun

(2015) ortaokul öğrencilerine yönelik yaptıkları çalışmada öğrencilerin % 64.64'ünün eve bilgisayar alınma nedeni derslerine yardımcı olma olarak belirtilmiştir. İnternetin çocuklarda genellikle eğitim amaçlı kullanılması ve diğer kullanımlarının daha az bulunması, özellikle dijital çağda doğup büyüyen çocuklarda oluşan sorunları önlemede oldukça önemlidir.

Bu çalışmada, öğrencilerin çoğunluğunun günde ortalama 0-1 saat arası interneti kullandığı (% 61.4) görülmektedir (Tablo 5). Sağiroğlu'nun (2015) ilköğretim ve ortaokul öğrencileri ile yaptığı çalışmada öğrencilerin % 46.4'ünün günde 1-2 saat arasında, Medikoğlu'nun (2018) ilköğretim 4.sınıf öğrencileri ile yaptığı çalışmasında ise öğrencilerin % 65'inin haftalık 21-25 saat internet kullandığı tespit edilmiştir. Avrupa 9-16 yaş arası çocukları içeren Çevrimiçi Çocuklar Projesi'nin Türkiye ile ilgili bulgularında çocukların interneti kullanmaya 10 yaş civarında başladıkları, günde ortalama 1-1.5 saat ve en çok okul işleri internet kullanmaları bu çalışma grubundaki öğrencilerin kullanım özellikleri ile uyumludur (Arslan ve ark. 2014).

Ayrıca Avrupa Çevrimiçi Çocuklar Projesi bulgularına göre Türkiye'de çocukların internet kullanım süreleri ve yönetim becerilerinin Avrupa'nın en gerisinde olduğu belirlenmiştir. Heo ve arkadaşlarının (2014) Kore'de 13-18 yaş arası öğrencilerle yaptıkları çalışma sonucunda, öğrencilerin interneti öncelikle akademik çalışmaları, ikincil olarak oyun oynamak için kullandıkları (erkek öğrencilerin kızlara göre daha çok oyun amaçlı) görülmüştür. Kullanıcıların bilgisayar ve internet kullanım süreci ve süresini yönetme konusunda duyarlı olması çok önemlidir. Küçük yaşta kullanıcılar başta olmak üzere internetin amaç dışı ve fazla kullanılması internet bağımlılığı gelişimini hızlandırır. Bu konuda ailelere büyük pay düşmektedir, aileler çocuklarının internet kullanımını gözlem altında tutmalı ve denetlemelidir (Arslan ve ark. 2014).

5.2. Öğrencilerin Dijital Oyun Oynama Özelliklerinin Tartışılması

Bu çalışmada öğrencilerin çoğunluğunun günlük ortalama 0-1 saat arası (% 73.1) oyun oynadıkları, evde (% 73.6) oynadıkları ve bulmaca- zeka oyunlarını tercih ettikleri (% 30.9) görülmektedir (Tablo 6). Yiğit'in (2017) çalışmasında öğrencilerin çoğunluğunun günlük 1-2 saat (% 24.4) dijital oyun oynadığı, Kurt ve

arkadaşlarının (2014) (% 75.4), Agaoğlu ve Metin'in (2015) (% 88.9) çalışmasında öğrencilerin çoğunluğunun dijital oyunları evde oynadıkları, İşsever'in (2016) çalışmasında ise öğrencilerin daha çok strateji oyunları (% 26.4) oynadığı belirlenmiştir. Yapılan çalışma sonuçlarında cinsiyetin de oyunların tercihlerini belirlemede önemli rol oynadığı gösterilmiştir. Pala ve Erdem'in (2011) belirttiğine göre erkekler daha çok vahşi, rekabet, yıkıcı ve spor oyunlarını tercih ederken kızlar vahşi olmayan, ilişki ve birliktelik gerektiren, yapıcı ve eğlenceli oyunlar tercih etmektedirler. Ayrıca Pala ve Erdem (2011), Yelland ve Lloyd'un bulgularına göre erkeklerin silahla vurucu ve kızların ise strateji oyunlarını tercih ettiklerini bildirmişlerdir.

Günümüzde teknolojinin gelişmesiyle birlikte öğrencilerin ilgilerini çekebilecek oyunların çeşitliliğinin artması, öğrencilerin, yaş, sınıf veya zekâ göz önüne alınmaksızın bu oyunları sevmeleri için önemli bir neden oluşturmaktadır (Agaoğlu ve Metin 2015, Öztapak 2017). Öztapak'ın (2017) ilkökul 2. ve 3. sınıf öğrencilerinin oynadığı oyunların incelenmesine yönelik yaptığı çalışmada; bir an için internetteki bütün oyunların kaldırıldığını düşündüğünde ne hissedersin sorusuna öğrenci cevaplarının “üzülürüm, kötü hissedirim, kırılırım, ölürüm, susuz kalmış gibi olurum, hayattan tat almam, deliririm” cevapları dijital oyunların günümüzde çocuklar üzerindeki olumsuz etkisinin önemini göstermektedir.

Günümüzde çocukların dijital oyuna ayırdıkları sürenin daha uzun olması; grup oyunlarının azalması ve tek başına oynanan oyunların artmasının sonucu olduğu düşünülmektedir (Toran ve ark. 2016).

5.3. Öğrencilerin İnternet Bağımlılık Ölçeği Puanlarına Göre Bağımlılık Düzeylerinin Tartışılması

Bu çalışmada, öğrencilerin büyük çoğunluğunun (% 94.9) internet bağımlılığına yönelik herhangi bir semptom göstermediği görülürken % 4.7'sinin sınırlı düzeyde semptom gösterdiği, % 0.4'ünün internet bağımlısı ölçütünü taşıdığı görülmektedir (Grafik 5). Bu bulguların literatürdeki öğrencilerle yapılan ulusal (Çalışkan 2013, Evren ve ark. 2014, Taylan ve Işık 2015, Budak 2016) ve uluslararası çalışmalar (Goel ve ark. 2013, Yoo 2014, Tang ve ark. 2014, Kawabe ve ark. 2016, Gholamian ve ark. 2017, Jeon ve ark. 2018) ile uyumlu olduğu ve

kullanım yaygınlık oranlarının değişiklik göstermekle birlikte büyük çoğunluğunda bağımlılık belirtisine rastlanmadığı görülmektedir. Yaygınlık oranlarının farklılık göstermesi çalışmalarda farklı tanı ölçütlerinin kullanılması, değişik yaş grupları ve kültürleri kapsamı ile açıklanabilir.

5.4. Öğrencilerin Dijital Oyun Bağımlılığı Ölçeğine Göre Bağımlılık

Düzeylelerinin Tartışılması

Bu çalışmada, öğrencilerin % 87'sinde dijital oyun bağımlılığının olmadığı, % 13'ünde oyun bağımlılığının olduğu görülmektedir (Grafik 6) . Ergen öğrencilerde oyun bağımlılığı ile ilgili yapılan çalışmalara baktığımızda; Irmak'ın (2014) çalışmasında % 28.8'inin, Bilgin'in (2015) çalışmasında % 17'sinin, Karaca ve arkadaşlarının (2016) çalışmasında % 5.6'sının, Hazar ve arkadaşlarının (2017b) çalışmasında % 17'sinin (% 13.6'sının bağımlı % 3.4'ünün yüksek düzeyde bağımlı), Yiğit'in (2017) çalışmasında % 15.1'inin, Wang ve arkadaşlarının (2014) çalışmalarında % 15.6'sının; Saquib ve arkadaşlarının (2017) çalışmasında % 15.8'inin, Hawi ve arkadaşlarının (2018) çalışmasında % 9.2'sinin dijital oyun bağımlısı olduğu görülmüştür. Farklı coğrafya ve toplumlarda yapılmış çalışmalarda birbiriyle çelişkili sonuçlar görülmektedir. Yaygınlık oranlarının farklılık göstermesi; örnekleme yöntemlerinin ve çalışma yöntemlerinin farklı olması, farklı ölçeklerin kullanılması ve örneklem gruplarının farklı kültürel özelliklerden oluşması ile açıklanabilir. Ayrıca, İnan ve Dervent'in (2016) ortaokul öğrencilerine yönelik yaptığı çalışma sonucunda, öğrencilerin dijital oyun oynamaktan çok mutluluk duydukları, özellikle görsel efekti olan oyunları daha gerçekçi buldukları için daha fazla keyif aldıkları, arkadaşlarıyla oynamayı daha fazla sevdikleri, zorlanan oyunları oynadıklarında sinirlendikleri, duydukları haz nedeniyle daha fazla oyun oynamak istedikleri bulunmuştur.

5.5. Öğrencilerin Tanıtıcı Özellikleri ile İnternet Bağımlılık Ölçeği ve Dijital

Oyun Bağımlılığı Ölçeği Puan Ortalamalarının Tartışılması

Bu çalışmada, erkek öğrencilerin İBÖ puan ortalamalarının kız öğrencilere göre daha yüksek olduğu ($U=-7.68$, $p=0.000$) görülmektedir (Tablo 8). Bu bulgu literatürdeki bu konu ile ilgili bulunan çalışmaların çoğunluğu ile uyumludur (Çetinkaya 2013, Evren ve ark. 2014, Morsünbül 2014, Aksoy 2015, Gökçearslan ve

Seferoğlu 2015, Aslan ve Yazıcı 2016, Bayram ve Gündoğmuş 2016, Derin ve Bilge 2016, Gür ve ark. 2016, Taylan ve Agallija 2016, Wang ve ark. 2016, Aydınler 2017, Gencer 2017, Anand ve ark. 2018, Nam ve ark. 2018). Literatürde cinsiyetle internet bağımlılığı arasında anlamlı ilişki olmadığını belirten çeşitli çalışmalarda (Altıntaş ve Öztapak 2016, Ertekin ve ark. 2016, Kawabe ve ark. 2016, Kocaman ve ark. 2017) mevcuttur. Genel olarak erkek cinsiyetin bağımlılık açısından daha riskli olduğu belirtilmektedir (Çam ve Engin 2014, Fırincık 2016, Ögel 2017). Erkek öğrencilerde internet bağımlılığı puan ortalamalarının daha yüksek olması erkek öğrencilerde denetimin daha az olması, internete ev dışındaki ortamlarda (internet kafe gibi) da erişebilmeleri ve yüz yüze sosyal iletişim becerilerini sanal ortamda kız öğrencilere göre daha iyi kullanmaları ile açıklanabilir (Budak 2016, Yıldız ve Abdüsselam 2016).

Bu çalışmada, özel okulların imam hatip okullarına ve bir devlet okuluna (MBO) göre İBÖ puan ortalamalarının daha yüksek olduğu ($\chi^2=26.21$; $p=0.000$) görülmektedir (Tablo 8). Aradaki bu fark, özel okullarda ekonomik koşulların ve internete erişim olanaklarının daha iyi olması ve öğrencilerin farklı türdeki okullarda farklı eğitimleri alması ile açıklanabilir.

Bu çalışmada, 7. ve 8. sınıfların İBÖ puan ortalamalarının 5. ve 6. sınıflara göre, 8.sınıfların İBÖ puan ortalamalarının 7. sınıflara göre daha yüksek olduğu ve sınıf düzeyi arttıkça internet bağımlılığının arttığı ($\chi^2=31.07$; $p=0.000$) görülmektedir (Tablo 8). Bu sonucun literatürdeki bazı çalışmalar ile uyumlu olduğu görülmektedir. Ünsal'ın (2016) yaptığı çalışmada 8.sınıf öğrencilerinin internet bağımlılık puanları, 7. ve 6.sınıf öğrencilerinin internet bağımlılık puanlarından yüksek bulunmuştur. Bayram ve Gündoğmuş (2016) çalışmasında 7. ve 8. sınıf öğrencilerinin 6. sınıf öğrencilerine göre internet bağımlılığı eğilimlerinin daha yüksek olduğu belirlenmiştir. Aydınler'in (2017) ortaokul öğrencileri ile yaptığı çalışmasında, 8. sınıf öğrencilerinin 5. sınıf öğrencilerine göre bağımlılık puanlarının daha yüksek olduğu görülmüştür. Ayrıca bu konuda yapılan bazı çalışmalarda ise öğrencilerin eğitim gördükleri sınıf düzeyleri ile internet bağımlılığı arasında anlamlı bir ilişki olmadığı belirlenmiştir (Tok 2014, Derin ve Bilge 2016, İşsever 2016, Gencer 2017).

Bu çalışmada, annesi lise ve üniversite mezunu olan öğrencilerin okur-yazar olmayanlara, okuryazar olanlara ve ilkokul mezunlarına göre, annesi lise mezunu olan öğrencilerin ise ortaokul mezunlarına göre İBÖ puan ortalamalarının daha yüksek olduğu ($\chi^2=25.13$; $p=0.000$) görülmektedir (Tablo 8). Bu sonuç Eftekin (2015), İkiz ve arkadaşları (2015), Sağıroğlu (2015), Gökçearslan ve Seferoğlu'nun (2015) çalışmaları ile paralellik göstermektedir. Ayrıca literatürde anne eğitim düzeyi ile internet bağımlılığı arasında anlamlı ilişkinin olmadığını belirleyen çalışmalarda mevcuttur (Altıntaş ve Öztapak 2016, İşsever 2016, Aydın 2017, Gencer 2017, Kocaman ve ark. 2017, Koç ve Albayrak 2017).

Bu çalışmada, babası lise mezunlarının okur-yazar olanlara, babası lise ve üniversite mezunu olanların ilkokul mezunlarına göre İBÖ puan ortalamasının daha yüksek olduğu ($\chi^2=16.10$; $p=0.013$) görülmektedir (Tablo 8). Bu çalışma sonuçlarıyla uyumlu bir şekilde Eftekin (2015) ve İkiz ve arkadaşlarının (2015) çalışmasında da lise öğrencilerinin baba eğitim düzeyi arttıkça internet bağımlılık düzeylerinin de arttığı belirlenmiştir. Bununla birlikte literatürde baba eğitim düzeyi ile internet bağımlılığı arasında anlamlı ilişkinin olmadığını belirleyen çalışmalar mevcuttur (Gökçearslan ve Seferoğlu 2015, Altıntaş ve Öztapak 2016, İşsever 2016, Aydın 2017, Gencer 2017, Kocaman ve ark. 2017, Koç ve Albayrak 2017).

Heo ve arkadaşlarının (2014) çalışmasında, öğrencilerde aile eğitim düzeyi arttıkça internet bağımlılığının azaldığı görülmüştür.

Bu çalışmada, yüksek eğitim düzeyine sahip olan ailelerde öğrencilerin internet bağımlılıklarının artma eğilimi göstermesi teknolojik araçlara ulaşım imkânının daha fazla olması, ebeveynlerinin de internete bağlanmada, teknoloji takibinde ve interneti günlük hayatın her alanında daha aktif olarak kullanarak rol model olması nedeniyle olabilir.

Bu çalışmada, erkek öğrencilerin DOBÖ puan ortalamalarının kız öğrencilere göre daha yüksek olduğu ($U=-7.11$, $p=0.000$) görülmektedir (Tablo 8). Bu sonuç literatürdeki ulaşılan birçok çalışma sonucuyla uyumluyken (Goel ve ark. 2013, Evren ve ark. 2014, Gökçearslan ve Durakoğlu 2014, Irmak 2014, Wang ve ark. 2014, Arslan ve ark 2015, Aydoğdu 2015, Irls ve Gomis 2015, Çavuş ve ark. 2016, Kawabe ve ark. 2016, Odabaş 2016, Eni 2017, Hazar ve ark. 2017b, Balıkçı 2018,

González ve ark. 2018, Mustafaoğlu ve ark. 2018, Orhan 2018, Tetik ve ark. 2018), bazı çalışmalarda cinsiyete göre fark olmadığı (Homer ve ark. 2012, Irmak 2014), bazı çalışmalarda ise kızların dijital oyun bağımlılıklarının erkeklerden yüksek olduğu (Öncel ve Tekin 2015, Ulum 2016) görülmektedir. Bu çalışmada, erkek öğrencilerde dijital oyun bağımlılığı puan ortalamasının daha yüksek olması erkek öğrencilerin dijital oyunları ev dışındaki ortamlarda da (internet kafe, oyun salonları, playstation gibi) oynamaları ve toplumsal olarak erkek çocuğunun aile denetiminden uzak daha serbest yetiştirilmesi ile açıklanabilir.

