



Hacettepe Üniversitesi Sosyal Bilimler Enstitüsü
Eğitim Bilimleri Anabilim Dalı
Psikolojik Danışma ve Rehberlik Bilim Dalı

LİSE ÖĞRENCİLERİNDE İNTERNET BAĞIMLILIĞI VE ÖZNEL İYİ OLUŞ

Sümeyye DERİN

Yüksek Lisans Tezi

Ankara, 2013

LİSE ÖĞRENCİLERİNDE İNTERNET BAĞIMLILIĞI VE ÖZNEL İYİ OLUŞ

Sümeyye DERİN

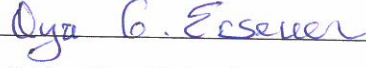
Hacettepe Üniversitesi Sosyal Bilimler Enstitüsü
Eğitim Bilimleri Anabilim Dalı
Psikolojik Danışma ve Rehberlik Bilim Dalı

Yüksek Lisans Tezi

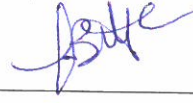
Ankara, 2013

KABUL VE ONAY

Sümeyye DERİN tarafından hazırlanan “Lise Öğrencilerinde İnternet Bağımlılığı ve Öznel İyi Oluş” başlıklı bu çalışma, 18.06.2013 tarihinde yapılan savunma sınavı sonucunda başarılı bulunarak jürimiz tarafından yüksek lisans tezi olarak kabul edilmiştir.



Prof. Dr. Oya Güendam ERSEVER (Başkan)



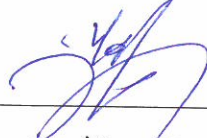
Doç. Dr. Filiz BİLGE (Danışman)



Prof. Dr. Nilüfer VOLTAN ACAR



Prof. Dr. Mehmet GÜVEN



Yrd. Doç. Dr. İlhan YALÇIN

Yukarıdaki imzaların adı geçen öğretim üyelerine ait olduğunu onaylıyorum.

Prof. Dr. Yusuf ÇELİK

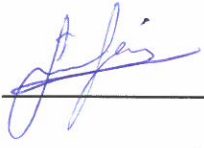
Enstitü Müdürü

BİLDİRİM

Hazırladığım tezin tamamen kendi çalışmam olduğunu ve her alıntıya kaynak gösterdiğimi taahhüt eder, tezimin kağıt ve elektronik kopyalarının Hacettepe Üniversitesi Sosyal Bilimler Enstitüsü arşivlerinde aşağıda belirttiğim koşullarda saklanmasına izin verdiğimi onaylarım:

- Tezimin tamamı her yerden erişime açılabilir.
- Tezim sadece Hacettepe Üniversitesi yerleşkelerinden erişime açılabilir.
- Tezimin 2 yıl süreyle erişime açılmasını istemiyorum. Bu sürenin sonunda uzatma için başvuruda bulunmadığım takdirde, tezimin tamamı her yerden erişime açılabilir.

18.06.2013



Sümeyye DERİN

*Hayatımdaki en kıymetlim
Annem ve Babama...*

TEŞEKKÜR

Hem akademik yönüyle, hem de hayata pozitif ve gerçekçi bakışıyla model aldığım; çalışmamın her aşamasında, noktadan virgüle her ayrıntısında emeğinin izleri olan; zamanını bana ayırmaktan hiçbir zaman geri durmayan; tez çalışmama yönelik ilgisi, titizliği ve verdiği geribildirimler sonrasında her defasında “iyi ki tez danışmanım” dediğim; ancak sadece “tez danışmanım” kavramıyla tanımlamaya yetiremediğim; çalışmamdan sonra da hayatımdaki “en”ler listesinde yer alacak olan Doç Dr. Filiz Bilge’ye içten teşekkürler.

Lisans eğitimimde kendilerini şahsından ziyade kitaplarıyla tanıdığım, kendilerinden bizzat ders almak istediğim ve aldığım için gurur duyduğum Prof. Dr. Nilüfer Voltan Acar ve Prof. Dr. Fidan Korkut-Owen’a, yine bilgi ve tecrübelerinden istifade ettiğim Prof. Dr. Oya G. Ersever, Prof. Dr. İbrahim Yıldırım ve Prof. Dr. Tuncay Ergene’ye teşekkürler.

Eleştiri ve önerileri ile tezime katkıda bulunan değerli hocalarım, Prof. Dr. Mehmet Güven’e ve Yrd. Doç. Dr. İlhan Yalçın’a teşekkürler.

İstatistiksel analizlerimde desteğini esirgemeyen, değerli bilgi ve görüşlerini benimle paylaşan Doç. Dr. Nuri Doğan’a teşekkürler.

Yüksek Lisans eğitimine karar verdiğim zaman bana yol gösteren, vizyonumu genişletmemi sağlayan, Psikolojik Danışma ve Rehberlik alanında beni ilk olarak donatan, emeklerini unutamayacağım Çukurova Üniversitesi PDR anabilim dalındaki hocalarım olan; Prof. Dr. Banu İnanç, Prof. Dr. S. Sonay Güçray, Prof. Dr. Ragıp Özyürek, Prof. Dr. Turan Akbaş, Doç. Dr. Meral Atıcı ve Yrd. Doç. Dr. Mehmet Bilgin’e teşekkürler.

Çalışma azmimi, sebatımı onun genlerinden aldığımı inandığım, ne zaman yorulduğumu hissetsem, sırtımı yaslayıp dinlenebileceğimi bildiğim ulu bir çınar, en stresli olduğum zamanlarda bana motivasyon, öğrenme isteği ve mutluluk aşılayarak

küllerimden yeniden doğmamı sağlayan, her istediğimde yanımda bulabildiğim tek insan olan bir tanecik anneme gönülden teşekkürler.

Lisansüstü eğitimime ilişkin ufku henüz üniversite birinci sınıftayken açan, bunun için maddi manevi desteğini hiç esirgemeyen, mükemmeliyetçi kimliğini bana miras bırakan ve bu sebeple yaptığım birçok çalışmadaki başarımda onun gölgesinin olduğunu bildiğim canım babama sonsuz teşekkürler.

Tez düzeltmelerimde bana yardımını hiç esirgemeyen canım kardeşim Nuray'a içten teşekkürler. Ayrıca çevirilerde bana desteklerini esirgemeyen kardeşim Habibe'ye ve Şafak Öztürk'e teşekkürler.

Çalışmalarım sırasında ne zaman “direnç” göstersem, işlerimi ertelemeye başladığımı fark etsem telefona sarılıp mutlaka konuşma ihtiyacı duyduğum, akademik yönüyle de bana hep örnek teşkil eden, psikolojik danışma becerisi olan bir dostun ayrıcalığını her daim hissettiğim, lisans eğitimim sırasında yurttan aynı katı paylaştığım, daha sonra benzer mekânları paylaşmasak da gönüllerimizin bir olduğuna inandığım sevgili dostum Ruşen Yüksel'e teşekkürler.