Bu çalışmada, ÖÇO'da okuyan öğrencilerin diğer tüm okullardaki öğrencilere göre DOBÖ puan ortalamaları anlamlı derecede yüksek olduğu ($\chi^2=306.99$; $p=0.000$) görülmektedir (Tablo 8). Bunun sebebi ÖÇO'da öğrenim gören öğrencilerin ailelerinin ekonomik düzeyinin daha yüksek olması, erişim kolaylığı, annelerin genellikle çalışan olup aile denetimlerinin daha az olması, okul yerleşim yerinin diğer özel okula göre daha merkezde olup internet erişimi olan yerlere daha yakınlığı ile açıklanabilir.

Bu çalışmada, 7. ve 8. sınıfta öğrenim gören öğrencilerin 5. sınıflara, 8. sınıfta öğrenim gören öğrencilerinde 6. sınıflara göre DOBÖ puan ortalamalarının daha yüksek olduğu ($\chi^2=16.62$; $p=0.001$) görülmektedir (Tablo 8). Bu sonuç, Öncel ve Tekin'in (2015) çalışması ile uyumluken, Bilgin (2015) sınıf düzeyi ile dijital oyun bağımlılığı arasında ilişki olmadığını tespit etmiştir. Bu sonuç, öğrencilerin yaşı arttıkça ev dışındaki ortamlarda dijital oyunlara kolayca yönelebilmeleri ve daha çeşitlilikte oyunlara ulaşabilmeleri ile açıklanabilir.

Bu çalışmada, annesi lise ve üniversite mezunu olan öğrencilerin DOBÖ puan ortalamalarının annesi okur-yazar olmayanlara, annesi ilkokul ve annesi ortaokul mezunlarına göre, annesi üniversite mezunlarının da annesi okur-yazar olanlara göre daha yüksek olduğu ($\chi^2=23.42$; $p=0.001$) görülmektedir (Tablo 8). Bu sonuç literatürdeki bazı çalışmalar ile uyumludur (Gökçearsan ve Durakoğlu 2014, Arslan ve ark. 2015, Balıkçı 2018). Eni'nin (2017) çalışmasında ise lise öğrencilerinin anne eğitim durumuna göre dijital oyun bağımlılık düzeylerinde anlamlı bir farklılık bulunmamıştır. Anne eğitim düzeyi yükseldikçe öğrencilerin dijital oyun bağımlılıklarının artma eğilimi göstermesi annenin de dijital oyun oynaması ve

teknolojik araçlara erişebilme olanaklarının daha yüksek olması ile açıklanabilir. Ayrıca, eğitim düzeyi yüksek olan annelerin çalışması, çocuğuyla yeterince vakit geçirememesi, ilgilenememesi ve çocuğun davranışlarını denetim altına alamaması da bunun bir başka sebebidir.

Bu çalışmada, babası okuryazar olmayanların babası ilkokul, ortaokul mezunlarına göre, babası okuryazarların babası ilkokul mezunlarına göre, babası lise ve üniversite mezunlarının da babası ilkokul ve ortaokul mezunu olanlara göre DOBÖ puan ortalamalarının daha yüksek olduğu ($\chi^2=25.35$; $p=0.000$) görülmektedir (Tablo 8). Literatürde ulaşılabilen çalışmalar baba eğitim düzeyi arttıkça dijital oyun bağımlılığının arttığını (Gökçearslan ve Durakoğlu 2014), azaldığını (Eni 2017) ya da farklılık göstermediğini (Arslan ve ark. 2015, Balıkçı 2018) tespit etmişlerdir.

5.6. Öğrencilerin Bilgisayar/ İnternet Kullanım Özelliklerine Göre İnternet Bağımlılık Ölçeği ve Dijital Oyun Bağımlılığı Ölçeği Puan Ortalamalarının Tartışılması

Bu çalışmada, evinde bilgisayarı olan öğrencilerin İBÖ puan ortalamasının evinde bilgisayarı olmayan öğrencilere göre daha yüksek olduğu ($U=-6.13$; $p=0.000$) görülmektedir (Tablo 9). Bu sonuç literatürdeki bazı çalışmalar ile uyumlu iken (Bayram ve Gündoğmuş 2016, Kocaman ve ark. 2017) bazı çalışmalar ile uyumlu değildir (Kurt ve ark. 2014, Altıntaş ve Öztapak 2016, Derin ve Bilge 2016, Gencer 2017).

Bu çalışmada, evinde internet bağlantısı olan öğrencilerin İBÖ puan ortalamalarının evinde internet olmayan öğrencilere göre daha yüksek olduğu ($U=-3.47$; $p=0.001$) görülmektedir (Tablo 9). Literatürde bu sonuçlarla uyumlu olan (Çetinkaya 2013, Altıntaş ve Öztapak 2016, Kocaman ve ark. 2017) ve uyumlu olmayan (Balıkçı 2018) çalışmaların olduğu görülmektedir. Öğrencilerin evinde internet bağlantısının olması internete daha rahat, kolay ve ucuz erişim sağlama ve istendiğinde ulaşabilme imkânı sağladığından bağımlılık düzeyinin artışına yol açabilir.

Bu çalışmada, evinde bilgisayarı çocuk odasında bulunan öğrencilerin İBÖ puan ortalamasının bilgisayarı evin başka odasında bulunan öğrencilere göre yüksek

olduğu ($U=-3.25$; $p=0.001$) gör÷lmektedir (Tablo 9). Bu sonuç, Kocaman ve arkadaşlarının (2017) çalışması ile uyumludur. Bu bulgu, bilgisayarı kendi odasında bulunan öğrencilerin interneti aile denetiminden uzak daha rahat kullanma olanağının olması ile açıklanabilir.

Bu çalışmada, günlük ortalama 4 saatten fazla internet kullananların İBÖ puan ortalamasının 0-1 saat, 1-2 saat, 2-3 saat arası internet kullananlara göre; 3-4 ve 2-3 saat arası internet kullananların 0-1 saat, 1-2 saat kullananlara göre yüksek olduğu ($F= 70.03$, $p=0.000$), günlük internet kullanım süresinin artması ile internet bağımlılığı oranının arttığı gör÷lmektedir (Tablo 9). Bu sonuç, literatürdeki çalışmalar ile uyumludur (Çalışgan 2013, Akdağ ve ark. 2014, Evren ve ark. 2014, Taylan ve Işık 2015, Bayram ve Gündoğmuş 2016, Derin ve Bilge 2016, Gür ve ark. 2016). Goel ve arkadaşlarının (2013) çalışmasında ise günlük kullanım süresinin internet bağımlılığı ile ilişkisi olmadığı gör÷lmüştür. Bu sonuç, internet bağımlılığı kriterlerinden belirginlik maddesi olan bağımlılığı olan faaliyete uzun zaman ayrılması ile açıklanabilir.

Bu çalışmada, internette günlük 4 saatten fazla ve 3-4 saat arası oyun oynayanların İBÖ puan ortalamasının 0-1 saat, 1-2 saat, 2-3 saat arası oyun oynayanlara göre, internette 2-3 saat arası oyun oynayanların İBÖ puan ortalamalarının 0-1 saat, 1-2 saat oynayanlara göre, 1-2 saat arası oyun oynayanların İBÖ puan ortalamalarının 0-1 saat oyun oynayanlara göre yüksek olduğu ($F= 50.02$, $p=0.000$), internette günlük oyun oynama süresi arttıkça internet bağımlılığının arttığı gör÷lmektedir (Tablo 9). Bu sonuç Taylan ve Işık'ın (2015) bulguları ile uyumludur. İnternette oyun oynama, öğrencilerin internette daha fazla zaman geçirme dolayısıyla bağımlılık düzeyini arttırabilir.

Bu çalışmada, evinde bilgisayarı olan öğrencilerin DOBÖ puan ortalamasının evinde bilgisayarı olmayan öğrencilere göre daha yüksek olduğu ($U=-6.13$; $p=0.000$) gör÷lmektedir (Tablo 9). Bu bulgu literatürdeki bazı çalışmalar ile uyumlu iken (Bayram ve Gündoğmuş 2016, Kocaman ve ark. 2017) evde bilgisayar bulunması ile internet bağımlılığı arasında ilişki bulmayan çalışmalar ile uyumlu değildir (Kurt ve ark. 2014, Altıntaş ve Öztapak 2016, Derin ve Bilge 2016, Gencer 2017).

Bu çalışmada, evinde internet bağlantısı olan öğrencilerin DOBÖ puan ortalamasının internet bağlantısı olmayan öğrencilere göre daha yüksek olmakla birlikte aradaki farkın anlamlı olmadığı ($U=-0.08$; $p=0.936$) görülmektedir (Tablo 9). Bu sonuç, Bilgin'in çalışması (2015) ile uyumluyken, Karagöz'ün (2017) çalışması ile uyumsuzdur. Bu durum, çalışma verileri toplanırken öğrencilerden de alınan geribildirimle günümüzde dijital oyunların genellikle internet kafe ve oyun salonlarında oynanması, öğrencilerin evinde internet aracılığıyla oyun oynamaktan ziyade oyunları bilgisayara yükleme ile oynamalarıyla açıklanabilir.

Bu çalışmada, bilgisayarı çocuk odasında olan öğrencilerin DOBÖ puan ortalaması bilgisayarı evin bir başka odasında olan öğrencilere göre yüksek olmakla birlikte aradaki farkın anlamlı olmadığı ($U=-1.01$; $p=0.311$) görülmektedir (Tablo 9). Bu sonuç, kendi odasında bilgisayarı olan çocukların daha rahat oyun oynayabildiğini göstermekle birlikte, çocukların dijital oyun için kendi odasından ziyade aile denetiminin daha az olduğu dış mekânları (arkadaşları, cep telefonları ile herhangi bir ortamda ulaşma kolaylığı, internet kafeler vb.) daha fazla tercih etmesi nedeniyle oranların yakın olmasından kaynaklanabilir.

Bu çalışmada, günlük 4 saatten fazla internet kullananların DOBÖ puan ortalamasının 0-1 saat, 1-2 saat, 2-3 saat arası internet kullanan öğrencilere göre; günlük 3-4 ve 2-3 saat arası internet kullanan öğrencilerin DOBÖ puan ortalamasının 0-1 saat ve 1-2 saat kullanan öğrencilere göre daha yüksek bulunmuş olup ($\chi^2=81.01$, $p=0.000$) günlük internet kullanımı arttıkça dijital oyun bağımlılığının arttığı görülmektedir (Tablo 9). Bu sonuç bazı çalışmalarla uyumluluk göstermektedir (Gökçearslan ve Durakoğlu 2014, Donati ve ark. 2015, Balak 2016, Budak 2016, Karaca ve ark. 2016).

Bu çalışmada, internette günlük 4 saatten fazla, 3-4 saat arası ve 2-3 saat arası oyun oynayanların DOBÖ puan ortalamasının 0-1 saat ve 1-2 saat arası oyun oynayanlara göre, günlük 1-2 saat arası oyun oynayanların DOBÖ puan ortalamalarının 0-1 saat oyun oynayanlara göre daha yüksek olduğu ($F= 24.93$, $p=0.000$) bulunmuş, günlük oyun oynama süresi arttıkça dijital oyun bağımlılığının arttığı görülmektedir (Tablo 9). Bu sonuç Hazar ve arkadaşlarının (2017b) ve Balıkçı'nın (2018) çalışma sonuçları ile uyumludur. Bu durum, çocuklar ve

ergenlerin oyunlarla tanıştıktan sonra vakitlerinin önemli kısmını oyunlara harcıyor olması, giderek bu sürenin artması, oyunları sorun çözmeden kaçınma için kullanmaları, oyunların 7 gün 24 saat ulaşılabilir ve erişilebilir olması ile açıklanabilir.

5.7. Öğrencilerin Yaş, İnternet Bağımlılık Ölçeği, Dijital Oyun Bağımlılığı Ölçeği, Kısa Psikolojik Sağlamlık Ölçeği ve Buss - Perry Agresyon Ölçeği Arasındaki İlişkilerinin Tartışılması

Bu çalışmada, yaş ile İBÖ arasında istatistiksel olarak zayıf pozitif yönde anlamlı bir ilişki olduğu ($r=.209$; $p<.01$) ve yaş arttıkça internet bağımlılığının artış gösterdiği görülmektedir (Tablo 10). Literatür incelendiğinde yaş arttıkça internet bağımlılığının arttığını (Evren ve ark. 2014, Sağıroğlu 2015, Budak 2016) ve yaş ile internet bağımlılığı arasında ilişki olmadığını belirten çalışmalar mevcuttur (Yoo 2014, Bilgin 2015, İşsever 2016). Bu çalışma sonucuna göre, yaş arttıkça kullanım süresi ve bağımlılık oranının artması çocuk büyüdükçe internet kullanımı ve boş zaman aktivitelerine yönelik aile denetiminin azalması ve daha fazla bağımlılık yapıcı özelliği olan eğlence, oyun sitelerini kullanabilmesi için belirli yaş sınırlamalarının olması nedeniyle olabilir.

Bu çalışmada, yaş ile DOBÖ arasında istatistiksel olarak zayıf pozitif yönde anlamlı bir ilişki olduğu, yaş arttıkça dijital oyun bağımlılığının artış gösterdiği ($r=.123$; $p<.01$) görülmektedir (Tablo 10). Hazar ve arkadaşlarının (2017a) 13-14 yaş öğrencilerle yaptıkları çalışmalarında yaş arttıkça oyun bağımlılığının arttığını saptamışlardır. Literatür incelendiğinde yaş arttıkça dijital oyun bağımlılığının azaldığını (Madran ve Çakılcı 2014, Vollmer ve ark. 2014, Eni 2017, Balıkcı 2018) ve yaş ile dijital oyun bağımlılığı arasında ilişki olmadığını (Bilgin 2015, Balak 2016, Hazar ve ark. 2017b, Arıca ve ark. 2018) belirten çalışmalar yer almaktadır. Yaşla birlikte çocuklarda başarıya olan ilginin aidiyat ve sosyal ilişkiler yoluyla bir gruba dâhil olma arzusunun daha önemli olması dijital oyun bağımlılığının yaşla birlikte artmasına neden olabilir.

Bu çalışmada, İBÖ ve DOBÖ arasında istatistiksel olarak orta düzeyde pozitif yönde anlamlı bir ilişki olduğu ($r=.527$; $p<.01$), internet kullanımı arttıkça dijital oyunlara olan bağımlılığın da artış gösterdiği görülmektedir (Tablo 10). Bu sonucun

bazı çalışmalar ile uyumlu olduğu görülmektedir (Gökçearslan ve Durakoğlu 2014, Donati ve ark. 2015, Balak 2016, Karaca ve ark. 2016, Karagöz 2017). Aydınyer'in (2017) belirttiğine göre, Padwa ve Cunningham ergenler arasında en yaygın bilgisayar bağımlılığı türünün dijital oyun bağımlılığı olduğunu ifade etmektedir. Çünkü bu oyunlar ergenlere kendilerini gerçek hayatta ifade edemeyeceği kadar ifade imkânı sunduğundan yoğun haz duygusuna yol açmaktadır. Bu da ergenlerin benlik saygısını arttırıp kendilerini daha pozitif algulamalarına ve dijital oyunlara yönelik ilgi ve bağımlılıklarını arttırmalarına neden olabilir (Aydınyer 2017).