Yüksek Lisans sürecinde Ankara'ya her geldiğimde bana hem gönlünü hem de evini açan, varlığıyla bana hep güç ve destek veren, onları tanımamış olsaydım hayatımda bir şeylerin eksik kalacağına inandığım çok değerli Kadriye Kılıç ve Ertuğrul Kılıç'a candan teşekkürler.

Bana yüksek lisans eğitiminde hiçbir engel çıkarmayan, aksine çalışmalarımı her zaman destekleyen okul idarecilerime, kimi zaman manevi destekleriyle, kimi zaman akademik bilgileriyle beni yalnız bırakmayan, bana destek olan tüm arkadaşlarıma ve yakınlarıma teşekkürler.

ÖZET

DERİN, Sümeyye. Lise Öğrencilerinde İnternet Bağımlılığı ve Öznel İyi Oluş, Yüksek Lisans Tezi, Ankara, 2013

Bu araştırma, lise öğrencilerinde internet bağımlılığı ile öznel iyi oluş ve bazı bireysel değişkenler arasındaki ilişkileri incelemek amacıyla yapılan betimsel bir çalışmadır. Araştırma grubunu 2011–2012 öğretim yılı bahar döneminde Manisa merkez ilçesinde bulunan Genel Lise, Fen, Anadolu ve Meslek Liselerinin 9., 10., 11. ve 12. sınıflarında öğrenim gören 794 (335 erkek, 459 kız) öğrenci oluşturmuştur. Araştırmada internet bağımlılık düzeyini belirlemek için İnternet Bağımlılık Ölçeği (İBÖ) ve öznel iyi oluş düzeyini belirlemek amacıyla Ergen Öznel İyi Oluş Ölçeği (EÖİÖÖ) kullanılmıştır. Öğrencilerin niteliklerine ilişkin veriler araştırmacı tarafından geliştirilen Kişisel Bilgi Formu (KBF) ile toplanmıştır.

Bireysel değişkenler, internet kullanım tarzları ve öznel iyi oluş alt ölçek puanlarının lise öğrencilerinde internet bağımlılığını yordama düzeyini incelemek amacıyla lojistik regresyon tekniği kullanılmıştır. Analizlerde SPSS (Sosyal Bilimler İçin İstatistik Paket Programı) 15.0'dan yararlanılmıştır.

Araştırmada, kız öğrencilere göre erkek öğrencilerin; başarılı olan öğrencilere göre orta düzeyde başarılı olan ve başarısız olan öğrencilerin; gelecek beklentisi olumlu olan öğrencilere göre olumsuz olan öğrencilerin internet bağımlılık puanlarının daha yüksek olduğu sonucuna ulaşılmıştır. İnternete genellikle kafeden ve telefonda bağlananların, genellikle evden ve diğer yerlerden bağlananlara göre; kullanım amacı açısından daha çok oyun, sosyal medya ve diğer amaçlarla bağlananların daha çok ödev, film, müzik vb. için bağlananlara göre internet bağımlılığı olasılıklarının arttığı bulunmuştur. Araştırmada elde edilen diğer bulgulara göre, internet kullanım süresi açısından, internete üç-beş saat, altı saat veya daha çok bağlanan öğrencilerin sıfır-iki saat bağlananlara göre, internet bağımlılığı olasılıklarının arttığı; öğrencilerin internet kullanım sıklığı azaldıkça, internete bağımlı olma olasılıklarının da azaldığı görülmüştür. Öznel iyi oluş alt ölçeklerine ait değişkenlerden, önemli diğerleri ile

ilişkide doyum ve olumlu duygular artıkça internet bağımlılık olasılığının azaldığı, yaşam doyumunu artıkça internet bağımlılık olasılığının arttığı sonucuna ulaşılmıştır. Aile ilişkilerinde doyumun ise, internet bağımlılığı üzerinde önemli bir etkisinin olmadığı belirlenmiştir.

Araştırma, bulguları alanyazın ışığında tartışılmış ve yorumlanmıştır. Bundan yola çıkılarak psikolojik danışmanlara ve araştırmacılara önerilerde bulunulmuştur.

Anahtar Sözcükler

İnternet Bağımlılığı, Öznel İyi Oluş, Lise Öğrencileri

ABSTRACT

DERİN, Sümeyye. High School Students' Internet Addiction and Subjective Well-Being, Master Thesis, Ankara, 2013

This is a descriptive study conducted with the aim of examining the relationships between variables of internet addiction among high school students and some of the individual variables and subjective well-being. The study group consists of 794 (335 male, 459 female) students attending to 9th, 10th, 11th and twelfth grade General, Science, Anatolia and Vocational High Schools in the spring semester of the 2011-2012 academic year in the district of the city of Manisa. Internet Addiction Scale (IAS) was used to determine the level of internet addiction and Adolescents' Subjective Well-Being Scale (ASWS) utilized to determine the level of subjective well-being. The data about student characteristics were gathered by using the Personal Information Form (PIF) developed by the researcher.

The logistic regression technique was used to examine predictive value of individual variables, internet usage styles and subjective well-being subscale scores on high school students' internet addiction level. SPSS (Statistical Package for the Social Sciences Program) 15.0 was used data analysis.

In this study; the results showed that male students than female, moderately successful students and students who fail than successful ones, students having negative expectations for the future than having positive expectations had high internet addiction scores. Internet addiction was found to be more likely to those students connecting to the internet at cafes or via their own mobile phones than those connecting to the internet at their homes or the other places and also those using the net especially for games and social media than for homework, movie, music etc. According to findings from other; in terms of internet usage time, it was determined that students connected to the internet for three, five, six or more hours were more likely to become addicted to the internet than connected for between zero and two hours. In other words, the more decreases on the frequency of internet usage is the more decreases for the possibility of internet

addiction. It was concluded that from the variables belonging to subscales of subjective well being, the more relationship satisfaction and positive emotions was the less the possibility of internet addiction and the more satisfaction with life was the more the possibility of internet addiction. It was determined that family relationship satisfaction had no important effect on internet addiction.

The findings of the study were discussed in relation to the literature and interpreted. Based on these, recommendations were made to psychological counselors and researchers.

Key Words

Internet Addiction, Subjective Well-Being, High School Students

İÇİNDEKİLER

KABUL VE ONAY	i
BİLDİRİM	ii
ADAMA	iii
TEŞEKKÜR	iv
ÖZET	vi
ABSTRACT	viii
İÇİNDEKİLER	x
TABLolar LİSTESİ	xv
BÖLÜM I	1
GİRİŞ	1
1.1.PROBLEM	5
1.1.1. Alt Problemler.....	5
1.2.SAYILTIAR	6
1.3.SINIRLILIKLAR	6
1.4.TANIMLAR	7
1.5.ARAŞTIRMANIN GEREKÇESİ VE ÖNEMİ	8
BÖLÜM II	12
KURAMSAL ÇERÇEVE VE İLGİLİ ARAŞTIRMALAR	12
2.1. KURAMSAL ÇERÇEVE	12
2.1.1. İNTERNET BAĞIMLILIĞI İLE İLGİLİ KURAMSAL ÇERÇEVE....	12
2.1.1.1. Bağımlılık.....	12
2.1.1.2. Bağımlılık Türleri.....	15
2.1.1.3. İnternet ve İnternetin Kullanım Amaçları.....	16