Bu çalışmada, İBÖ ile BPAÖ'nün fiziksel saldırganlık ($r=.455$; $p<.01$), öfke ($r=.405$; $p<.01$), düşmanlık ($r=.373$; $p<.01$) alt boyutları ve toplam puanı ($r=.473$; $p<.01$) arasında istatistiksel olarak orta düzeyde pozitif yönde anlamlı bir ilişki, sözel saldırganlık ($r=.297$; $p<.01$) alt boyutu ile arasında zayıf düzeyde pozitif yönde anlamlı bir ilişki olduğu internet kullanımı arttıkça fiziksel saldırganlık, sözel saldırganlık, öfke ve düşmanlık gibi davranışlarda artışa bağlı agresyon ve saldırganlığın arttığı görülmektedir (Tablo 10). Bu sonucun literatürdeki ulaşılabilen bazı çalışmalar ile uyumlu olduğu görülmektedir (Şahin 2014, Gümüş ve ark. 2015, Kocaman ve ark. 2017).

Bu çalışmada İBÖ ve KPSÖ puanı arasında istatistiksel olarak zayıf düzeyde negatif yönde anlamlı bir ilişki olduğu ($r=-.155$; $p<.01$) görülmektedir (Tablo 10). Bu konuda 10-19 yaş arası ergenlerle yapılan çalışmalarda internet bağımlılığının depresyon (Goel ve ark. 2013, Evren ve ark. 2014, Tang ve ark. 2014, Çam ve Nur 2015, Gholamian ve ark. 2017), anksiyete (Goel ve ark. 2013, Evren ve ark. 2014, Tang ve ark. 2014, Çam ve Nur 2015, Gholamian ve ark. 2017), stres (Gholamian ve ark. 2017), öfke (Evren ve ark. 2014), madde kullanımı (Evren ve ark. 2014), kendine zarar verici davranışı (Evren ve ark. 2014), intihar düşüncesi veya girişimini arttırdığı (Evren ve ark. 2014, Tang ve ark. 2014); benlik saygısı (Goel ve ark. 2013, Aydınyer 2017) ve girişkenliği (Evren ve ark. 2014) azalttığı görülmüştür. Ayrıca yapılan çalışmalarda madde kullanım öyküsü (Evren ve ark. 2014), davranış sorunları (Evren ve ark. 2014), ruhsal sağlığı kötü veya çok kötü (Evren ve ark. 2014), stresli yaşam olayları (Tang ve ark. 2014), olumsuz başa çıkma davranışları (Tang ve ark. 2014), kendine zarar verici davranışı ve intihar

düşüncesi veya girişimi olanların (Evren ve ark. 2014) profesyonel yardım alanların (Evren ve ark. 2014) internet bağımlılıklarının daha yüksek olduğu bulunmuştur.

Bu çalışmada DOBÖ ile BPAÖ'nün fiziksel saldırganlık ($r=.356$; $p<.01$) ve BPAÖ'nün toplam puanı ($r=.342$; $p<.01$) arasında istatistiksel olarak orta düzeyde pozitif yönde anlamlı bir ilişki olduğu, sözel saldırganlık ($r=.205$; $p<.01$), öfke ($r=.293$; $p<.01$), düşmanlık ($r=.255$; $p<.01$) alt boyutları arasında ise zayıf düzeyde pozitif yönde anlamlı bir ilişki olduğu, dijital oyun bağımlılığı arttıkça fiziksel saldırganlık, sözel saldırganlık, öfke ve düşmanlık gibi davranışlarda artışa bağlı agresyon ve saldırganlığın arttığı görülmektedir (Tablo 10). Bu sonucun literatürdeki bazı çalışmalar ile uyumlu olduğu görülmektedir (Madran ve Çakılcı 2014, Hazar ve ark. 2017b, Balıkçı 2018). Ayrıca Kaya'nın (2009) lise öğrencileri ile yaptığı çalışma sonucunda, bilgisayarda en sevdiği etkinliği oyun oynama olan öğrencilerin diğer etkinliklerde bulunan öğrencilere göre saldırganlığının daha yüksek olduğu belirlenmiştir. Çocuk ve ergenler günlük hayatta gerçekleştiremedikleri silahla birilerini yaralamak, öldürmek, zarar vermek veya savaşmak gibi durumları dijital oyunlarda yaşıyor ve şiddetten aldığı hazla da oyun bağımlılığı derecesini arttırıyor olabilir. Dijital oyun bağımlısı çocuk ve ergenlerin saldırganlıklarının artmasının bir diğer nedeni bu oyunların çocukların hayatında daha fazla aksaklıklara ve sorunlara yol açması ve bu sorunlarla olumsuz stresle başa çıkma yollarına sahip olmasına bağlanabilir. Ayrıca dijital oyun bağımlısı çocukların dijital oyunlara ayrılan zaman nedeniyle diğer aktivite ve enerji boşaltacakları faaliyetlere zamanı azaltması bu çocukların daha fazla saldırgan olmasının bir başka nedeni olarak verilebilir.

Bu çalışmada DOBÖ ve KPSÖ arasında istatistiksel olarak zayıf düzeyde negatif yönde anlamlı bir ilişki olduğu ($r=-.102$; $p<.01$) görülmektedir (Tablo 10). Irmak'ın (2014) ortaokul öğrencilerine yönelik yaptığı çalışmada; psikososyal davranış sorunları ve azalmış dürtü kontrolünün dijital oyun bağımlılığında artışa neden olduğu ve dijital oyun bağımlılarında da psikososyal sorunların daha fazla olduğu görülmüştür. Bu konuda yapılan çalışmalarda dijital oyun bağımlılığının anksiyete (Mentzoni ve ark. 2011, Cole ve ark. 2013, Männikkö ve ark. 2015, Gonzálvez ve ark. 2017), depresyon (Mentzoni ve ark. 2011, Männikkö ve ark. 2015,

Carras ve ark. 2017) düşük yaşam memnuniyeti (Mentzoni ve ark. 2011), azalmış benlik saygısı (Wong ve Lam 2016, Carras ve ark. 2017) ve sosyal kaygı (Yıldız ve Abdüsselam 2016, Carras ve ark. 2017) ile anlamlı ilişki gösterdiği belirlenmiştir.



6. SONUÇ ve ÖNERİLER

6.1. Sonuç

Ortaokul öğrencilerinde internet ve dijital oyun bağımlılığının psikolojik sağlamlık ve saldırganlıkla ilişkisinin araştırılması amacıyla gerçekleştirilen bu araştırma sonucunda;

- Öğrencilerin % 94.9'unun internet bağımlılığına yönelik herhangi bir semptom göstermediği, % 4.7'sinin sınırlı düzeyde semptom gösterdiği ve % 0.4'ünün aldığı puana göre internet bağımlısı ölçütünü karşıladığı,
- Öğrencilerin % 87'sinde dijital oyun bağımlılığı olmadığı, % 13'ünün ise dijital oyun bağımlısı ölçütünü karşıladığı,
- İnternet bağımlılığı ve dijital oyun bağımlılığı ile cinsiyet arasında istatistiksel açıdan anlamlı bir ilişki görüldüğü, erkek öğrencilerin kız öğrencilere göre daha fazla internet ve dijital oyun bağımlısı olduğu,
- İnternet bağımlılığı ve dijital oyun bağımlılığı ile sınıf düzeyi arasında anlamlı bir ilişki olduğu, sınıf düzeyi arttıkça internet ve dijital oyun bağımlılığının arttığı,
- Anne eğitim düzeyi arttıkça, öğrencilerin internet ve dijital oyun bağımlılığının arttığı,
- Baba eğitim düzeyi arttıkça öğrencilerin internet bağımlılığının arttığı,
- Baba eğitim düzeyinin dijital oyun bağımlılığını da etkilediği; babası okuryazar olmayanların babası ilkokul, ortaokul mezunlarına göre, babası okuryazarların babası ilkokul mezunlarına göre, babası lise ve üniversite mezunlarının da babası ilkokul ve ortaokul mezunu olanlara göre daha çok dijital oyun bağımlısı olduğu,
- Evde bilgisayar ve internet olmasının, bilgisayarın çocuk odasında bulunmasının, günlük internet kullanım süresi ve günlük ortalama internette oyun oynama süresinin arttıkça internet bağımlılığını arttırdığı,
- Evde bilgisayar olmasının, günlük ortalama internet kullanım süresi ve günlük ortalama internette oyun oynama süresinin arttıkça dijital oyun

bağımlılığını arttırdığı, evde internet olmasının ve bilgisayarın çocuk odasında bulunmasının dijital oyun bağımlılığını etkilemediği,

- Yaş ile internet ve dijital oyun bağımlılığı arasında istatistiksel olarak zayıf düzeyde pozitif anlamlı bir ilişki olduğu, yaş arttıkça internet ve dijital oyun bağımlılığının arttığı,
- İnternet ve dijital oyun bağımlılığı arasında istatistiksel olarak orta düzeyde pozitif anlamlı bir ilişki olduğu, internet bağımlılığı arttıkça dijital oyunlara olan bağımlılığın arttığı,
- İnternet ve dijital oyun bağımlılığı arttıkça fiziksel saldırganlık, sözel saldırganlık, öfke ve düşmanlık gibi davranışlarda artışa bağlı agresyon ve saldırganlığın arttığı,
- İnternet ve dijital oyun bağımlılığı ile psikolojik sağlamlık arasında istatistiksel olarak zayıf düzeyde negatif anlamlı bir ilişki olduğu, internet ve dijital oyun bağımlılığı arttıkça psikolojik sağlamlığın azalma gösterdiği görülmektedir.

6.2. Öneriler

Bu araştırmanın sonuçları doğrultusunda, okul ruh sağlığı çalışanlarına, ailelere, öğretmenlere yönelik öneriler ile gelecekte yapılacak olan araştırmalara yönelik öneriler aşağıda sunulmuştur.

Okul ruh sağlığı çalışanlarına öneriler

- Koruyucu ve önleyici hizmetler doğrultusunda risk grubu öğrencilere, öğretmenlere ve ebeveynlere psikolojik sağlamlığı arttırıp saldırganlığı azaltmak amacıyla internet ve dijital oyunları doğru ve amaca yönelik kullanım, aşırı kullanımın sonuçları, riskleri konusunda seminerler verilmeli, afişler, broşürler ve okul panolarında ve web sitelerinde yazılarla konuya farkındalık sağlamaları,
- Öğrencilere sağlıklı yaşam biçimleri, arkadaşlık ilişkileri, akran baskılarına hayır diyebilme, sorun çözme, sosyal yaşam beceri eğitimleri, öfke ve saldırganlığı önlemeye yönelik terapiler düzenli olarak verilmeli,
- Ebeveynlere öğrencilerin evde internet kullanımını gözetleniyormuş izlenimi vermeden denetim altında tutmaları, belirli zaman sınırlamaları

oluşturmaları, internet filtreleme sistemlerini aktif tutmaları, bu konuda örnek davranış sergilemenin ve rol modelliğın önemi, çocuklarıyla etkili iletişim kurmaları, zamanı verimli geçirme ve çocukları kültürel, sosyal ve sportif faaliyetlere yönlendirmeleri konusunda eğitim düzenlemeleri,

- Dönem içerisinde anket, gözlem, görüşme yoluyla sorunlu internet kullanımı, oyun oynama, düşük psikolojik sağlık ve saldırganlık özelliği gösteren çocukları belirlemeleri ve bu konuda danışmanlık, psikoeğitim ve motivasyonel görüşmeler yapmaları,
- Akran eğitim modüllü eğitim programları uygulamaları,
- İnternet, dijital oyun bağımlılığı, düşük psikolojik sağlık ve saldırganlık özelliği yönünden risk altında olan öğrencilerin toplum temelli ruh sağlığı merkezleri, gençlik danışma merkezleri gibi sağlık hizmet sunucularıyla işbirliği yapılarak izlenmesini sağlamaları önerilmektedir.

Ailelere yönelik öneriler

- İnternet ve dijital oyun ortamında çocuklar için risk oluşturabilecek çeşitli konularda uzmanlardan yararlanarak bilgi sahibi olunması,
- Tüm aile üyelerinin katılımının olacağı etkinlikler ve iletişimi arttıracak faaliyetler gerçekleştirilmesi,
- İnternet ve dijital oyun kullanımını yasaklamak yerine kısıtlama koyulmalı, bilgisayarın çocuğun odası yerine evdeki ortak kullanım alanlarından birinde bulunmasına özen gösterilmesi, internet ve dijital oyun kuralları oluşturularak tüm aile üyelerinin uymasını sağlanması, internet filtreleme sistemleri aktif tutularak bu konuda örnek davranış sergilenmesi,
- Çocukların zamanlarını internet ve dijital oyuna ayırmak yerine kültürel, sosyal ve sportif aktivitelere yönlendirmesinin sağlanması,
- Çocukların psikolojik sağlamlığını desteklemek ve saldırganlıklarını azaltmak için onlara ailenin bir parçası olduğunu hissettirilmesi, sorunların konuşarak, karşılıklı dinleyerek çözülmesi, problemlerin sağlıklı iletişim becerileri kullanılarak pozitif bakış açısıyla yok edilmesi,
- Çocuğun yetenekli olduğu alanların desteklenmesi davranışsal bağımlılıklara yönelmesini önleyerek kaliteli zaman geçirmesini ve psikolojik sağlık

düzeyinin yüksek olmasını sağlayacağından çocuk başarılı olduğu faaliyetlere yönlendirilmesi

- Çocuğun saldırganlık davranışlarının normal kabul edilmemesi ve ailelerin sorunların çözümünde şiddeti kullanan bir model olmaktan kaçınması
- Çocuk saldırganlık davranışı sebebiyle cezalandırılmaması önerilmektedir.

Öğretmenlere Yönelik Öneriler

- Öğrencileri derslerde özellikle bilgisayar ve interneti nasıl verimli kullanacakları, internet, dijital oyun bağımlılığının zararları konusunda bilgilendirmeleri,
- Öğrencilerin bilinçli internet kullanımlarını sağlayacak “Google Classroom” gibi ücretsiz eğitim uygulamalarını kullanmaları,
- Eğitsel dijital oyunların bir eğitim aracı olarak eğitim sistemine dâhil edilerek kullanılması amacıyla Milli Eğitim Bakanlığı ile çalıştaylar düzenlenmesi,
- Bileşim ve Bilgi Teknolojileri dersinde “robotik kodlama” gibi etkinliklerin ders müfredatına alınması ve ortak üretim etkinliklerine ağırlık verilmesi,
- Öğrencilerin psikolojik sağlamlığını arttırıp saldırganlığını azaltmak için sosyal, kültürel, sanatsal ve sportif faaliyetler oluşturulması ve katılımın teşvik edilmesi,
- Öğrencilerin kulüp çalışmalarına teşvik edilmesi önerilmektedir.

Araştırmacılara Yönelik Öneriler

- Bu çalışma, Kars ili ve merkez ilçesindeki ortaokullarda öğrenim görmekte olan öğrencilerle sınırlı olup Türkiye genelmesi için daha geniş bir evren ve örnekleme başka bölgelerden illeri kapsayacak şekilde yapılması,
- İnternet, dijital oyun bağımlılığı, psikolojik sağlamlık ve saldırganlığı açıklayan farklı psiko-sosyal değişkenler kullanılarak araştırmaların uygulanması,
- İnternet ve dijital oyun bağımlılığının sağlık üzerine etkilerini gösteren prospektif çalışmaların uygulanması,

- Bu konularda nitel bir araştırma yöntemi ile çok yönlü ve daha kapsamlı bilgiler elde edileceğinden gelecek araştırmalarda nitel yöntemlerle araştırmalar uygulanması ve konunun derinlemesine incelenmesi,
- İçinde bulunduğumuz teknoloji çağında dijital çocukların özelliklerini göz önünde bulunduran revize edilmiş ya da geliştirilmiş İnternet Bağımlılık ve Dijital Oyun Bağımlılığı Ölçeklerine ihtiyaç duyulduğundan bu ölçekleri geliştirme çalışmaları yapılması,
- Gelecek araştırmalarda internet kullanımı ve dijital oyun oynamada en önemli araçlardan biri olan akıllı telefon kullanımına yönelik çalışmalar da yapılması,
- Bu araştırmada veriler sadece öğrencilerden toplanmıştır. Aile ve öğretmenlerden de toplanan verilerle karşılaştırmalı analizlerin yapılması,
- Durum tespiti için yanı sıra farklı uygulamaların etkinliğini değerlendiren uygulamalı çalışmaların yapılması önerilmektedir.