2.1.1.4. İnternet ve Ergen.....	19
2.1.1.5. İnternet Bağımlılığı.....	22
2.1.1.6. İnternet Bağımlılığı Alt Grupları.....	26
2.1.1.6.1. Young'un İnternet Bağımlılığı Sınıflandırması	27
2.1.1.6.2. Özgül Patolojik (Sorunlu) İnternet Kullanımı (ÖPİK).....	27
2.1.1.6.3. Genel Patolojik (Sorunlu) İnternet Kullanımı (GPİK).....	28
2.1.1.7. İnternet Bağımlılığının Belirtileri ve Etkileri.....	28
2.1.1.8. İnternet Bağımlılığının Evreleri.....	31
2.1.1.9. İnternet Bağımlılığının Nedenleri.....	34
2.1.1.10 İnternet Bağımlılığının Yaygınlığı.....	39
2.1.2. ÖZNEL İYİ OLUŞ İLE İLGİLİ KURAMSAL ÇERÇEVE.....	42
2.1.2.1. Öznel İyi Oluş.....	42
2.1.2.2. Öznel İyi Oluşa Yönelik Yaklaşımlar.....	45
2.2. İLGİLİ ARAŞTIRMALAR.....	48
2.2.1. İnternet Bağımlılığı İle ilgili Araştırmalar.....	48
2.2.1.1. Lise Öğrencilerinde İnternet Bağımlılığı İle ilgili Araştırmalar....	48
2.2.1.2. Üniversite Öğrencilerinde İnternet Bağımlılığı İle ilgili Araştırmalar.....	53
2.2.2. Öznel İyi Oluş İle İlgili Araştırmalar.....	55
2.2.2.1. Lise Öğrencilerinde Öznel İyi Oluş İle İlgili Araştırmalar.....	55
2.2.2.2. Üniversite Öğrencilerinde Öznel İyi Oluş İle İlgili Araştırmalar.....	59
2.2.3. İnternet Bağımlılığı ve Öznel İyi Oluş İlişkisiyle İlgili Araştırmalar.....	61
BÖLÜM III.....	64
YÖNTEM.....	64

3.1. ARAŞTIRMAYA KATILAN BİREYLER.....	64
3.2. VERİ TOPLAMA ARAÇLARI.....	65
3.2.1. İnternet Bağımlılık Ölçeği (İBÖ)	66
3.2.1.1. İnternet Bağımlılık Ölçeği'nin Güvenilirlik Çalışmaları.....	66
3.2.2.2. İnternet Bağımlılık Ölçeği'nin Geçerlilik Çalışmaları.....	67
3.2.2. Ergen Öznel İyi Oluş Ölçeği (EÖİÖÖ).....	67
3.2.2.1. Ergen Öznel İyi Oluş Ölçeği'nin Güvenilirlik Çalışmaları.....	68
3.2.2.2. Ergen Öznel İyi Oluş Ölçeği'nin Geçerlilik Çalışmaları.....	68
3.2.3. Gönüllü Katılım Formu-Kişisel Bilgi Formu (KBF).....	69
3.3. İŞLEM YOLU.....	70
3.4. VERİLERİN ANALİZİ.....	70
BÖLÜM IV.....	75
BULGULAR.....	75
4.1. “Lise öğrencilerinin bireysel özellikleri (cinsiyet, sınıf düzeyi, okul türü, akademik başarı düzeyi ve gelecek beklentisi) internete bağımlı olup olmadıklarını ne düzeyde yordamaktadır?” Alt Problemine İlişkin Bulgular.....	75
4.2. “Öğrencilerin internet kullanım tarzına ilişkin değişkenler (kendine ait bilgisayarının olup olmaması, internete nereden bağlandığı, interneti kullanım amacı, internette bağlı kalınan süre ve interneti kullanım sıklığı) internete bağımlı olup olmadıklarını ne düzeyde yordamaktadır?” Alt Problemine İlişkin Bulgular.....	79
4.3. “Lise öğrencilerinin öznel iyi oluş alt test puanları (aile ilişkilerinde doyum, önemli diğerleri ile ilişkilerde doyum, yaşam doyum ve olumlu duygular) internete bağımlı olup olmadıklarını ne düzeyde yordamaktadır?” Alt Problemine İlişkin Bulgular.....	85

BÖLÜM V	88
TARTIŞMA VE YORUM	88
5.1. “Lise öğrencilerinin bireysel özellikleri (cinsiyet, sınıf düzeyi, okul türü, akademik başarı düzeyi ve gelecek beklentisi) internete bağımlı olup olmadıklarını ne düzeyde yordamaktadır?” Alt Problemine İlişkin Bulguların Tartışılması ve Yorumlanması.....	88
5.2. “Öğrencilerin internet kullanım tarzına ilişkin değişkenler (kendine ait bilgisayarının olup olmaması, internete nereden bağlandığı, interneti kullanım amacı, internette bağlı kalınan süre ve interneti kullanım sıklığı) internete bağımlı olup olmadıklarını ne düzeyde yordamaktadır?” Alt Problemine İlişkin Bulguların Tartışılması ve Yorumlanması	93
5.3. “Lise öğrencilerinin öznel iyi oluş alt test puanları (aile ilişkilerinde doyum, önemli diğerleri ile ilişkilerde doyum, yaşam doyumunu ve olumlu duygular) internete bağımlı olup olmadıklarını ne düzeyde yordamaktadır?” Alt Problemine İlişkin Bulguların Tartışılması ve Yorumlanması.....	103
BÖLÜM VI	107
VARGI VE ÖNERİLER	107
6.1. VARGI.....	107
6.2. ÖNERİLER.....	109
KAYNAKÇA	111
EKLER	127
EK 1. İNTERNET BAĞIMLILIK ÖLÇEĞİ	128
EK 2. ERGEN ÖZNEL İYİ OLUŞ ÖLÇEĞİ	129
EK 3. GÖNÜLLÜ KATILIM FORMU	130
EK 4. KİŞİSEL BİLGİ FORMU	131

EK 5. ÖLÇEK UYGULAMA PLANI.....	132
ÖZGEÇMİŞ.....	133

TABLOLAR LİSTESİ

Tablo 1. İnternet Bağımlılığının Etkileri.....	30
Tablo 2. Türkiye’de 2008–2012 Yılları Arasında Öğrencilerde İnternet Bağımlılığı Yaygınlık Oranları.....	41
Tablo 3. Araştırma Grubuna İlişkin Frekans Analizi.....	65
Tablo 4. Öznel İyi Oluş ve İnternet Bağımlılığına İlişkin Betimsel İstatistikler....	71
Tablo 5. Bireysel Değişkenler ve İnternet Kullanım Tarzına İlişkin Değişkenler Kukla Değişkene Dönüştürüldükten Sonraki Kodlar.....	73
Tablo 6. Öğrencilerin Bireysel Özelliklerine Göre İnternet Bağımlılık Ölçeği Puanlarına İlişkin Betimsel İstatistikler.....	76
Tablo 7. Bireysel Değişkenlerin İnternet Bağımlılığını Yordama Düzeyini Belirlemeye Yönelik Yapılan Lojistik Regresyon Analizi Sonuçları.....	77
Tablo 8. Bireysel Değişkenlerle Kurulan Regresyon Denkleminden Kestirilen ve Gözlenen İnternet Bağımlılığına İlişkin Sınıflamaların Uyum Yüzdeleri.....	79
Tablo 9. Öğrencilerin İnternet Kullanım Tarzlarına Göre İnternet Bağımlılık Ölçeği Test Puanlarına İlişkin Betimsel İstatistikler.....	80
Tablo 10. İnternet Kullanım Tarzına İlişkin Değişkenlerin İnternet Bağımlılığını Yordama Düzeyini Belirlemeye Yönelik Yapılan Lojistik Regresyon Analizi Sonuçları.....	82