7. KAYNAKLAR

- Adana F, Arslantaş H: Ergenlikte öfke ve öfkenin yönetiminde okul hemşiresinin rolü. ADÜ Tıp Fakültesi Dergisi, 12(1): 57-62, 2011.
- Agaoğlu O, Metin N: A survey study on the 4th-8th graders in the science and arts centers who play violent pc games comparing to their school only peer group. Journal of Gifted Education Research, 3(2): 11-25, 2015.
- Akçakanat T, Uzunbacak HH, Köse S: Akademisyenlerin psikolojik sağlamlık ve mutluluklarının belirleyicileri olarak sosyal ve örgütsel destek. J Bus Res - Turk, 10(3): 173-193, 2018.
- Akdağ M, Yılmaz BŞ, Özhan U, Şan İ: Üniversite öğrencilerinin internet bağımlılıklarının çeşitli değişkenler açısından incelenmesi (İnönü Üniversitesi örneği). İnönü Üniversitesi Eğitim Fakültesi Dergisi, 15(1): 73-96, 2014.
- Aksoy V: İnternet bağımlılığı ve sosyal ağ kullanım düzeylerinin fen lisesi öğrencilerinin demografik özelliklerine göre değişimi ve akademik başarılarına etkisi. Akademi Sosyal Araştırmalar Dergisi, 3(19): 365-383, 2015.
- Alaşam H, Ateşçi FÇ, Şengül AC, Tümkaya S: Üniversite öğrencilerinde internet bağımlılığının sigara ve alkol kullanımı ile ilişkisi. Anadolu Psikiyatri Derg, 16(6): 383-388, 2015.
- Al-Menayes JJ: Dimensions of social media addiction among university students in Kuwait. Psychology and Behavioral Sciences, 4(1): 23-28, 2015.
- Altıntaş S, Öztapak M: Ortaokul öğrencilerinin problemleri internet kullanımları ile algılanan anne baba tutumları arasındaki ilişki. Eğitim ve İnsani Bilimler Dergisi, 7(13): 109-128, 2016.
- Anand N, Jain PA, Prabhu S, Thomas C, Bhat A, Prathyusha PV, Bhat US, Young K, Cherian AV: Internet use patterns, internet addiction, and psychological distress among engineering university students: A study from India. Indian J Psychol Med, 40(5): 458-467, 2018.
- Anderson CA, Warburton WA: The Impact of Violent Video Games: An Overview. **In:** Warburton W, Braunstein D (Eds): Growing Up Fast and Furious: Reviewing the Impacts of Violent and Sexualised Media on Children. p. 56-84. Annandale, NSW, Australia: The Federation Press, 2012.
- Aricak OT, Dinç M, Yay M, Griffiths MD: İnternet Oyun Oynama Bozukluğu Ölçeği Kısa Formu'nun (İOOBÖ9-KF) Türkçeye uyarlanması: Geçerlik ve güvenilirlik çalışması. Addicta: The Turkish Journal on Addictions. [Electronic Journal], 6(1): 1-22, 2018. <http://dx.doi.org/10.15805/addicta.2019.6.1.0027>, Erişim Tarihi: 27.10.2018.
- Arslan A, Çetinkaya A, Karaman M, Kırık AM: Lise ve üniversite öğrencilerinde dijital bağımlılık. Uluslararası Hakemli İletişim ve Edebiyat Araştırmaları Dergisi, 8: 34-58, 2015.
- Arslan E, Bütün P, Doğan M, Dağ H, Serdarzade C, Arıca V: Çocukluk çağında bilgisayar ve internet kullanımı. İzmir Dr. Behçet Uz Çocuk Hastanesi Dergisi, 4(3): 195-201, 2014.
- Arslan G: Yetişkin Psikolojik Sağlamlık Ölçeği'nin (YPSÖ) psikometrik özellikleri: Düşük sosyoekonomik örnekleme geçerlik ve güvenilirlik çalışması. Ege Eğitim Dergisi, 16(2): 344-357, 2015.
- Arslan, G, Balkıs M: Ergenlerde duygusal istismar, problem davranışlar, özyeterlik ve psikolojik sağlamlık arasındaki ilişki. Sakarya Üniversitesi Eğitim Bilimleri Dergisi, 6(1): 8-22, 2016.

Aslan E, Yazıcı A: Üniversite öğrencilerinde internet bağımlılığı ve ilişkili sosyodemografik faktörler. *Klinik Psikiyatri Dergisi*, 19(3): 109-117, 2016.

Atlam DH, Yüncü Z: Üniversitesi öğrencilerinde sigara, alkol, madde kullanım bozukluğu ve ailesel madde kullanımı arasındaki ilişki. *Klinik Psikiyatri Dergisi*, 20(3): 161-170, 2017.

Aydiner S: Ortaokul Kademesindeki Öğrencilerin Bilgisayar Bağımlılıkları ile Benlik Saygıları Arasındaki İlişkinin İncelenmesi. İstanbul Ticaret Üniv, Sosyal Bilimler Enstitüsü, Yüksek Lisans Tezi, İstanbul, 2017.

Aydoğdu İK: Dijital oyunlar ve dijital şiddet farkındalığı: Ebeveyn ve çocuklar üzerinde yapılan karşılaştırmalı bir analiz. *Uluslararası Sosyal Araştırmalar Dergisi*, 8(36): 806-818, 2015.

B.Bryant F, D.Smith B: Refining the architecture of aggression: A measurement model for the Buss-Perry Aggression Questionnaire. *J Res Pers*, 35(2): 150-152, 2001.

Balak Zİ: Ergenlerde Çevrimiçi Oyun Bağımlılığı ile Somatizasyon Bozukluğu ve Zihin Kuramı Arasındaki İlişki. Üsküdar Üniv, Sosyal Bilimler Enstitüsü, Yüksek Lisans Tezi, İstanbul, 2016.

Balıkçı R: Çocuklarda Ve Ergenlerde Çevrimiçi Oyun Bağımlılığı ve Agresif Davranışlar Arasındaki İlişkinin İncelenmesi. Fatih Sultan Mehmet Vakıf Üniv, Sosyal Bilimler Enstitüsü, Yüksek Lisans Tezi, İstanbul, 2018.

Baltacı HŞ, Karataş Z: Validity and reliability of the resilience scale for early adolescents. *Procedia-Social and Behavioral Sciences*, 131: 458-464, 2014.

Bass PF: Gaming Addiction. 2015. <http://contemporarypediatrics.modernmedicine.com/user/login?destination=contemporary-pediatrics/news/gaming-addiction?page=0%2C5>, Erişim Tarihi: 12.09.2018.

Baş AU, Yurdabakan İ: Psikolojik sağlamlık ve okul ikliminin ortaokul öğrencilerinin yaşam doyumunu yordama gücü. *Mehmet Akif Ersoy Üniversitesi Eğitim Fakültesi Dergisi*, 1(41): 202-214, 2017.

Bat M, Kayacan Ş: İnternet bağımlısı erişkinlerde sosyal medya oyunları üzerine vaka incelemesi: Candy Crush oyunu. *Karadeniz Teknik Üniversitesi İletişim Fakültesi Elektronik Dergisi*, [Elektronik Dergi], 3(12): 20-46, 2016. http://www.ktu.edu.tr/dosyalar/iletisimarastirmalari_e068e.PDF, Erişim Tarihi: 25.08.2018.

Bayraktar F: İnternet Kullanımının Ergen Gelişimindeki Rolü. Ege Üniv, Sosyal Bilimler Enstitüsü, Yüksek Lisans Tezi, İzmir, 2001.

Bayram SB, Gündoğmuş G: İlköğretim öğrencilerinin internet bağımlılığı eğilimlerinin ve yalnızlık düzeylerinin çeşitli değişkenlere göre incelenmesi. *Akademik Bakış Dergisi*, 54: 307-318, 2016.

Bilgin HC: Ortaokul Öğrencilerinin Bilgisayar Oyun Bağımlılık Düzeyleri ile İletişim Becerileri Arasındaki İlişki. Pamukkale Üniv, Eğitim Bilimleri Enstitüsü, Yüksek Lisans Tezi, Denizli, 2015.

Billieux J, Thorens G, Khazaal Y, Zullino D, Achab S, Van der Linden M: Problematic involvement in online games: A cluster analytic approach. *Computers in Human Behavior*, 43: 242-250, 2015.

Bimenyimana E, Poggenpoel M, Temane A, Myburgh C: A model for the facilitation of effective management of aggression experienced by Psychiatric Nurses from patients in a psychiatric institution. *Curatationis*, 39(1): 2016, doi:104102.

Bozkurt H, Şahin S, Zoroğlu S: İnternet bağımlılığı: Güncel bir gözden geçirme. *Journal of Contemporary Medicine*, 6(2): 1-13, 2016.

Budak C: Ortaokul Öğrencilerinde İnternet Bağımlılığı, Obezite Prevelansı ve Fiziksel Aktivite Katılım Düzeylerinin İncelenmesi. Muğla Sıtkı Koçman Üniv, Sağlık Bilimleri Enstitüsü, Yüksek Lisans Tezi, Muğla, 2016.

Börekçi DY, Gerçek M: "Resilience" kavramının sosyal bilimlerde Türkçe kullanımları bağlamında değerlendirilmesi. Pamukkale Üniversitesi Sosyal Bilimler Enstitüsü Dergisi, 30: 41-51, 2018.

Bülbül H, Tunç T, Aydil F: Üniversite öğrencilerinde oyun bağımlılığı: kişisel özellikler ve başarı ile ilişkisi. Ömer Halisdemir Üniversitesi İktisadi ve İdari Bilimler Fakültesi Dergisi, 11(3): 97-111, 2018.

Carras MC, Van Rooij AJ, Van de Mheen D, Musci R, Xue QL, Mendelson T: Video gaming in a hyperconnected world: A cross-sectional study of heavy gaming, problematic gaming symptoms, and online socializing in adolescents. *Computers in Human Behavior*, 68: 472-479, 2017.

Cash H, Rae DC, Steel HA, Winkler A: Internet addiction: A brief summary of research and practice. *Current Psychiatry Reviews*, 8(4): 292-298, 2012.

Chassiakos YLR, Radesky J, Christakis D, Moreno MA, Cross C: Children and adolescents and digital media. *Pediatrics*, 138(5): 1-18, 2016.

Cole SH, Hooley JM: Clinical and personality Correlates of MMO Gaming. *Social Science Computer Review*, 31(4): 424-436, 2013.

Coşkun S, Bebiş H: Şiddetin okul sağlığına etkisi ve hemşirelik. *Cumhuriyet Hemşirelik Dergisi*, 3(1): 15-23, 2014.

Coşkun S, Bebiş H: Adölesanlarda internet kullanımına yönelik likert tipi tutum ölçeğinin geçerlik ve güvenilirlik çalışması. *Cumhuriyet Hemşirelik Dergisi*, 5(1): 25-32, 2016.

Craighead B, Huskey R, Weber R: Video game addiction: What can we learn from a media neuroscience perspective? *Revista Argentina de Ciencias del Comportamiento*, 7(3): 119-131, 2015.

Cusack L, Smith M, Hegney D, Rees CS, Breen LJ, Witt RR, Rogers C, Williams A, Cross W, Cheung K: Exploring environmental factors in nursing workplaces that promote psychological resilience: Constructing a Unified Theoretical Model. *Front Psychol*, 7(600): 2016, doi:103389.

Çakır H: Bilgisayar oyunlarına ilişkin ailelerin yaklaşımı ve öğrenci üzerindeki etkilerin belirlenmesi. *Mersin Üniversitesi Eğitim Fakültesi Dergisi*, 9(2): 138-150, 2013.

Çalışgan H: İlköğretim Öğrencilerinde İnternet Bağımlılığı ve Siber Zorbalık. *Yeditepe Üniv, Sosyal Bilimler Enstitüsü, Yüksek Lisans Tezi, İstanbul*, 2013.

Çam HH, Nur N: Adölesanlarda internet bağımlılığı prevalansı ile psikopatolojik semptomlar ve obezite arasındaki ilişkinin incelenmesi. *TAF Prev Med Bull*, 14(3): 181-188, 2015.

Çam O, Büyükbayram A: Hemşirelerde psikolojik dayanıklılık ve etkileyen faktörler. *Psikiyatri Hemşireliği Dergisi*, 8(2): 118-126, 2017.

Çam O, Engin E (Eds): Ruh sağlığı ve hastalıkları hemşireliği bakım sanatı. s. 447-484. *İstanbul Tıp Kitabevi, İstanbul*, 2014.

Çam O, Turgut EÖ, Büyükbayram A: Ruh sağlığı ve hastalıkları hemşireliğinde dayanıklılık ve yaratıcılık. *Psikiyatri Hemşireliği Dergisi*, 5(3): 160-163, 2014.

Çamsarı UM: Teknoloji, toplum ve bağımlılık. *İTÜ Vakfı Dergisi*, 73: 35-37, 2016.

Çapan BE, Arıcıoğlu A: Psikolojik sağlamlığın yordayıcısı olarak affedicilik/forgiveness as predictor of psychological resiliency. *E-International Journal of Educational Research [Electronic*

Journal], 5(4): 70-82, 2014. <http://www.e-ijer.com/download/article-file/89828>, Erişim Tarihi: 11.09.2018.

Çavuş S, Ayhan B, Tuncer M: Bilgisayar oyunları ve bağımlılık: Üniversite öğrencileri üzerine bir alan araştırması. İletişim Kuram ve Araştırma Dergisi, 43: 266-289, 2016.

Çelik H, Kocabıyık OO: Genç yetişkinlerin saldırganlık ifade biçimlerinin cinsiyet ve bilişsel duygu düzenleme tarzları bağlamında incelenmesi. Trakya Üniversitesi Eğitim Fakültesi Dergisi, 4(1): 139-155, 2014.

Çetinkaya M: İlköğretim Öğrencilerinde İnternet Bağımlılığının İncelenmesi. Dokuz Eylül Üniv, Eğitim Bilimleri Enstitüsü, Yüksek Lisans Tezi, İzmir, 2013.

Demir GT, Hazar Z, Cicioğlu Hİ: Exercise Addiction Scale (EAS): A study of validity and Reliability. Kastamonu Education Journal, 26(3): 865-874, 2018.

Derin S, Bilge F: Ergenlerde internet bağımlılığı ve öznel iyi oluş düzeyi. Türk Psikolojik Danışma ve Rehberlik Dergisi, 6(46): 35-51, 2016.

Diñç M, Kodaman Ufuk: Teknolojiye Bağımlı Yaşama, 6. Baskı. Yeşilay TBM Alan Kitaplığı Dizisi No: 4, İstanbul. s. 2, 2016.

Diñç M: Oyun Sektöründe 29 Yıl. Türkiye Dijital Oyunlar Federasyonu (TÜDOF), 2012. https://www.tbmm.gov.tr/arastirma_komisyonlari/bilisim_internet/docs/sunumlar/turkiye_dijital_oyunlar_federasyonu.pdf, Erişim Tarihi: 13.07.2018.

Diñç M: Teknolojiye Bağımlı Yaşamamak İçin, 5. Baskı. Yeşilay TBM Alan Kitaplığı Dizisi No: 4, İstanbul. s.3, 2015.

Doğan T: Kısa Psikolojik Sağlık Ölçeği'nin Türkçe uyarlaması: Geçerlik ve güvenirlik çalışması. The Journal of Happiness and Well Being, 3(1): 93-102, 2015.