Tablo 11. İnternet Kullanma Tarzı Kapsamındaki Değişkenlerle Kurulan Regresyon Denkleminde Kestirilen ve Gözlenen İnternet Bağımlılığına İlişkin Sınıflamaların Uyum Yüzdeleri.....	84
Tablo 12. Özel İyi Oluş Alt Test Puanlarının İnternet Bağımlılığını Yordama Düzeyini Belirlemeye Yönelik Yapılan Lojistik Regresyon Analizi Sonuçları.....	85
Tablo 13. Öğrencilerin Özel İyi Oluş Alt Test İçin Kurulan Regresyon Denkleminde Kestirilen ve Gözlenen İnternet Bağımlılığına İlişkin Sınıflamaların Uyum Yüzdeleri.....	87

BÖLÜM I

GİRİŞ

Bilişim teknolojilerinin bütün dünyada hızlı bir şekilde gelişmesiyle birlikte internet, teknolojiye hayatımızın vazgeçilmez bir parçası olmuştur. İnternetin, çok kısa sürede milyonlarca insana ulaşması dolayısı ile farklı kültürlerden, farklı yaş ve eğitim düzeylerinden birçok bireyi etkilemektedir.

Geniş kitleleri etkileyen İnternet bir bilgi teknolojisi sistemidir. İnsanların her geçen gün gittikçe artan “üretilen bilgiyi saklama, paylaşım, hızlı ve kolayca ulaşma” istekleri sonrasında ortaya çıkmış bir teknolojidir (Tarcan, 2005). Ögel (2012) bu teknolojinin gelişmesiyle yeni bir çağdan söz etmektedir. Ona göre bir hareketin ya da çağın başlaması için başlangıç aldığı bir nokta olmalıdır. Sanal çağın başlangıcı ise bilgisayarın bulunmasından sonra internetin yaygınlaşmasıdır. Diğer teknolojilerin de insan hayatını etkilemesine rağmen internet tüm toplumsal yapıyı değiştirmiştir. “Sanalizm” adı verilebilecek bir çağ, “sanalist” adı verilebilecek takipçileri ve onların bir yaşam tarzı oluşmuştur. Kısacası internet, insanlığın gelişim sürecinin geldiği noktadır. Bu noktadan öncesi olduğu gibi sonrası da olur (Ögel, 2012).

İnternet başta insanlar arası iletişim olmak üzere sağladığı olanaklar ile yeni bir takım dönüşümlere yol açmıştır. Bunlar büyük oranda insanlık yararına olmakla birlikte her zaman olumlu yönde sonuçlar doğurmamaktadır (Gökçearslan ve Günbatar, 2012; Muslu Karayağız ve Bolışık, 2009). Dolayısıyla, yeni bir çağın başlangıcı sayılabilecek ve hayatın vazgeçilmezi haline gelen internet, farklı riskler içermekte ve kullanıcıların hayatını zorlaştırmaktadır. Bunun doğal sonucu olarak yeni gelişen bağımlılık türleri arasına internet bağımlılığı da girmiştir (Cengizhan, 2003). Christakis (2010) bu riske dikkatleri çekmek amacıyla, internet bağımlılığından 21. yüzyılın salgını olarak söz etmektedir.

İnternet kullanımının yaygınlaşması ergenleri de içine alan birçok yaştaki insanı etkilemiş ve etkilemeye devam etmektedir (Cengizhan, 2003). Özellikle gelişmiş ve

gelişmekte olan ülkelerde zamanlarının çoğunu okulda ve evde geçiren çocukların en yakın arkadaşı bilgisayarlar olmuştur (Muslu Karayağız ve Bolışık, 2009). Birçok olumlu ve olumsuz alışkanlığın edinildiği ergenlik döneminin kendine özgü özellikleri bulunmaktadır. Ergenlik dönemi, fiziksel ve duygusal süreçlerin yol açtığı, cinsel ve psikososyal olgunlaşma ile başlayan ve bireyin bağımsızlığını, kimlik duygusunu ve sosyal üretkenliğini kazandığı zaman sona eren bir dönemdir. Bu dönemde biyolojik, psikolojik ve sosyal gelişimsel değişimler gözlenmektedir (Derman, 2008).

Anderson ve Olnhausen'a (1999) göre ergenlik, fark edilebilir değişikliklerin yaşandığı, yaşam boyu sürece kavrayışların, inançların, değerlerin ve alışkanlıkların gelişimi için kritik bir dönemdir. Ergen ise bir kimlik bulmanın, değişen fizyolojik ve psikolojik özelliklere uyum sağlamanın, sağlıklı bir yaşam tarzı için çeşitli beceriler kazanmanın, aileden ayrılmanın, ahlaki kurallar ve değerler oluşturmanın, topluma katkıda bulunan bir birey olmanın ve bir meslek seçmenin gelişimsel sorumlulukları ile mücadele eden bireydir. Kelleci (2008) de benzer şekilde ergenliğin; gencin kimliğini oluşturduğu, gelecek için amaçlarını belirlediği, kendisi için kimin önemli ve değerli olduğu, başkaları ile ilişkilerinin nasıl olacağı, arkadaşlıklarını nasıl sürdüreceği ve yaşamında hangi yolu izleyeceğine ilişkin temel soruların yanıtlanmaya başlandığı karmaşık bir dönem olduğundan söz etmektedir.

Ergenlik dönemi yukarıda ifade edildiği gibi birçok değişim ve kararları içeren önemli bir dönemdir. Türkiye İstatistik Kurumu'nun (2011a) yaptığı araştırma sonuçlarına göre nüfusun yarısı 29,7 yaşından küçüktür. Bu bulgu, Türkiye'nin endüstrileşmiş ülkelere göre hala önemsenmesi gereken çocuk ve ergen, kısaca genç bir nüfusu olduğu gerçeğini gözler önüne sermektedir. Bunu destekleyen bir başka gösterge ise Milli Eğitim Bakanlığı İstatistiklerinde (2012–2013) yer alan bilgilere göre Türkiye'deki ortaöğretim kurumu sayısının toplam 10.418, lise öğrencilerinin sayısının 4.995.623 olmasıdır. Sonuç olarak ergenlik dönemi, gerek gençlerin toplam nüfus içindeki yeri gerekse kritik birçok gelişmenin yaşandığı bir süreç olması nedeniyle son derece önemlidir.