Donati AM, Chiesi F, Ammannato G, Primi C: Versatility and addiction in gaming: The number of video-game genres played is associated with pathological gaming in male adolescents. Cyberpsychol Behav Soc Netw, 18(2): 275-289, 2015.

Eftekin P: Ergenlik Dönemindeki Öğrencilerin İnternet Bağımlılığı ve Anne Baba Tutumları Arasındaki İlişkinin İncelenmesi. Erciyes Üniv, Eğitim Bilimleri Enstitüsü, Yüksek Lisans Tezi, Kayseri, 2015.

Ekinci Ö, Çelik T, Savaş N, Toros F: Association between internet use and sleep problems in adolescents. Nöro Psikiyatri Arşivi, 51(2): 122-128, 2014.

Eni B: Lise Öğrencilerinin Dijital Oyun Bağımlılığı ve Algıladıkları Ebeveyn Tutumlarının Değerlendirilmesi. Haliç Üniv, Sosyal Bilimler Enstitüsü, Yüksek Lisans Tezi, İstanbul, 2017.

Erden S, Hatun O: İnternet bağımlılığı ile başa çıkmada bilişsel davranışçı yaklaşımın kullanılması: Bir olgu sunumu. Addicta: The Turkish Journal on Addictions, [Electronic Journal], 2(1): 53-83, 2015. http://addicta.com.tr/wp-content/uploads/2015/04/AddictaSpring2015_53_83.pdf, Erişim Tarihi: 22.07.2018.

Ergüney M: İnternetin okul öncesi dönemdeki çocuklar üzerindeki etkileri hakkında bir araştırma. Ulakbilge, 5(17): 1917-1938, 2017.

Eroğlu A, Bayraktar S: İnternet bağımlılığı ile ilişkili değişkenlerin incelenmesi. Uluslararası Sosyal Bilimler ve Eğitim Araştırmaları Dergisi, 3(1): 184-199, 2017.

Ertekin YH, Ertekin H, Uludağ A, Tekin M: İlköğretim sekizinci sınıf öğrencilerinde internet bağımlılığı: Çanakkale örnelemi. Türkiye Aile Hekimliği Dergisi, 20(2): 72-76, 2016.

Eryılmaz S, Çukurluöz Ö: Lise öğrencilerinin dijital bağımlılıklarının incelenmesi: Ankara İli, Çankaya İlçesi örneği. *Elektronik Sosyal Bilimler Dergisi*, 17(67): 889-912, 2018.

Evren C, Dalbudak E, Evren B, Demirci AÇ: High risk of internet addiction and its relationship with lifetime substance use, psychological and behavioral problems among 10th grade adolescents. *Psychiatria Danubina*, 26(4): 0-339, 2014.

Fırıncık S: Madde ve bağımlılık. **İçinde:** Gürhan N (Ed): *Ruh Sağlığı ve Psikiyatri Hemşireliği*. s. 621-660. Nobel Tıp Kitapevi, Ankara, 2016.

Gazioglu AEİ, Canel AC: Bağımlılıkla mücadelede okul temelli bir önleme modeli: Yaşam becerileri eğitimi. *Addicta: The Turkish Journal on Addictions, [Electronic Journal]*, 2(2): 5-44, 2015. http://addicta.com.tr/wp-content/uploads/2016/01/AddictaAutumn2015_5_44.pdf, Erişim Tarihi: 22.07.2018.

Gencer H: Ortaokul Öğrencilerinde İnternet Bağımlılığı ve Siber Zorbalık Davranışları ile İlişkili Değişkenlerin İncelenmesi. Cumhuriyet Üniv, Eğitim Bilimleri Enstitüsü, Yüksek Lisans Tezi, Sivas, 2017.

Gholamian B, Shahnazi H, Hassanzadeh A: The prevalence of internet addiction and its association with depression, anxiety, and stress, among high-school students. *Int J Pediatr*, 5(4): 4763-4770, 2017.

Gizir CA: Psikolojik sağlamlık, risk faktörleri ve koruyucu faktörler üzerine bir derleme çalışması. *Türk Psikolojik Danışma ve Rehberlik Dergisi*, 3(28): 113-128, 2007.

Goel D, Subramanyam A, Kamath R: A study on the prevalence of internet addiction and its association with psychopathology in Indian adolescents. *Indian Journal of Psychiatry*, 55(2): 140-143, 2013.

González VB, Santamaría JJ, Fernández D, Merino L, Montero E, Ribas J: Association between internet gaming disorder or pathological video-game use and comorbid psychopathology: A comprehensive review. *Int J Environ Res Public Health*, 15(4): 668-688, 2018.

Gonzálvez MT, Espada JP, Tejeiro R: Problem video game playing is related to emotional distress in adolescents. *Adicciones*, 29(3): 180-185, 2017.

Gökçearsan Ş, Durakoğlu A: Ortaokul öğrencilerinin bilgisayar oyunu bağımlılık düzeylerinin çeşitli değişkenlere göre incelenmesi. *Dicle Üniversitesi Ziya Gökalp Eğitim Fakültesi Dergisi*, 23: 419-435, 2014.

Gökçearsan Ş, Günbatar MS: Ortaöğrenim öğrencilerinde internet bağımlılığı. *Eğitim Teknolojisi Kuram ve Uygulama*, 2(2): 10-24, 2012.

Gökçearsan Ş, Seferoğlu SS: Ortaokul öğrencilerinin internet kullanım biçimleri: Riskli davranışlar ve fırsatlar. *Kastamonu Üniversitesi Kastamonu Eğitim Dergisi*, 24(1): 383-404, 2015.

Gönültaş O ve Atıcı M: Ortaokul son sınıf öğrencilerinin öfke düzeyleri ve saldırganlık düzeylerinin bazı değişkenlere göre incelenmesi. *Ç.Ü. Sosyal Bilimler Enstitüsü Dergisi*, 23(1): 370-386, 2014.

Griffiths MD: Internet addiction: An issue for psychopathology? *Clinical Psychology Forum*, 97: 32-36, 1996.

Griffiths MD, Kuss DJ, Lopez-Fernandez O, Pontes HM: Problematic gaming exists and is an example of disordered gaming: commentary on: Scholars' open debate paper on the World Health Organization ICD-11 Gaming Disorder proposal (Aarseth et al.). *Journal of Behavioral Addictions*, 6(3): 296-301, 2017.

Griffiths MD, Meredith A: Video game addiction and its treatment. *J Contemp Psychother*, 9(39): 247-253, 2009.

Griffiths MD: Online games, addiction and overuse of. **In:** En R. Mansell y P. Hwa Ang (Eds). *The International Encyclopedia of Digital Communication and Society*. p. 1-8. John Wiley and Sons, Chichester UK, 2015.

Groves CL, Gentile D, Tapscott RL, Lynch PJ: Testing the predictive validity and construct of pathological video game use. *Behavioral Sciences*, 5(4): 602-625, 2015.

Gunawardhana LPD, Palaniappan S: Psychology of digital games and its effects to its users. *Creative Education*, 6(16): 1726-1732, 2015.

Güleç G, Köşger F, Eşsizoğlu A: DSM-V'te alkol ve madde kullanım bozuklukları. *Psikiyatride Güncel Yaklaşımlar*, 7(4): 448-460, 2015.

Güloğlu B, Kararımak Ö: Üniversite öğrencilerinde yalnızlığın yordayıcısı olarak benlik saygısı ve psikolojik sağlamlık. *Ege Üniversitesi Eğitim Fakültesi Dergisi*, 11(2): 73-88, 2010.

Gümüş AB, Şıpkın S, Tuna A, Keskin G: Üniversite öğrencilerinde problemlı internet kullanımı, şiddet eğilimi ve bazı demografik değişkenler arasındaki ilişki. *TSK Koruyucu Hekimlik Bülteni*, 14(6): 458-465, 2015.

Günlü A, Ceyhan AA: Ergenlerde internet ve problemlı internet kullanım davranışının incelenmesi. *Addicta: The Turkish Journal on Addictions*, 4(1): 75-117, 2017. <http://dx.doi.org/10.15805/addicta.2017.4.1.0016>, Erişim Tarihi: 04.11.2018.

Günüşen NP: Öfke, saldırganlık ve psikiyatri hemşireliği. *Türkiye Klinikleri*, 2(2): 36-43, 2016.

Gür K, Şişman FN, Şener N, Çetindağ Z: Türk ergenlerde internet bağımlılığı ve erteledikleri günlük yaşam aktiviteleri. *Kocaeli Üniversitesi Sağlık Bilimleri Dergisi*, 2(1): 32-38, 2016.

Gürkan ÖC: Hemşirelik öğrencilerinin saldırganlık eğilimleri ve ilişkili faktörler. *Psikiyatri Hemşireliği Dergisi*, 7(2): 87-93, 2016.

Greeff A, Fillis AJA: Resiliency in poor single-parent families. *The Journal of Contemporary Social Services*, 90(3): 279-285. 2009.

Hawi NS, Samaha M, Griffiths MD: Internet gaming disorder in Lebanon: Relationships with age, sleep habits, and academic achievement. *Journal of Behavioral Addictions*, 7(1): 70-78, 2018.

Hazar Z, Demir GT, Namlı S, Türkeli A: Ortaokul öğrencilerinin dijital oyun bağımlılığı ve fiziksel aktivite düzeyleri arasındaki ilişkinin incelenmesi. *Beden Eğitimi ve Spor Bilimleri Dergisi*, 11(3): 320-332, 2017a.

Hazar Z, Hazar K, Gökyürek B, Hazar M, Çelikkilek S: Ortaokul öğrencilerinin oyunsallık, dijital oyun bağımlılığı ve saldırganlık düzeyleri arasındaki ilişkinin çeşitli değişkenler açısından incelenmesi. *Uluslararası İnsan Bilimleri Dergisi*, 14(4): 4320-4332, 2017b.

Hazar Z, Hazar M: Çocuklar İçin Dijital Oyun Bağımlılığı Ölçeği. *Uluslararası İnsan Bilimleri Dergisi*, 14(1): 203-216, 2017c.

Heo J, Oh J, Subramanian SV, Kim Y, Kawachi I: Addictive internet use among Korean adolescents: A National Survey. *Public Library of Science One*, 9(2): 2014, e87819.

Homer BD, Hayward EO, Frye J, Plass JL: Gender and player characteristics in video game play of preadolescents. *Computers in Human Behavior*, 28(5): 1782-1789, 2012.

Ilgaz H: Ergenler için oyun bağımlılığı ölçeğinin Türkçe'ye uyarlama çalışması. İlköğretim Online Dergisi, [Elektronik Dergi], 14(3): 874-884, 2015. <http://dx.doi.org/10.17051/ilo.2015.75608>, Erişim Tarihi: 14.10.2018.

Irles DL, Gomis ML: Impulsiveness and video game addiction-impulsividad adicción a los videojuegos. Health and Addictions, 16(1): 33-40, 2015.

Irmak AY, Erdoğan S: Dijital Oyun Bağımlılığı Ölçeği Türkçe formunun geçerliliği ve güvenilirliği. Anadolu Psikiyatri Dergisi, 16 (Özel Sayı 1): 10-18, 2015.

Irmak AY, Erdoğan S: Ergen ve genç erişkinlerde dijital oyun bağımlılığı: Güncel bir bakış. Türk Psikiyatri Dergisi, 27(2): 128-37, 2016.

Irmak AY: Ortaöğretim Öğrencilerinin Dijital Oyun Oynama Davranışlarının Sağlık Davranışı Etkileşim Modeline Göre İncelenmesi. İstanbul Üniv, Sağlık Bilimleri Enstitüsü, Doktora Tezi, İstanbul, 2014.

İkiz FE, Asıcı E, Kaya Z, Sakarya Ö: Problemlerli internet kullanımının ailesel değişkenler açısından incelenmesi. Güncel Psikiyatri ve Psikonörofarmakoloji, 5(2): 7-15, 2015.

İnan M, Dervent F: Dijital bir oyunun hareketli hale dönüştürülmesi: Öğrencilerin uyarlanmış hareketli versiyona verdiği tepkilerin incelenmesi. Pegem Eğitim ve Öğretim Dergisi, 6(1): 113-132, 2016.

İşsever NK: İnternet Bağımlılığının Üniversite Öğrencilerinde Yaygınlığının İncelenmesi. Üsküdar Üniv, Sosyal Bilimler Enstitüsü, Yüksek Lisans Tezi, İstanbul, 2016.

Jeon HJ, Kim S, Chon WH, Ha JH: Is internet overuse associated with impaired empathic ability in Korean college students? Medicine, 97(39): 1-5, 2018.

Jeong EJ, Kim DJ, Lee DM: Why do some people become addicted to digital games more easily? A study of digital game addiction from a psychosocial health perspective. Int J Hum Comput Interact, 33(3): 199-214, 2017.

Karaca S, Gök C, Kalay E, Başbuğ M, Hekim M, Onan N, Barlas GÜ: Ortaokul öğrencilerinde bilgisayar oyun bağımlılığı ve sosyal anksiyetenin incelenmesi. Clin Exp Health Sci, 6(1): 14-19, 2016.

Karagöz DB: İnternet Bağımlılığı ve Bilgisayar Oyun Bağımlılığı Yaygınlığının, İlişkili Etkenlerin İncelenmesi. Kocaeli Üniv, Tıp Fakültesi, Uzmanlık Tezi, Kocaeli, 2017.

Karahisar T: Türkiye'de dijital oyun sektörünün durumu. Uluslararası sanat, tasarım ve manipülasyon sempozyumu bildiriler kitabı. **İçinde:** s.107-113, Sakarya, Sakarya Üniversitesi, 21-23 Kasım 2013.

Karakaş SA, Ersöğütçü F: Madde bağımlılığı ve hemşirelik. Sağlık Bilimleri ve Meslekleri Dergisi, 3(2): 133-139, 2016.

Kars GB: Şiddet İçerikli Bilgisayar Oyunlarının Çocuklarda Saldırganlığa Etkisi. Ankara Üniv, Sağlık Bilimleri Enstitüsü, Yüksek Lisans Tezi, Ankara, 2010.

Kavi E, Karakale B: Çalışan psikolojisi açısından psikolojik dayanıklılık. Emek ve Toplum, 7(17): 56-77, 2018.

Kawabe K, Horiuchi F, Ochi M, Oka Y, Ueno SI: Internet addiction: Prevalence and relation with mental states in adolescents. Psychiatry Clin Neurosci, 70(9): 405-412, 2016.

Kaya F: Lise Öğrencilerinde Saldırgan Davranışların Ortaya Çıkışına Katkıda Bulunan Faktörlerin Araştırılması. İstanbul Üniv, Sağlık Bilimleri Enstitüsü, Yüksek Lisans Tezi, İstanbul, 2009.

Kaya F, Peker A, Gündüz B: Ortaokul öğrencilerinin psikolojik sağlamlığının eğitim stresi açısından incelenmesi. *Bayburt Eğitim Fakültesi Dergisi*, 11(2): 586-599, 2016.

Kim D, Lee D, Lee J, Namkoong K, Jung YC: Association between childhood and adult attention deficit hyperactivity disorder symptoms in Korean young adults with internet addiction. *J Behav Addict*, 6(3): 345-353, 2017.

Kim DJ, Kim K, Lee H W, Hong JP, Cho MJ, Fava M, Mischoulon D, Heo JY, Jeon HJ: Internet game addiction, depression, and escape from negative emotions in adulthood: A nationwide community sample of Korea. *J Nerv Ment Dis*, 205(7): 568-573, 2017.

Kocaman O, Aktepe E, Sönmez Y: Isparta il merkezi lise öğrencilerinde olası internet bağımlılığı ile saldırganlık ve empati düzeyleri arasındaki ilişkinin incelenmesi. *Anadolu Psikiyatri Dergisi*, 18(6): 602-610, 2017.

Koç P, Albayrak M: Farklı gelişim düzeylerindeki bireyler üzerinde internet bağımlılığının etkileri. *Süleyman Demirel Üniversitesi İktisadi ve İdari Bilimler Fakültesi Dergisi*, 22(15): 2391-2404, 2017.