Hayatının erken dönemlerinde teknolojik aletlerle daha az muhatap olan yetişkinlerin kendini kontrol etmesi daha kolayken, gözünü açtığı andan itibaren hayatının her karesinde yakın aile bireylerinden birini gördüğü sıklıkta teknolojik aletleri gören günümüz çocuk ve ergenleri için, teknolojik aletlerle sağlıklı ilişki kurmak oldukça zordur (Dinç, 2010). Bu sebeple özellikle ergenler, içinde buldukları dönemin özelliklerinin de etkisinde kalarak internetin problemleri kullanımının yaygınlaşması açısından önemli bir risk grubunu oluşturmaktadırlar (Doğan, Işıklar ve Eroğlu, 2008). Toplumdaki yeri ve önemi nedeniyle bireysel, ailesel ve toplumsal beklentilerin yüksek olduğu ergenlik döneminde, gençler spor gibi olumlu alışkanlıkların yanı sıra bağımlılık düzeyinde zararlı alışkanlıklar edinebilmektedir. Örneğin, bireyin sigara, alkol vb. maddelerle tanışması genellikle çocukluk döneminin sonunda ya da ergenlik döneminde olmaktadır (Cengizhan, 2003).

Yukarıda belirtilen savları destekler şekilde Ögel (2012), ergenlik çağına özgü problemler ve kuşak çatışması gibi nedenlerle aileyle paylaşacak fazla bir şeyin kalmaması, arkadaşlık kurmada güçlük çekme ve içe kapanma sonucunda kendilerini yalnız hisseden ve bu yalnızlıklarını hayat içerisinde gidermekte güçlük çeken gençlerin rahat bir şekilde internete bağımlı hale geleceğine dikkat çekmektedir. Cao ve Su (2006) da ergenlerin, psikolojik olgunluğa henüz erişmemiş olmalarından dolayı internet bağımlılığı geliştirme açısından potansiyel bir risk grubu olarak değerlendirildiğini belirtmektedir.

Ergenlik döneminde genç, otonomisini kullanmak ve aileden ayrı olarak karar vermek istemekte, duygularını yönetme ve sürdürme konusunda güçlükler yaşamaktadır. Bu nedenle sanal ortamda edindiği bilgiler, yaşadığı ilişkiler gencin gerçek dünyayı öğrenmesi ve kimliğini oluşturmasında güvenliğini ve normal gelişimini olumsuz yönde etkilemektedir. Gençlerin aileden ve çevreden edineceği bilgiler ve olgunlaşmanın yerini sanal ortamda kurduğu ilişkiler almaktadır (Kelleci, 2008). Ögel (2012), internetin bir isyan ortamı olduğunu vurgulamaktadır. Yazara göre internet, sürekli bir şeyler yapmalarını söyleyen ebeveynlerine karşı gençlerin elinde güçlü bir silahtır.

Karaca (2007) ergen ve gençlerin bir alt kültür grubu olarak görülen internet gençliğini oluşturduğunu, bu kitlenin; yoğun biçimde bilgisayar ve internet kullanan, internette oyun oynayan, sohbet eden, arkadaş çevresi ile iletişim kuran, günlük yaşamında sanal ortamlara girip çıkan ve internetin, yaşamında önemli bir yere sahip olduğunu düşünen bireylerden oluştuğunu ifade etmektedir. Bu gençliğin özellikleri ise; interneti oyun ve eğlence aracı olarak görmek, kendisiyle aynı fikirde olduğunu düşündüğü kişilerle internet aracılığıyla bağlantı kurmak, sanal âlemde sohbet ihtiyacını gidermeye çalışmak, can sıkıntısından dolayı internete yönelmek, sosyokültürel etkinliklere daha az katılmak, daha çok internet arkadaşlıklarını tercih etmek ve internet aracılığıyla evrensel vatandaş olmak şeklinde sıralanmaktadır.

Yukarıdaki bilgilerden ergenlik döneminde internet ve kullanımının birçok alanda çeşitli riskler içerdiği anlaşılmaktadır. Alanyazın incelendiğinde internet bağımlılığı konusunda çok sayıda çalışma olduğu dikkat çekmektedir (Bayraktutan, 2005; DiNicola, 2004; Eltugay, 2011; Gündoğdu, 2006; Günüç, 2009; Kubey, Lavin ve Barrows, 2001; Lin ve Tsai, 2002). Bu çalışmalarda internet bağımlılığının farklı değişkenlerle ilişkisinin ele alındığı görülmektedir. Bunlardan biri de öznel iyi oluş kavramıdır.

Türkiye’deki araştırmalar incelendiğinde, internet bağımlılığı ve öznel iyi oluş arasındaki ilişkinin üniversite öğrencileri ile çalışılmış olduğu (Işıklar, Şar ve Aksöz, 2011), bunun yanı sıra lise ve üniversite öğrencilerinin algılanan esenlik halleri ve problemlerle internet kullanımının ele alındığı (Çağır ve Gürkan, 2010) görülmüştür. Buna karşın, lise öğrencilerinin öznel iyi oluşu ve internet bağımlılığı arasındaki ilişkiyi inceleyen bir araştırmaya ulaşılmamıştır.

Yukarıda verilen bilgilerden yola çıkılarak bu çalışmada lise öğrencilerinde internet bağımlılığı ile öznel iyi oluş ve bazı bireysel değişkenler arasındaki ilişkilerin incelenmesi hedeflenmiştir. Daha önce yapılan araştırma bulguları göz önünde bulundurularak ele alınan değişkenler cinsiyet, sınıf, okul türü, algılanan akademik başarı düzeyi, kendine ait bilgisayarın olup olmaması, gelecek beklentisi internete

genellikle nereden bağlanıldığı, internetin en çok hangi amaçla kullanıldığı, ne sıklıkla kullanıldığı ve internete girildiğinde geçirilen süredir.

1.1. PROBLEM

Lise öğrencilerinde öznel iyi oluş (aile ilişkilerinde doyum, diğerleri ile ilişkilerde doyum, yaşam doyum ve olumlu duygular), bireysel değişkenler (cinsiyet, sınıf, okul türü, algılanan akademik başarı düzeyi, kendine ait bilgisayarın olup olmaması, gelecek beklentisi) ve internet kullanım tarzına ilişkin değişkenler (internete genellikle nereden bağlanıldığı, internetin en çok hangi amaçla kullanıldığı, ne sıklıkla kullanıldığı, internette bağlı kalınan süre) internet bağımlılığını yordamakta mıdır?

1.1.1. Alt Problemler

Yukarıdaki temel probleme bağlı olarak araştırmada aşağıdaki alt problemlere yanıtlar aranmıştır:

1. Lise öğrencilerinin bireysel özelliklerinden;

- a) cinsiyet
 - b) sınıf düzeyi
 - c) okul türü
 - d) akademik başarı düzeyi
 - e) gelecek beklentisi
- değişkenleri internete bağımlı olup olmadıklarını ne düzeyde yordamaktadır?

2. Lise öğrencilerinin internet kullanım tarzlarından;

- a) kendine ait bilgisayarının olup olmaması
- b) internete nereden bağlandığı
- c) interneti kullanım amacı
- d) internette bağlı kalınan süre
- e) interneti kullanım sıklığı

değişkenleri internete bağımlı olup olmadıklarını ne düzeyde yordamaktadır?

3. Lise öğrencilerinin öznel iyi oluş alt ölçek puanlarından;

a) aile ilişkilerinde doyum

b) diğerleri ile ilişkilerde doyum

c) yaşam doyumu

d) olumlu duygular

değişkenleri internete bağımlı olup olmadıklarını ne düzeyde yordamaktadır?

1.2. SAYILTILAR

Araştırmanın temel sayıltısı aşağıdadır.

Araştırmaya katılan öğrenciler kendilerine verilen ölçekleri ve bilgi formunu içtenlikle ve nesnel olarak yanıtlamışlardır.

1.3. SINIRLILIKLAR

Bu araştırmanın sınırlılıklarına aşağıda yer verilmiştir.

1.3.1. Araştırmanın yordanan değişkeni internet bağımlılığı “İnternet Bağımlılık Ölçeği”nin, yordayıcı değişken olan öznel iyi oluş düzeyi “Ergen Öznel İyi Oluş Ölçeği”nin kapsadığı niteliklerle sınırlıdır.

1.3.2. Araştırmada bireylere ilişkin bilgiler araştırmacının hazırladığı Kişisel Bilgi Formu’nda yer alan sorularla sınırlıdır.

1.3.3. Bu araştırma 2011-2012 güz ve bahar dönemlerinde Manisa ili merkez ilçesindeki çeşitli ortaöğretim kurumlarında öğrenimlerine devam eden öğrencilerden toplanmış verilerle sınırlıdır.

1.4. TANIMLAR

Araştırmada yer alan temel kavramlara ilişkin tanımlar aşağıda belirtilmiştir.

Lise Öğrencisi: Dört yıllık eğitim veren, ortaöğretim kurumlarına devam eden ve bu kurumların (genel lise, fen, Anadolu ve meslek lisesi) 9., 10., 11. veya 12. sınıfında bulunan öğrenci.

Ergen: Bir kimlik bulmanın, değişen fizyolojik ve psikolojik özelliklere uyum sağlamanın, sağlıklı bir yaşam tarzı için çeşitli beceriler kazanmanın, aileden ayrılmanın, ahlaki kurallar ve değerler oluşturmanın, topluma katkıda bulunan bir birey olmanın ve bir meslek seçmenin gelişimsel sorumlulukları ile mücadele eden bireydir (Anderson ve Olnhausen, 1999).

Bağımlılık: Kişinin kullandığı maddeyi birçok kez bırakma girişiminde bulunmasına rağmen bırakamaması, giderek madde dozunu arttırması, kullanmayı bıraktığında yoksunluk belirtilerinin ortaya çıkması, zararlarını görmesine rağmen kullanmayı sürdürmesi, zamanının büyük bölümünü madde arayarak geçirmesi ile belirli bir durumdur (Ögel, 2001b).

İnternet: Dünya üzerindeki mevcut milyonlarca ağın, ortak bir protokol çerçevesinde iletişim kurmasını ve birbirleriyle kaynaklarını paylaşmasını sağlayan ağlar arası bir ağdır (Ögel, 2012).

İnternet Bağımlılığı: Kişinin internet kullanımında kendini kontrol edememesi ve bunun sonucunda da psikolojik, sosyal ve akademik yaşamında sorunlar yaşamasıdır (Davis, 2001). Bu araştırmada internet bağımlılığının varlığı İnternet Bağımlılık Ölçeği'nden alınan puanların yüksekliği ile değerlendirilmiştir.

Öznel İyi Oluş: Bireyin yaşamından ne düzeyde doyum aldığını, olumlu ve olumsuz duyguları ne düzeyde yaşadığını değerlendirmesidir (Diener, 1984). Bu araştırmada

bireyin öznel iyi oluş düzeyinin yüksekliği Ergen Öznel İyi Oluş Ölçeği'nden alınan puanların yüksekliği ile değerlendirilmiştir.

1.5. ARAŞTIRMANIN GEREKÇESİ VE ÖNEMİ

İnternet, bilgi edinme kaynağı olarak başvurulan başlıca yollardan biridir. Bu kaynağın, bilgiye hızlı bir şekilde ulaşma fırsatı vermesi, gelecekte daha yüksek oranlarda tercih edileceğini göstermektedir (Tuncer, Yılmaz ve Tan, 2011).

Türkiye Ekonomi Politikaları Araştırmaları Vakfı (TEPAV, 2011) tarafından Türkiye'de kişilerin internet kullanımlarının ne şekilde değiştiğine yönelik olan araştırma sonucunda, son dört yılda evden internete erişim sahipliği açısından bir iyileşme gerçekleştiği, 2007 yılında hanelerin yüzde 80'i evden internete erişemezken, bu oranın 2010 yılında yüzde 57'lere kadar düştüğü açıklanmıştır. Uluslararası Telekomünikasyon Birliği (ITU, 2011) tarafından 198 ülkenin 2011 yılı internet kullanım oranlarına yönelik tahminde bulunduğu raporda, ilk sırada İzlanda (%95,2), ikinci Norveç (%93,97), üçüncü olarak Hollanda'nın (%92,3) yer aldığı, Türkiye'nin ise %42,1 oranıyla 87. sırada bulunduğu görülmektedir. Yine ITU'nun (2013) yayınladığı rapora göre 2013 yılı sonunda 2,7 milyar üzerinde insanın internet kullanıcısı olacağını ve bu rakamın dünya nüfusuna oranının ise %39 olduğunu, ayrıca 2013 yılı sonunda gelişmiş ülkelerdeki nüfusun % 77'sinin ve gelişmekte olan ülkelerdeki nüfusun % 31'inin internete bağlanacağını öngörmektedir.

Bir başka araştırmaya göre, dünyada 2.095.006.005 kişi internet kullanıcısıdır. Türkiye'deki kullanıcı sayısı 35.000.000'dur. Bunun nüfusa oranı % 44,4'tür. Bu araştırmaya göre Türkiye'nin, kullanıcı sayısı açısından Avrupa'da 5., dünya sıralamasında ise 14. olduğu görülmektedir. (internetworldstats.com, 2011).

2010 yılı Nisan ayında gerçekleştirilen Hane Halkı Bilişim Teknolojileri Kullanım Araştırması sonucunda Türkiye genelinde hanelerin %41,6'sının internet erişim imkânına sahip olduğu belirlenmiştir. 2011 yılı sonucuna göre, Türkiye genelinde hanelerin %42,9'u internet erişim imkânına sahiptir (TÜİK, 2011b). 2012 yılı sonucuna

göre ise, Türkiye genelinde hanelerin %47,2'sinin evden internete erişim imkânı bulunmaktadır. Evden internete erişim imkânı olmayan hanelerin %27,6'sı evden internete bağlanmama nedeni olarak internet kullanımına ihtiyaç duymadıklarını belirtmişlerdir (TÜİK). Son üç yılın internet erişim imkânına bakıldığında her yılın bir önceki yıldan daha yüksek olduğu görülmektedir. Ancak özellikle 2011 yılına göre 2012 yılında internete erişimde daha göze çarpan bir artış olduğu söylenebilir.