Korkmaz Y: Ergenlerde İnternet Bağımlılığının Depresyon ve Anksiyete Üzerindeki Etkisi. s. 13-52. *Gece Kitaplığı*, Ankara, 2017.

Kurt AS, İnce P, Arslan FT: İlköğretim ikinci kademede öğrenim gören öğrencilerin bilgisayara karşı tutumları. *Pediyatrik Araştırma Dergisi*, 1(1): 22-27, 2014.

Kuss DJ, Griffiths MD: Internet gaming addiction: A systematic review of empirical research. *International J Ment Health*, 10(2): 278-296, 2012a.

Kuss DJ, Griffiths MD: Online gaming addiction in children and adolescents: A review of empirical research. *J Behav Addict*, 1(1): 3-22, 2012b.

Kuss DJ, Griffiths MD: Social networking sites and addiction: Ten lessons learned. *Int. J. Environ. Res. Public Health*, 14(3): 311-328, 2017.

Kuss DJ, Lopez-Fernandez O: Internet addiction and problematic internet use: A systematic review of clinical research. *World J Psychiatry*, 6(1): 143-176, 2016.

Kuss DJ: Internet addiction: The problem and treatment. *Addicta-The Turkish Journal on Addictions*, 3(2): 185-192, 2016.

Küçükşen K, Şener MM, Tekin HH, Demirel B: Madde bağımlısı bireylerde aile işlevselliği ve sosyal destek algısı. *Uluslararası Sosyal Bilimler Dergisi*, 53: 199-212, 2016.

Lemmens JS, Valkenburg PM, Peter J: Development and validation of a Game Addiction Scale for adolescents. *Media Psychology*, 12(1): 77-95, 2009.

Lemos IL, Abreu CND, Sougey EB: Internet and video game addictions: A cognitive behavioral approach. *Archives of Clinical Psychiatry (São Paulo)*, 41(3): 82-88, 2014.

Li D, Choo H, Khoo A, Liau AK: Effects of digital game play among young Singaporean gamers: A two wave longitudinal study. *Journal for Virtual Worlds Research*, 5(2): 1-15, 2012.

Lim JA, Gwak AR, Park SM, Kwon JG, Lee JY, Jung HY, Shon BK, Kim JW, Kim DJ, Choi JS: Are adolescents with internet addiction prone to aggressive behavior? The mediating effect of clinical comorbidities on the predictability of aggression in adolescents with internet addiction. *Cyberpsychol Behav Soc Netw*, 18(5): 260-267, 2015.

Liu C: Long Term Effects of Video and Computer Game Heavy Use on Health, Mental Health and Education Outcomes Among Adolescents in the U.S. Graduate College of the University of Illinois at Urbana-Champaign. Doctor of Philosophy in Social Work Dissertation, Urbana-Illinois, 2014.

Loton D, Borkoles E, Lubman D, Polman R: Video game addiction, engagement and symptoms of stress, depression and anxiety: The mediating role of coping. *Int J Ment Health Addict*, 14(4): 565-578, 2016.

Madran AHD: Buss-Perry Saldırganlık Ölçeği'nin Türkçe formunun geçerlik ve güvenilirlik çalışması. *Türk Psikoloji Dergisi* 24(2): 1-6, 2012.

Madran H ve Çakılcı E: The relationship between aggression and online video game addiction: A study on massively multiplayer online video game players. *Anatolian Journal of Psychiatry*, 15(2): 99-107, 2014.

Männikkö N, Billieux J, Käätäinen M: Problematic digital gaming behavior and its relation to the psychological, social and physical health of Finnish adolescents and young adults. *Journal of Behavioral Addictions*, 4(4): 281-288, 2015.

Männikkö N, Mendes L, Barbosa F, Reis LP: Health Determinants Related To Digital Game Playing: A Systematic Review. *Journal of Health Science*, 4(3): 53-63, 2014.

Marcantonio M Spada: An overview of problematic internet use. *Addict Behav*, 39(1):3-6, 2014.

McAllister M, McKinnon J: The importance of teaching and learning resilience in the health disciplines: A critical review of the literature. *Nurse Educ Today*, 29(4): 371-379, 2009.

McLean L, Griffiths MD: The psychological effects of video games on young people. *Aloma: Revista de Psicologia, Ciències de l'Educació i de l'Esport*, 31(1): 119-133, 2013.

Mcicol ML, Thorstemsso EB: Internet addiction, psychological distress, and coping responses among adolescents and adults. *Cyberpsychol Behav Soc Netw*, 20(5): 296-304, 2017.

Medikoğlu O: İlkokul 4. Sınıf Öğrencilerinin İnternet Bağımlılığı Düzeylerinin Belirlenmesi ve Akademik Başarıları Arasındaki İlişkinin İncelenmesi. Necmettin Erbakan Üniv, Eğitim Bilimleri Enstitüsü, Yüksek Lisans Tezi, Konya, 2018.

Mentzoni RA, Brunborg GS, Molde H, Myrseth H, Skouverøe KJM, Hetland J, Pallesen S: Problematic video game use: Estimated prevalence and associations with mental and physical health. *Cyberpsychology, Behavior, and Social Networking*, 14(10): 591-596, 2011.

Mihajlov M, Vejmelka L: Internet addiction: A review of the first twenty years. *Psychiatria Danubina*, 29(3): 260-272, 2017.

Morsünbül Ü: The association of internet addiction with attachment styles, personality traits, loneliness and life satisfaction. *Journal of Human Sciences*, 11(1): 357-372, 2014.

Musluoğlu M: 15-19 Yaş Arası Öğrencilerden Oluşan Bir Lise Örneğinde Bağlanma Stilleri ile İnternet ve Dijital Oyun Bağımlılığının İlişkinin İncelenmesi. Beykent Üniv, Sosyal Bilimler Enstitüsü, Yüksek Lisans Tezi, İstanbul, 2016.

Mustafaoğlu R, Zirek E, Yasacı Z, Özdiçler AR: Dijital teknoloji kullanımının çocukların gelişimi ve sağlığı üzerine olumsuz etkileri. *Addicta: The Turkish Journal on Addictions*. [Electronic Journal], 5(2): 1-21, 2018. <http://dx.doi.org/10.15805/addicta.2018.5.2.0051>, Erişim Tarihi: 28.10.2018.

Nam C, Lee D, Lee J, Choi A, Chung S, Kim DJ, Bhang SY, Kwon JG, Kweon YS, Choi JS: The role of resilience in internet addiction among adolescents between sexes: A moderated mediation model. *J Clin Med*, 7(8): 222-250, 2018.

Nazlıgöl MD, Baş S, Akyüz Z, Yorulmaz O: İnternette oyun oynama bozukluğu ve tedavi yaklaşımları: Sistematik bir gözden geçirme. *The Turkish Journal on Addictions*, 5: 13–35, 2018. <http://dx.doi.org/10.15805/addicta.2018.5.1.0018>, Erişim Tarihi: 18.08.2018.

Odabaş Ş: Üniversite Öğrencilerinin Online Oyun Bağımlılığı Düzeylerinin Öznel Mutluluk Düzeyleriyle İlişkisi. Sakarya Üniv, Eğitim Bilimleri Enstitüsü, Yüksek Lisans Tezi, Sakarya, 2016.

Odacı H, Çelik ÇB: Kendilik algısı ve saldırganlık arasındaki ilişki: Yalnızlığın aracı rolü. *Journal of Mood Disorders*, 7(4): 219-225, 2017.

Orhan E: 10-14 Yaş Arasındaki Çocukların Fiziksel Aktivite Seviyesi, Dijital Oyun Bağımlılığı ve Dikkat Düzeyleri Arasındaki İlişkinin İncelenmesi. Niğde Ömer Halisdemir Üniv, Sosyal Bilimler Enstitüsü, Yüksek Lisans Tezi, Niğde, 2018.

Ögel K: Bağımlılık Tedavisi Hakkında Her Şey Bağımlılık ve Tedavisi Temel Kitabı. s. 269-280. Kültür Sanat Yayıncılık, İstanbul, 2017.

Öncel M, Tekin A: Ortaokul öğrencilerinin bilgisayar oyun bağımlılığı ve yalnızlık durumlarının incelenmesi. İnönü Üniversitesi Eğitim Bilimleri Enstitüsü Dergisi, 2(4): 7-17, 2015.

Öz F, Yılmaz EB: Ruh sağlığının korunmasında önemli bir kavram: Psikolojik sağlamlık. Hacettepe Üniversitesi Hemşirelik Fakültesi Dergisi, 16(3): 82-89, 2009.

Özer E, Deniz ME: An investigation of university students' resilience level on the view of trait emotional EQ. *Elementary Education Online*, 13(4): 1240-1248, 2014.

Öztabak MÜ: İlkokul 2. ve 3. sınıf öğrencilerinin oynadıkları oyunların incelenmesi. Muş alparslan üniversitesi sosyal bilimler dergisi, 5(3): 798-822, 2017.

Öztürk OM, Uluşahin A: Ruh Sağlığı ve Bozuklukları, 14. Baskı. s. 337-363. Nobel Tıp Kitabevi, Ankara, 2016.

Pala FK, Erdem M: Dijital oyun tercihi ve oyun tercih nedeni ile cinsiyet, sınıf düzeyi ve öğrenme stili arasındaki ilişkiler üzerine bir çalışma. Ahi Evran Üniversitesi Eğitim Fakültesi Dergisi, 12(2): 53-71, 2011.

Park S, Jeon HJ, Son JW, Kim H, Hong JP: Correlates, comorbidities, and suicidal tendencies of problematic game use in a national wide sample of Korean adults. *Int J Ment Health Syst*, 11(1): 35-42, 2017. <https://www.ncbi.nlm.nih.gov/pmc/articles/PMC5426067/>, Erişim Tarihi: 25.10.2018.

Poddar S, Sayeed N, Mitra S: Internet gaming disorder: Application of motivational enhancement therapy principles in treatment. *Indian J Psychiatry*, 57(1): 100–101, 2015.

Pontes HM, Kiraly O, Demetrovics Z, Griffiths MD: The conceptualisation and measurement of DSM-V internet gaming disorder: The development of the IGD-20 test. *PLoS One*, 9(10): 2014, e110137.

Rooij VJA, Prause N: A critical review of "Internet addiction" criteria with suggestions for the future. *J Behav Addict*, 3(4): 203-213, 2014.

Rujataronjai W, Varma P: The impact of video game addiction on depression, anxiety, and stress among Thai adolescents, mediated by self-regulation and social support. *Scholar Human Sciences*, 8(2): 146-153, 2017.

Sağıroğlu N: İlkokul ve Ortaokul Öğrencilerinin Günlük İnternet Kullanım Sürelerinin Okul Başarılarıyla İlişkisi. Üsküdar Üniv, Sosyal Bilimler Enstitüsü, Yüksek Lisans Tezi, İstanbul, 2015.

Saquist N, Saquist J, Wahid A, Ahmed AA, Dhuhayr HE, Zaghoul MS, Ewid M, Al-Mazrou A: Video game addiction and psychological distress among expatriate adolescents in Saudi Arabia. *Addict Behav Rep*, 6: 112-117, 2017.

Satıcı AS, Deniz EM: Mizahla başa çıkma ve iyilik hali: Psikolojik sağlamlık ve iyimserliğin aracılık rolünün incelenmesi. *Elementary Education Online [Elektronik Dergi]*, 16(3): 1343-1356, 2017. <http://dergipark.ulakbim.gov.tr/ilkonline/article/view/5000213047>, Erişim Tarihi: 13.09.2018.

Savcı M, Aysan F: Teknolojik bağımlılıklar ve sosyal bağıllık: İnternet bağımlılığı, sosyal medya bağımlılığı, dijital oyun bağımlılığı ve akıllı telefon bağımlılığının sosyal bağıllığı yordayıcı etkisi. *Düşünen Adam*, 30(3): 202-216, 2017.

Shaw M, Black DW: Internet addiction. *CNS Drugs*, 22(5): 353-365, 2008.

So R, Makino K, Fujiwara M, Hirota T, Ohcho K, Ikeda S, Tsubouchi S, Inagaki M: The prevalence of internet addiction among a Japanese adolescent psychiatric clinic sample with autism spectrum disorder and/or attention-deficit hyperactivity disorder: A cross-sectional study. *J Autism Dev Disord*, 47(7): 2217-2224, 2017.

Soydan ZM: Üniversite Öğrencilerinin İnternet Bağımlılığı ile Depresyon ve Yaşam Doyumu Arasındaki İlişki. Haliç Üniv, Sosyal Bilimler Enstitüsü, Yüksek Lisans Tezi, İstanbul, 2015.

Sun Y, Zhao Y, Jia QS, Zheng DY: Understanding the antecedents of mobile game addiction: The roles of perceived visibility, perceived enjoyment and flow. **In:** p. 1-12, *In Proceedings of the 19th Pacific-Asia Conference on Information Systems*, Marian Bay Sands, Singapore, 2015.

Şahin C, Tuğrul VM: İlköğretim öğrencilerinin bilgisayar oyunu bağımlılık düzeylerinin incelenmesi. *Türk Dünyası Dergisi*, 4(3): 115-130, 2012.

Şahin M: The internet addiction and aggression among university students. *Düşünen Adam: Journal of Psychiatry and Neurological Sciences*, 27(1): 43-52, 2014.

Şener DK, Akkuş D, Karaca A, Cangür Ş: Lise öğrencilerinin madde kullanmama davranışlarını etkileyen faktörler. *Addicta: The Turkish Journal on Addictions. [Electronic Journal]*, 5(3): 1-25, 2018. <http://dx.doi.org/10.15805/addicta.2018.5.3.00242018>, Erişim Tarihi: 03.10.2018.

Şengül C, Büber A: Dijital oyun bağımlılığında tanı ve tedavi. *Türkiye Psikiyatri Derneği Sürekli Eğitim / Sürekli Mesleki Gelişim Dergisi*, 6(3): 175-178, 2016.

Tang J, Yu Y, Du Y, Ma Y, Zhang D, Wang J. Prevalence of internet addiction and its association with stressful life events and psychological symptoms among adolescent internet users. *Addict Behav*, 39(3): 744-747, 2014.

Tateno M, Teo AR, Shirasaka T, Tayama M, Watabe M, Kato TA: Internet addiction and self-evaluated attention deficit hyperactivity disorder traits among Japanese college students. *Psychiatry Clin Neurosci*, 70(12): 567-572, 2016.

Taylan HH, Agallija N: Arnavutluk'ta gençlerde internet bağımlılığı. *International Journal of Academic Value Studies*, 2(4): 1-12, 2016.

Taylan HH, Işık M: Sakarya'da ortaokul ve lise öğrencilerinde internet bağımlılığı. *Turkish Studies*, 10(6): 855-874, 2015.

Taylan HH, Kara HZ, Durğun A: Ortaokul ve lise öğrencilerinin bilgisayar oyunu oynama alışkanlıkları ve oyun tercihleri üzerine bir araştırma. *PESA Uluslararası Sosyal Araştırmalar Dergisi*, 3(1): 79-87, 2017.

Tetik BK, Kayhan D, Sertkaya S, Sandikci KB: Evaluation of the effects of digital play addiction on eating attitudes. *Pak J Med Sci*, 34(2): 482-486, 2018.

Tok G: Ortaöğretim Öğrencilerinin Algılarına Göre Ebeveynlerinin İnternet Bağımlılığı ile İlgili Görüşleri ve Kaygı Düzeylerinin Belirlenmesi. *Yakın Doğu Üniv, Eğitim Bilimleri Enstitüsü, Yüksek Lisans Tezi, Lefkoşa*, 2014.

Toran M, Ulusoy Z, Aydın B, Deveci T, Akbulut A: Çocukların dijital oyun kullanımına ilişkin annelerin görüşlerinin değerlendirilmesi. *Kastamonu Eğitim Dergisi*, 24(5): 2263-2278, 2016.

Tutkun ÖF, Demirtaş Z, Açıkgoz T, Tekşal SD: Televizyon ve dijital oyunların ortaokul öğrencilerinin şiddete eğilimine etkisi. *PESA Uluslararası Sosyal Araştırmalar Dergisi*, 3(2): 83-91, 2017.

Tümlü GÜ, Recepoğlu E: Üniversite akademik personelinin psikolojik dayanıklılık ve yaşam doyumu arasındaki ilişki. *Yükseköğretim ve Bilim Dergisi*, 3(3): 205-213, 2013.

Türkoğlu S: Ergenlerin Problemlı İnternet Kullanımları ile Siber Zorbalık Eğilimleri Arasındaki İlişkinin İncelenmesi. *Marmara Üniv, Eğitim Bilimleri Enstitüsü, Yüksek Lisans Tezi, İstanbul*, 2013.

Ulum H: Çocuklarda Bilgisayar Oyunu Bağımlılığı ile Duygu Ayarlayabilme Arasındaki İlişkinin İncelenmesi. *Çağ Üniv, Sosyal Bilimler Enstitüsü, Yüksek Lisans Tezi, Mersin*, 2016.

Ulutaşdemir N, Sergek E, Bakır E, Deniz E: Geleceğin sağlık profesyonellerinde internet bağımlılığının yaşam kaliteleri üzerine etkisi. *Zeynep Kamil Tıp Bülteni*, 48(2): 44-48, 2017.

Uz Ç, Çağiltay K: Social interactions and games. *Digital Education Review*, 27: 1-12, 2015.

Uzday İT: Beyin nasıl bağımlı oluyor? *Türk Eczacıları Birliği Meslek İçi Sürekli Eğitim Dergisi*, Aralık (21-22): 34-48, 2009.

Ünal AT, İnan F, Kaya MT, Fırat M, Güzelbaba Z, Bahadır A: Öğretmen Adaylarının Bilgisayar Oyunu Oynama Alışkanlıkları, Amaçları ve Oyun Tercihlerinin İncelenmesi: Maltepe Üniversitesi Örneği. *Online Akademik Bilgi Teknolojileri Dergisi, [Elektronik Dergi]*, 4(12): 31-52, 2013. http://www.ajite.org/?menu=pages&p=details_of_article&id=90, Erişim Tarihi: 05.10.2018.

Vollmer C, Randler C, Horzum MB, Ayas T: Computer game addiction in adolescents and its relationship to chronotype and personality. *SAGE Open*, 4(1): 1-9, 2014. <http://journals.sagepub.com/doi/abs/10.1177/2158244013518054>, Erişim Tarihi: 08.09.2018.

Wang BQ, Yao NQ, Zhou X, Liu J, Lv ZT: The association between attention deficit/hyperactivity disorder and internet addiction: A systematic review and meta-analysis. *BMC Psychiatry*, 17(1): 260-272, 2017.

Wang C, Chan CLW, Mak K, Ho S, Wong PWC, Ho RTH: Prevalence and correlates of video and internet gaming addiction among Hong Kong adolescents: A pilot study. *The Scientific World Journal*, 1-9, 2014, e874648. <http://dx.doi.org/10.1155/2014/874648>, Erişim Tarihi: 25.10.2018.

Wang Y, Wu AM, Lau JT: The health belief model and number of peers with internet addiction as inter-related factors of Internet addiction among secondary school students in Hong Kong. *BMC Public Health*, 16(1): 272-285, 2016.

Witteck CT, Finserås TR, Pallesen S, Mentzoni RA, Hanss D, Griffiths MD, Molde H: Prevalence and predictors of video game addiction: A study based on a national representative sample of gamers. *Int J Ment Health Addict*, 14(5): 672-686, 2016.

Wong IL, Lam MP: Gaming behavior and addiction among Hong Kong adolescents. *Asian J Gambli Issues Public Health*, 6(1): 6-22, 2016.

Yavuzer N: İnsanın saldırgan ve yıkıcı doğasını anlamak. İstanbul Ticaret Üniversitesi Sosyal Bilimler Dergisi, 23: 43-57, 2013.

Yazıcıoğlu Y ve Erdoğan S: SPSS Uygulamalı Bilimsel Araştırma Yöntemleri. s. 84-90. Detay Yayıncılık, Ankara, 2011.

Yıldız C, Abdüsselam MS: Ortaokul ve ortaöğretim öğrencilerinin internet kullanımına yönelik yaşantıları. Eğitim ve Öğretim Araştırmaları Dergisi, 5(1): 274-287, 2016.

Yılmaz S: Kaygı (Anksiyete) bozuklukları. **İçinde:** Gürhan N (Ed): Ruh Sağlığı ve Psikiyatri Hemşireliği. s. 349-400. Nobel Tıp Kitapevi, Ankara, 2016.

Yiğit E: Çocukların Dijital Oyun Bağımlılığında Ailelerin Bazı Değişkenler Açısından İncelenmesi. Yüzüncü Yıl Üniv, Eğitim Bilimleri Enstitüsü, Yüksek Lisans Tezi, Van, 2017.

Yiğit ÖE, Çengelci T, Karaduman H: Teknolojinin değerlere yansımaları konusunda sosyal bilgiler öğretmen adaylarının görüşleri. Sosyal Bilimler Eğitimi Araştırmaları Dergisi, 4(1): 73-109, 2013.

Yoo YS, Cho OH, Cha KS: Associations between overuse of the internet and mental health in adolescents. Nursing and Health Sciences, 16(2): 193-200, 2014.

Young KS: Internet addiction: The emergence of a new clinical disorder. **In:** p. 237-244 Paper presented at the 104th annual meeting of the American Psychological Association, August 11, Toronto, Canada, 1996.

Young KS: Understanding online gaming addiction and treatment issues for adolescents. Am J Fam Ther, 37(5): 355-372, 2009.

Yönet E, Çalık F, Yaşartürk F, Çimen K: Lise öğrencilerinin rekreatif etkinliklere katılımları ile saldırganlık- şiddet eğilimlerinin incelenmesi. Uluslararası Bilim Kültürü ve Spor Dergisi, 4(1): 368-382, 2016.

Yuan K, Jin C, Cheng P, Yang X, Dong T, Bi Y, Xing L, von Deneen KM, Yu D, Liu J: Amplitude of low frequency fluctuation abnormalities in adolescents with online gaming addiction. PLoS One, 8(11): 2013, e78708.

Yujia R, Jiao Y, Liqiong L: Social anxiety and internet addiction among rural left behind children: The mediating effect of loneliness. Iran J Public Health, 46(12): 1659-1668, 2017.

8. EKLER

EK- 1	Genel Bilgi Formu
EK- 2	İnternet Bağımlılık Ölçeği
EK- 3	Dijital Oyun Bağımlılığı Ölçeği
EK- 4	Kısa Psikolojik Sağlık Ölçeği
EK- 5	Buss-Perry Agresyon Ölçeği
EK- 6	Araştırmanın Etik Kurul Onayı
EK- 7	Kars Milli Eğitim Müdürlüğü Araştırma Onay Yazısı
EK- 8	Ölçek İzin Yazışmaları

EK 1**GENEL BİLGİ FORMU**

Bu araştırma, “Ortaokul Öğrencilerinde İnternet ve Dijital Oyun Bağımlılığının Psikolojik Sağlık ve Saldırganlık İlişkisi”ni belirleme amaçlı yapılmaktadır. Vereceğiniz yanıtlar önem taşımaktadır. Bu nedenle değerlendirmelerinizi kendinizi yansıtacak şekilde dürüstçe ve titizlikle yapmanız, cevaplandırılmamış soru bırakmamanız, geçerli ve güvenilir sonuçlar elde etmek açısından son derece önemlidir. Bu araştırmaya katılım gönüllülük esasına dayanmaktadır. Formda isim ve soy ismi doldurulmayacaktır. Cevaplarınız gizli tutulacak ve yalnızca araştırma amacına yönelik kullanılacaktır. Katılımınız için teşekkür ederiz.

Berna AKTAŞ (Kafkas Üniversitesi Sağlık Bilimleri Enstitüsü-Yükseklisans Öğrencisi)

Yrd. Doç. Dr. Nihal BOSTANCI DAŞTAN (Danışman)

1) Yaşınız:

2) Cinsiyetiniz : (1) Kız (2) Erkek

3) Okulunuz :

4) Sınıfınız : (1) 5. Sınıf (2) 6. Sınıf (3) 7. Sınıf (4) 8. Sınıf

5) Annenizin Eğitim Düzeyi aşağıdakilerden hangisidir?

(1) Okur-yazar değil (2) Okur-yazar (3) İlkokul mezunu

(4) Ortaokul mezunu (5) Lise mezunu (6) Üniversite mezunu (7)

Diğer

6) Babanızın Eğitim Düzeyi aşağıdakilerden hangisidir?

(1) Okur-yazar değil (2) Okur-yazar (3) İlkokul mezunu

(4) Ortaokul mezunu (5) Lise mezunu (6) Üniversite mezunu (7)

Diğer

7) Boş zamanınızı nasıl kullanıyorsunuz?

(1) TV izleyerek (2) Sosyal paylaşım sitelerine girerek (facebook, twitter, instagram gibi)

(3) İnternette oyun oynayarak (4) Ödev yaparak ya da soru çözerek

8) Evinizde bilgisayarınız var mı? (1) Evet (2) Hayır

9) Bilgisayar evin hangi odasında bulunuyor?
(1) Çocuk odasında (2) Evin bir başka odasında

10) Evinizde internet var mı? (1) Evet (2) Hayır

11) İnterneti hangi amaçla kullanıyorsunuz?

(1) İnternette oyun oynamak (2) Sosyal paylaşım sitelerinde chat yapmak
(3) Film ve dizi izlemek (4) Araştırma ve ödev yapmak

12) Günde ortalama kaç saat internet kullanıyorsunuz?

(1) 0-1 saat arası (2) 1-2 saat arası (3) 2-3 saat arası (4) 3-4 saat arası
(5) 4 saatten fazla

13) Günde ortalama kaç saat internete bağlanarak oyun oynuyorsunuz?

(1) 0-1 saat arası (2) 1-2 saat arası (3) 2-3 saat arası (4) 3-4 saat arası
(5) 4 saatten fazla

14) İnternete bağlanarak bilgisayar / video oyununu en çok nerede oynarsınız?

(1) Evde (2) Arkadaşının evinde (3) Bu tür oyunların oynatıldığı oyun salonlarında

15) İnternete bağlanarak oynadığınız oyunların türü genellikle nedir?

(1) Macera oyunları (2) Spor ve yarış oyunları (3) Savaş ve strateji oyunları
(4) Bulmaca ve zeka oyunları

16) En çok oynadığınız 3 bilgisayar/ video oyununun isimlerini ve size göre içerdikleri şiddet düzeyini 1 ile 5 arasında X koyarak işaretleyiniz.

Oyun ismi	Şiddet içermiyor			Çok şiddet	
	1	2	3	4	5
1.					
2.					
3.					

EK 2

İNTERNET BAĞIMLILIK ÖLÇEĞİ

Yanıtlarınızı aşağıdaki ölçeğe göre değerlendiriniz.

0- Hiçbir zaman

1-Nadiren

2- Ara sıra

3- Çoğunlukla

4- Çok sık

5- Devamlı

MADDELER		0	1	2	3	4	5
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 (email) denetlersiniz?						
6.	Ne sıklıkla okula devamınız internette dolaylı 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 şikayet 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 internette 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 kinci 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 İnternette 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?						

EK 3**DİJİTAL OYUN BAĞIMLILIĞI ÖLÇEĞİ**

Bilgisayarda oyun oynama ile ilgili aşağıdaki soruları **son 6 ay içinde** hangi sıklıkla yaşadığınızı işaretleyiniz.

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

EK 4**KISA PSİKOLOJİK SAĞLAMLIK ÖLÇEĞİ**

Aşağıda bazı ifadeler verilmiştir. Bu ifadeleri dikkatle okuyunuz ve ifadelerin karşısında size en uygun seçeneği bularak işaretleyiniz.

EN UYGUN OLAN YANITI (X) ŞEKLİNDE İŞARETLEYİNİZ.	Hiç Uygun Değil	Uygun Değil	Biraz Uygun	Uygun	Tamamen Uygun
1. Sıkıntılı zamanlardan sonra kendimi çabucak toparlayabilirim.					
2. Stresli olayların üstesinden gelmekte güçlük çekerim.*					
3. Stresli durumlardan sonra kendime gelmem uzun zaman almaz.					
4. Kötü bir şeyler olduğunda bunu atlatmak benim için zordur.*					
5. Zor zamanları çok az sıkıntıyla atlatırım.					
6. Hayatımdaki olumsuzlukların etkisinden kurtulmam uzun zaman alır.*					

* Bu maddeler tersten kodlanmaktadır.

EK 5

BUSS-PERRY AGRESYON ÖLÇEĞİ

Aşağıda karakterlerle ilgili bazı ifadeler verilmiştir. Bu ifadeleri dikkatle okuyunuz ve ifadelerin karşısında size en uygun seçeneği bularak işaretleyiniz.

KARAKTERİNİZE EN UYGUN OLAN YANITI (X) ŞEKLİNDE İŞARETLEYİNİZ.	Hiç Benim Özellikim Değil	Çok Az	Az	Çok	Tamamen Benim Özellikim
1. Arada bir başka bir insana vurma arzumu kontrol edemem.					
2. Yeterince kışkırtılırsam başka bir insana vurabilirim.					
3. Eğer biri bana vurursa, ben de ona vururum.					
4. Birçok insana göre biraz daha fazla kavgalara katılırım.					
5. Haklarımı korumam için şiddete başvurmam gerekirse, başvururum.					
6. Beni o kadar zorlayan insanlar olmuştur ki, kavgaya tutuştuk.					
7. Bir insana vurmak için iyi bir sebep düşünemiyorum.*					
8. Tanıdığım insanları tehdit ettim.					
9. O kadar kızdım ki, bir şeyleri kırdım.					
10. Arkadaşarımla aynı fikirde olmadıgımda onlara açıkça söylerim.					
11. Sıklıkla kendimi insanlarla tartışırken bulurum.					
12. İnsanlar sinirimi bozduklarında onlara haklarında ne düşündüğümü söyleyebilirim.					
13. İnsanlar benimle fikir ayrılığına düştüğünde münakaşaya girmekten kendimi alıkoyamam.					
14. Arkadaşarımla münakaşayı seven biri olduğumu söylerler.					
15. Çabuk parlar fakat çabuk sakinleşirim.					
16. Engellendiğimde kızgınlığımı gösteririm.					
17. Bazen kendimi patlamaya hazır barut fıçısı gibi hissedirim.					
18. Ben sakin bir insanım.*					
19. Bazı arkadaşarımla asabi olduğumu düşünüyor.					
20. Bazen hiçbir sebep yokken tepem atar.					
21. Öfkemi kontrol etmekte zorluk çekerim.					
22. Bazen kıskançlık beni yiyip bitirir.					
23. Bazen hayatın bana adaletli davranmadığını hissedirim.					
24. Fırsatlar her zaman diğer insanlardan yana gibi.					
25. Bazen niye bu kadar sert olduğumu merak ediyorum.					
26. "Arkadaşarımla", arkamdan hakkımda konuştuklarını biliyorum.					
27. Fazla dostça davranan yabancılardan şüphelenirim.					
28. Bazen insanların arkamdan bana güldüklerini hissedirim.					
29. İnsanlar özellikle nazik davrandıklarında, ne isteyeceklerini merak ederim.					

EK 6

ARAŞTIRMANIN ETİK KURUL ONAYI



T.C
KAFKAS ÜNİVERSİTESİ
Tıp Fakültesi Dekanlığı
(Etik Kurul Başkanlığı)



Sayı : 80576354-050-99/ 134
Konu : Etik Kurul Değerlendirmesi.