Hane Halkı Bilişim Teknolojileri Kullanım Araştırması'na göre 2010 yılında 16–74 yaş grubundaki bireylerde bilgisayar ve internet kullanım oranları sırasıyla %43,2 ve %41,6'dır (TÜİK, 2010). Bu oranlar (TÜİK, 2011b) yılında sırasıyla %46,4 ve %45, 2012 yılında ise %48,7 ve %47,4'tür (TÜİK, 2012). İnternete erişim imkânının artmasıyla birlikte bunun doğal sonucu olarak bilgisayar ve internet kullanım oranı da her geçen yıl bir önceki yıla göre artmaktadır.

Hane Halkı Bilişim Teknolojileri Kullanım Araştırması'nda yer alan 2011 ve 2012 yılı düzenli internet kullanımına ilişkin sonuçlar incelendiğinde 2011 yılı nisan ayında 16–74 yaş grubundaki tüm bireylerin %36,2'sinin interneti düzenli olarak hemen hemen her gün veya haftada en az bir defa kullandığı görülmektedir (TÜİK, 2011b). 2012 yılının ilk üç ayında (Ocak-Mart 2012) ise yine 16–74 yaş grubundaki tüm bireylerin %37,8'sinin interneti düzenli olarak (hemen her gün veya haftada en az bir defa) kullandığı belirlenmiştir (TÜİK, 2012). Buna göre, interneti düzenli olarak kullanım oranı da artmaktadır.

Hane Halkı Bilişim Teknolojileri Kullanım Araştırması'nın dikkat çeken bir diğer sonucu ise son üç yılda da (2010, 2011, 2012) bilgisayar ve internet kullanım oranlarının en yüksek olduğu yaş grubunun 16–24 olmasıdır (TÜİK). Bu yaş aralığının ergenlik dönemini kapsamaması sonucun önemini daha da artırmaktadır.

İstatistiksel sonuçlar değerlendirildiğinde Türkiye'de internete erişim oranının ve internet kullanımının her yıl arttığı söylenebilir. Bunun doğal sonucu olarak internet, yaşamı kontrol eden bir araç haline gelmiştir; ancak diğer taraftan kontrolsüzlüğü sağlayan yanı, insanları cezbetmiştir. Bir yanda korku yaşanırken, diğer yanda

bilgisayarın getirdiği nimetlerden faydalanmak insanoğlunun ikileminin bir göstergesidir. Ama bir gerçek var ki, o da ikilem duyulan nesnenin, kişiyi o nesneye daha çok bağladığıdır (Ögel, 2012). Belki de bu bağlanmanın sonucu olarak internet, sağladığı çeşitli fırsatların yanında bir takım sorunlara da sebep olmaktadır. Bunların başında hiç kuşkusuz “internet bağımlılığı” gelmektedir (Balcı ve Gülnar, 2009; Şendağ ve Odabaşı, 2007).

Tarı Cömert ve Kayıran (2010), çocuk ve ergenlerin, bilgi teknolojilerini doğru kullanmaya henüz hazır olmadıklarını ve karşılaştıkları karmaşık bilgileri nasıl değerlendireceklerini bilemediklerini belirterek konunun önemini vurgulamaktadır. Kır (2008), toplumda yeniliklerin benimsenmesinde öncü bir role sahip gençlerin, bu araçların taşıdığı tüketim arzularından büyük oranda etkilendiğini belirtmektedir. Yazara göre kimlik oluşturma sürecindeki gençler, bu araçlar vasıtasıyla yayılan mitlerden etkilenecek, bu değerleri kimliğin bir parçası olarak da konumlandırmaktadır. Etkileşime dayalı özelliği ve anonim ortamıyla internet ve sanal gerçeklik günlük yaşamın bir parçası haline gelmekte, bu alan en fazla gençler tarafından ilgiyle karşılanmaktadır. İnternet ve sanal gerçeklik gençliğin kimlik oluşturma sürecinde yeni bir sorun olarak da tartışmalara neden olmaktadır (Kır, 2008).

Araştırmacılar, ergenlerde internet kullanımının en yüksek düzeyde olduğu dikkate alındığında, ergenlerde internet kullanımının ve buna bağlı olarak internet bağımlılığı ya da problemlili/patolojik internet kullanımının hızla arttığını belirtmektedirler. Ayrıca araştırmacılar bu durumun hem önleyici ve koruyucu hem de tedavi edici müdahalelerin geliştirilmesini gerekli kıldığını ifade ederek, sağlıklı çocuk ve gençler yetiştirmek için ergenlerin internet kullanımı ve ruh sağlıkları arasındaki ilişkilerin ortaya konulmasının gerekliliğine dikkat çekmektedirler (Ceyhan, 2008; Tarı Cömert ve Kayıran, 2010).

Alanyazın incelendiğinde araştırmalar, internet bağımlılığının öznel iyi oluş ve bazı bireysel değişkenler ile ilişkili olduğunu ortaya koymaktadır. Bunun yanı sıra Türkiye’de lise öğrencilerinde internet bağımlılığının öznel iyi oluş ile ilişkisinin ele alındığı herhangi bir araştırmanın olmadığı görülmektedir. Dolayısıyla bu araştırma

özgün olup lise öğrencilerinin internet kullanımları ve bağımlılık düzeylerine dikkat çekmektedir.

Bu araştırmanın amacı, lise öğrencilerinde öznel iyi oluş, bireysel değişkenler ve internet kullanım tarzına ilişkin değişkenlerin internet bağımlılığını yordayıp yordamadığı hakkında bilgi edinmektir. Araştırma bulgularının öncelikle okul rehberlik servislerinde görev yapan psikolojik danışmanlara ve diğer alanlarda çalışan uygulamacılara yardımcı olabileceği düşünülmektedir. Bunun yanı sıra konu hakkında çalışmak isteyen araştırmacılara ışık tutabileceği umulmaktadır.

BÖLÜM II

KURAMSAL ÇERÇEVE VE İLGİLİ ARAŞTIRMALAR

Bu bölümde öncelikle bağımlılık, internet bağımlılığı ve öznel iyi oluş ile ilgili kuramsal çerçeveye yer verilmiştir. Daha sonra ise konu ile ilgili yapılan araştırma bulguları ele alınmıştır.

2.1. KURAMSAL ÇERÇEVE

2.1.1. İNTERNET BAĞIMLILIĞI İLE İLGİLİ KURAMSAL ÇERÇEVE

Aşağıda ilk olarak bağımlılık kavramı ele alınmıştır. Ardından internet ve internetin kullanımı, internet ve ergen, internet bağımlılığı, internet bağımlılığı alt grupları, internet bağımlılığının belirtileri, internet bağımlılığının nedenleri ve internet bağımlılığının yaygınlığı ile ilgili bilgilere yer verilmiştir.