28/06/2017

Sayın; Yrd.Doç.Dr.Nihal B. DAŞTAN
Kafkas Üniversitesi Sağlık Bilimleri Fakültesi

“Ortaokul Öğrencilerinde İnternet ve Dijital Oyun Bağımlılığının Psikolojik Sağlamlılık ve Saldırganlıkla İlişkisi” adlı çalışmanız Kafkas Üniversitesi Tıp Fakültesi Etik Kurulu komisyonunca 28.06.2017 tarih ve 07 numaralı oturumda incelenmiş ve çalışmanın Etik Kurul yönergesindeki şartlara uygun olduğu sonucuna varılmıştır.

Bilgilerinize rica ederim.

Doç.Dr.Barlas SÜLÜ
Etik Kurul Başkanı

Eki: 1. Adet Yönetim Kurulu Kararı

KAFKAS ÜNİVERSİTESİ
Tıp Fakültesi
(Etik Kurulu Başkanlığı)

ETİK KURUL KARARI

TOPLANTI TARİHİ: 28.06.2017

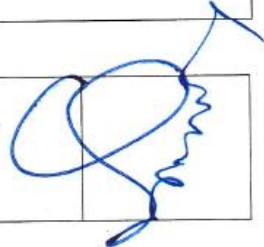
TOPLANTI SAYISI: 2017/07



Kafkas Üniversitesi Tıp Fakültesi Etik Kurulu Doç.Dr.Barlas SÜLÜ başkanlığında toplanarak aşağıdaki kararı almıştır.

KARAR 07

Yrd.Doç.Dr.Nihal BOSTANCI DAŞTAN'ın "Ortaokul Öğrencilerinde İnternet ve Dijital Oyun Bağımlılığının Psikolojik Sağlık ve Saldırganlıkla İlişkisi" adlı çalışması.

Yukarıda belirtilen çalışmanın Kafkas Üniversitesi Tıp Fakültesi Etik Kurul Yönergesine uygun olduğuna karar verildi.

Etik Kurul Başkanı	Doç.Dr.Barlas SÜLÜ	
---------------------------	---------------------------	--

Başkan Yardımcısı Yrd.Doç.Dr.Damla ÇETİN		Raportör Üye Yrd.Doç.Dr.Turgut ANUK	
Üye Yrd.Doç.Dr.Nazan ARDIÇ	(İzinli)	Üye Yrd.Doç.Dr.Binali ÇATAK	
Üye Yrd.Doç.Dr.Halil İbrahim ERDOĞDU	(İzinli)	Üye Yrd.Doç.Dr.Serhat TUNÇ	(Katılmadı)
Üye Avukat Emine TUNA	(İzinli)	Üye Ümit Can GÜRBOĞA	

EK 7

KARS MİLLİ EĞİTİM MÜDÜRLÜĞÜ ARAŞTIRMA ONAY YAZISI



T.C.
KAFKAS ÜNİVERSİTESİ REKTÖRLÜĞÜ
Öğrenci İşleri Daire Başkanlığı

Sayı : 10829923-030.99-E.20436
Konu : Tez Çalışması

17/08/2017

SAĞLIK BİLİMLERİ FAKÜLTESİ DEKANLIĞINA

Üniversitemiz Sağlık Bilimleri Fakültesi Anabilim Dalı öğretim üyesi Yrd. Doç. Dr. Nihal BOSTANCI DAŞTAN'ın danışmanlığındaki yüksek lisans öğrencisi Berna AKTAŞ'ın tez çalışmasına ilişkin Kars Valiliği İl Millî Eğitim Müdürlüğü'nün 11.08.2017 tarih ve E.12114279 sayılı yazısı ekte gönderilmiştir.

Bilgilerinizi ve gereğini rica ederim.

e-İmzalıdır

Prof. Dr. Selçuk URAL
Rektör Yardımcısı

Ek : Yazı Örneği (8 Sayfa)



Kafkas Üniversitesi Rektörlüğü Turan Çelik Caddesi Merkez/KARS
Telefon: (474) 225 11 50 Faks: (474) 225 11 61 E-Posta: info@kafkas.edu.tr
www.kafkas.edu.tr

Ayrıntılı Bilgi İçin: Hanife BAKIR
Tel: E-Posta:

Bu belge 5070 sayılı e-İmza Kanununa göre Prof. Dr. Selçuk URAL tarafından 17.08.2017 tarihinde e-İmzalanmıştır.
Evrakınızı <http://194.27.41.38/E-Imza/Default.aspx> linkinden 09374526X7 kodu ile doğrulayabilirsiniz



T.C.
KARS VALİLİĞİ
İl Millî Eğitim Müdürlüğü

Sayı : 91782061-604.01.01-E.12109204
Konu: Tez Çalışması

10/08/2017

VALİLİK MAKAMINA
KARS

Kafkas Üniversitesi Sağlık Bilimleri Fakültesi Hemşirelik Anabilim Dalı Öğretim Üyesi Yrd.Doç.Dr.Nihal BOSTANCI DAŞTAN'ın danışmanlığındaki yüksek lisans öğrencisi Berna AKTAŞ'ın "Ortaokul Öğrencilerinde İnternet ve Dijital Oyun Bağımlılığı Psikolojik Sağlık ve Saldırganlıkla İlişkisi" konulu tez çalışması İlimiz merkez ilçedeki ortaokullarda öğrenim gören öğrencilere uygulanması Kafkas Üniversitesi Öğrenci İşleri Daire Başkanlığı'nın 27/07/2017 tarihli ve 18735 sayılı yazılarında belirtilmektedir.

Yüksek Lisans tez çalışması ile ilgili anket ve ölçekler Milli Eğitim Bakanlığı'nın "Araştırma, Yarışma ve Sosyal Etkinlik İzinleri" konulu 2012/13 nolu Genelgesi gereğince oluşturulan komisyon tarafından incelenmiş olup, eğitim öğretimi aksatmadan okul yönetiminin gözetiminde gönüllülük esasına dayalı olarak 2017-2018 eğitim öğretim yılında İlimiz merkez ilçedeki ortaokul öğrencilerine uygulanması ve sonucunun CD ortamında Müdürlüğümüz Strateji Geliştirme Şubesine teslim edilmesi Müdürlüğümüzce uygun görülmektedir.

Makamlarınızca da uygun görülmesi halinde olurlarınıza arz ederim.

Osman URLUNÇ
İl Millî Eğitim Müdür V.

OLUR
10/08/2017

Mehmet Halis AYDIN
Vali a.
Vali Yardımcısı

Ortakapı Mah. Hükümet Konagi 36100/KARS
Elektronik Ağ: <http://kars.meb.gov.tr>
e-posta: Stratejigelistimc36@meb.gov.tr

Ayrıntılı bilgi için: A. ALP Bilgisayar İşletmeni
Tel: (0 474) 2128226(146)
Faks: (0 474) 2128229

Bu belge SİZE sayılı e-İmza Kanununa göre PROF. DR. SELUK URAL tarafından 17/08/2017 tarihinde e-İmza ile onaylanmıştır.
Bu belge güvenli ortamda imzalanmıştır. <http://evraksorgu.meb.gov.tr> adresinden 2F70-258d-37ac-8184-3626 kodu ile teyit edilebilir.

EK 8



ÖLÇEK İZİN YAZIŞMALARI

Berna Aktaş <brnaktas57@gmail.com> 22 Eki 2017 21:53 ☆ ↶ ⋮
Alıcı: ben ▾

----- Yönlendirilen ileti -----
Gönderen: "Berna Aktaş" <brnaktas57@gmail.com>
Tarih: 11 Eki 2017 11:28
Konu: Re: Ölçek Kullanım İzni
Alıcı: "Aylin YALÇIN" <ayalcin@nku.edu.tr>
Cc:

Selamlarınızı iletirim hocam çok teşekkür ederim. Kolay gelsin.

11 Eki 2017 10:20 tarihinde "Aylin YALÇIN" <ayalcin@nku.edu.tr> yazdı:
Sayın Berna;
Nihal hoca benim de lisans döneminde hem hocam, hem de danışmanımdı. Adımı görünce bile çok mutlu oldum. Çok şanslısın. Hocama çok selamlar.
Ölçeği kullanmanızdan memnuniyet duyar çalışmanızda kolaylıklar dilerim.

Yrd.Doç.Dr. Aylin YALÇIN IRMAK

Namık Kemal Üniversitesi
Sağlık Yüksekokulu Hemşirelik Bölümü

6 Ekim 2017 14:50 tarihinde Berna Aktaş <brnaktas57@gmail.com> yazdı:
Merhaba Hocam, ben Kafkas Üniversitesi Sağlık Bilimleri Enstitüsü Hemşirelik Anabilim Dalı yüksek lisans öğrencilerinden Berna AKTAŞ. Yrd. Doç. Dr. Nihal BOSTANCI DASTAN danışmanlığında yapacağım "Ortaokul Öğrencilerinde İnternet ve Dijital Oyun Bağımlılığının Psikolojik Sağlıkla ve Saldırganlıkla İlişkisi" başlıklı yüksek lisans tez çalışmamızda GEÇERLİK-GÜVENİRLİK çalışmasını sizin yaptığınız **Dijital Oyun Bağımlılığı Ölçeğini** kullanabilmemiz için sizden izin ve ölçek değerlendirmesini istiyoruz. İlgi ve desteğiniz için şimdiden çok teşekkür ederim, çalışmalarınızda kolaylıklar dilerim. İyi günler hocam.

BERNA AKTAŞ <bnaktas57@gmail.com>

Alıcı: ben +

----- Yönlendirilen İletil -----

Gönderen: "Berna Aktaş" <bnaktas57@gmail.com>

Tarih: 11 Eki 2017 11:26

Konu: Re: Ölçek Kullanım İzn

Alıcı: "Fatih Bayraktar" <fatih.bayraktar@emu.edu.tr>

Cc:

Tekrar teşekkür ederim hocam. Kolay gelsin.

10 Eki 2017 13:12 tarihinde "Fatih Bayraktar" <fatih.bayraktar@emu.edu.tr> yazdı:

Merhaba Berna,

Türkçeye uyarlanmış olduğum İnternet Bağımlılığı Ölçeği'ni çalışmada gönül rahatlığıyla kullanabilirsiniz. Puanlamayla ilgili detayları ekte gönderdiğim tezde görebilirsiniz. Başarılar dilerim.

Doç. Dr. Fatih Bayraktar

Doğu Akdeniz Üniversitesi

Fen-Edebiyat Fakültesi

Psikoloji Bölümü

Mağusa/Kuzey Kıbrıs

From: Berna Aktaş <bnaktas57@gmail.com>

Sent: Friday, October 6, 2017 12:30:32 PM

To: Fatih Bayraktar

Subject: Ölçek Kullanım İzn

Merhaba Hocam, ben Kafkas Üniversitesi Sağlık Bilimleri Enstitüsü Hemşirelik Anabilim Dalı yüksek lisans öğrencilerinden Berna AKTAŞ, Yrd. Doç. Dr. Nihal BOSTANCI DAŞTAN danışmanlığında yapacağım "Ortaokul Öğrencilerinde İnternet ve Dijital Oyun Bağımlılığının Psikolojik Sağlamlık ve Saldırganlık İlişkisi" başlıklı yüksek lisans tez çalışmamızda GEÇERLİK-GÜVENİRLİK çalışmasını sizin yaptığımız İnternet Bağımlılığı Ölçeğini kullanabilmem için sizden izin ve ölçek değerlendirmesini istiyoruz. İlgili ve desteğiniz için şimdiden çok teşekkür ederim, çalışmalarınızda kolaylıklar dilerim. İyi günler hocam.

Fwd: Re: Ölçek Kullanım İzni ▶ Berna AKTAŞ x

22 Eki 2017 Paz 21:53 ☆

Berna Aktaş <brnaktas57@gmail.com>

Alıcı: ben ▾

----- Yönlendirilen ileti -----

Gönderen: "Andaç Demirtaş Madran" <demirtasmadran@gmail.com>

Tarih: 22 Eki 2017 19:51

Konu: Re: Ölçek Kullanım İzni

Alıcı: "Berna Aktaş" <brnaktas57@gmail.com>

Cc:

Sayın Aktaş,


Uyarılama çalışmasını gerçekleştirmiş olduğum Buss-Perry Saldırganlık Ölçeği'ni çalışmanızda kullanmanız uygundur. Başarılar dilerim...

Doç. Dr. Andaç Demirtaş Madran
Başkent Üniversitesi İletişim Fakültesi
Bağlıca Kampusu 06810
Etimesgut/Ankara


6 Ekim 2017 14:01 tarihinde Berna Aktaş <brnaktas57@gmail.com> yazdı:


- > Merhaba Hocam, ben Kafkas Üniversitesi Sağlık Bilimleri Enstitüsü Hemşirelik
- > Anabilim Dalı yüksek lisans öğrencilerinden Berna AKTAŞ, Yrd. Doç. Dr. Nihal
- > BOSTANCI DAŞTAN danışmanlığında yapacağım "Ortaokul Öğrencilerinde İnternet
- > ve Dijital Oyun Bağımlılığının Psikolojik Sağlamlılık ve Saldırganlıkta
- > ilişkisi " başlıklı yüksek lisans tez çalışmamızda GEÇERLİK-GÜVENİRLİK
- > çalışmasını sizin yaptığınız Buss- Perry Saldırganlık Ölçeği'ni (BPSÖ)
- > kullanabilmemiz için sizden izin ve ölçek değerlendirmesini istiyoruz. İlgili
- > ve desteğiniz için şimdiden çok teşekkür ederim, çalışmalarınızda
- > kolaylıklar dilerim. İyi günler hocam.

tezin

 **Berna Aktaş** <brnaktas57@gmail.com> 15 Oca 2018 17:50 ☆ ↶
Alici: tayfun.dogan ▾

Merhaba Hocam, ben Kafkas Üniversitesi Sağlık Bilimleri Enstitüsü Hemşirelik Anabilim Dalı yüksek lisans öğrencilerinden Berna AKTAŞ. Yrd. Doç. Dr. Nihal BOSTANCI DAŞTAN danışmanlığında yapacağım " **Ortaokul Öğrencilerinde İnternet ve Dijital Oyun Bağımlılığının Psikolojik Sağlık ve Saldırganlıkla İlişkisi** " başlıklı yüksek lisans tez çalışmamızda GEÇERLİK-GÜVENİRLİK çalışmasını sizin yaptığınız **Kısa Psikolojik Sağlık Ölçeğini(KPSÖ)** kullanabilmemiz için sizden izin ve ölçek değerlendirmesini istiyoruz. İlgi ve desteğiniz için şimdiden çok teşekkür ederim, çalışmalarınızda kolaylıklar dilerim. İyi günler hocam.

 Virüs bulunmuyor. www.avast.com

 **Doç. Dr. Tayfun Doğan** <tayfun.dogan@uskudar.edu.tr> 15 Oca 2018 21:04 ☆ ↶
Alici: ben ▾

Merhaba Berna Hanım,

Ölçeği kullanabilirsiniz. Ölçeğe kişisel web sitemden ulaşabilirsiniz.

Tayfun Doğan
www.tayfundogan.net

9. ÖZGEÇMİŞ

- 1. Adı Soyadı** : Berna AKTAŞ
2. Doğum Tarihi : 06.08.1994
3. Doğum Yeri : Kars
4. Unvanı : Araştırma Görevlisi
5. Öğrenim Durumu : Lisans

Derece	Üniversite	Alanı	Yılı
Lise	Kars Alpaslan Lisesi	-	2008-2012
Lisans	Kafkas Üniversitesi	Hemşirelik	2012-2016
Yüksek Lisans	Kafkas Üniversitesi	Hemşirelik Anabilim Dalı	2016- Devam Ediyor

6. Akademik Unvanlar

Arş. Gör: Kafkas Üniversitesi Sağlık Bilimleri Fakültesi 2018- Devam Ediyor

7. İletişim Bilgileri:

E mail: brnaktas57@gmail.com