2.1.1.1. Bağımlılık

Bağımlılık, anlamı bakımından oldukça geniş bir kavramdır. Genel anlamı ile bağımlılık bir nesneye, kişiye ya da bir varlığa duyulan önlenemez istek veya bir başka iradenin güdümü altına girme durumu olarak tanımlanabilir ve insan zihinsel aktivitesi ile ilişkili patolojik bir davranışı yansıtır (Uzbay, 2009). Başka bir araştırmacıya göre kişinin kullandığı maddeyi birçok kez bırakma girişiminde bulunmasına rağmen bırakamaması, giderek madde dozunu arttırması, kullanmayı bıraktığında yoksunluk belirtilerinin ortaya çıkması, zararlarını görmesine rağmen kullanmayı sürdürmesi, zamanının büyük bölümünü madde arayarak geçirmesi ile belirli bir durumdur (Ögel, 2001b). Uzbay (2009) da öncekine benzer bir tanımlamayla bağımlılığın, ruhsal ve bedensel sağlıklarına ya da sosyal yaşamlarına zarar vermesine karşın, insanların belirli bir takıntılı durumu yinelemeye yönelik engellenemeyen bir istek duymaları ve bunu

sürdüremeleri hali olduğunu belirtmiştir. Başka bir tanımda bağımlılık, herhangi bir maddenin tedavi amaçlı olmaksızın, fizyolojik bir gereksinime yanıt vermeden, giderek artan miktarda kullanılması olarak yer almaktadır (Şahin, 2007). Tarhan ve Nurmedov (2011) ise bağımlılığı zararlı sonuçlarına rağmen, dürtüsel olarak madde veya sanal alıştırıcı arayışı ve kullanımı ile nitelenen, nüksedici, kronik bir beyin hastalığı olarak tanımlamaktadır.

Psikiyatrik bozuklukların sınıflandırılmasına ilişkin Mental Bozuklukların Tanısal ve Sayımsal El Kitabı'na (DSM IV, 1995) göre bağımlılığın çeşitli ölçütleri vardır. Buna göre aşağıda yer alanlardan sadece üçü bağımlılık tanısı koymak için yeterlidir.

1. Tolerans gelişmesi (kullanılan madde miktarının aynı etkiyi sağlamak amacıyla giderek artırılması)
2. Madde kesildiğinde ya da azaltıldığında fiziksel veya ruhsal yoksunluk belirtilerinin ortaya çıkması
3. Madde kullanımını denetlemek ya da bırakmak için sürekli çaba gösterilmesi ancak bu çabaların boşa çıkması
4. Maddeyi sağlamak, kullanmak ya da bırakmak için büyük zaman harcanması
5. Madde kullanımı nedeni ile sosyal, mesleki ve kişisel etkinliklerin azalması ya da tamamen bırakılması
6. Maddenin tasarlandığından daha uzun ve yüksek miktarlarda alınması
7. Fiziksel ya da ruhsal sorunların ortaya çıkmasına ya da artmasına rağmen madde kullanımının sürdürülmesi

Bağımlılık, bir sürecin sonunda gelişen bir olgudur ve gelişene kadar kişi bazı evrelerden geçer: önce denemek amaçlı kullanım, daha sonra sosyal kullanım ve bu aşamadan sonra kötüye kullanım ve bağımlılık ortaya çıkmaktadır (Tamar Gürol, 2012). Şahin (2007), bağımlılığın üç ana öğeden oluştuğunu ifade etmekte ve bunları şöyle sıralamaktadır:

1. Her durum ve koşulda maddenin alınması için engellenemeyen bir arzu ve isteğin bulunması

2. Devamlı olarak kullanılan dozun artırılması zorunluluğunun duyulması (Tolerans)
3. Kullanılan maddeye ve onun etkilerine karşı psikolojik ve fizyolojik gereksinim hissedilmesi (Yoksunluk)

Ögel (2001a) ise bağımlılığın bir süreç içinde geliştiğine ve bu sürecin çeşitli evrelerden oluştuğuna dikkat çekmektedir. Bunun yanı sıra bağımlılığın, tedavisi olabilen ancak bağımlı olunan madde tekrar kullanıldığında hızlı ve şiddetli bir seyirde nükseden bir hastalık olduğuna dikkat çekilmektedir. Ögel (2001) bağımlılığın evrelerini şu şekilde açıklamaktadır:

1. Hazırlık evresi
2. İlk madde kullanımı
3. Madde kullanmayı sürdürme
4. İlerleme evresi
5. Bırakma evresi
6. Tekrar madde kullanmayı düşünme (prolapse)
7. Tekrar madde kullanımı (lapse)
8. Tekrar madde kullanmaya başlama (relapse)

Bu hastalığın gelişmesi ve ilerlemesinde birçok biyolojik ve çevresel etmenler rol oynamaktadır. Ögel'e (2012) göre ise insan, bireysel ve gelişimsel tarih sürecinde giderek artan bir ayrılma ve yalnızlık dönemine girmektedir. Kendini topluma kabul ettiremeyen ve yalnızlaşan insan, kaygısını azaltmak amacıyla çeşitli savunma mekanizmaları geliştirmektedir. Anneden ayrılış, toplumun insanı yalnızlaştırması, sevgisizlik karşısında duyduğu kaygı, bağımlılık yapıcı madde kullanımını kolaylaştırmakta ve yaşamla ancak bu yolla başa çıkabilmektedir. Bu anlamda ergenlik döneminde arkadaşlar çok önemli hale gelmektedir. Alkol ve madde kullanan arkadaşlar, kişinin ilk alkol ve madde kullanımında etkili olmaktadır. Okul başarısızlığı ve sosyal beceri yokluğu genci daha da fazla risk altına sokmaktadır (Tamar Gürol, 2012). Bunun yanı sıra Güler (2004), ergenlerin gelişim süreçleri içinde yerine getirmeleri gereken sosyal ve bilişsel belli başlı bir takım görevleri olduğundan söz

etmektedir. Ergenler bu anlamda kendi kimliklerini oluşturmak ve bağımsız bireyler olmak için pek çok davranış denerler. Bu sadece ebeveynlerden bağımsız olmak için değil, özerk birer birey bir başka ifadeyle, yetişkin olmak için yaptıkları girişimlerdir.

2.1.1.2. Bağımlılık Türleri

Bağımlılık denildiğinde akla ilk önce bazı kimyasal veya bitkisel maddelere duyulan bağımlılık gelmektedir. Bununla beraber, günümüzde ‐alışveriş bağımlılığı‐, ‐internet bağımlılığı‐, ‐kumar bağımlılığı‐, ‐seks bağımlılığı‐ ve ‐yeme-içme bağımlılığı‐ gibi tıbbi yardım gerektiren başka bağımlılık türleri de vardır (Uzday, 2009). Ögel (2001a) de, bağımlılığın geniş yelpazesine dikkat çekmek amacıyla hayatta her nesnenin bağımlılığa yol açabileceğini belirtmektedir. Başka bir ifadeyle insan herhangi bir maddeye bağımlı hale gelebilir. Her şeyin bağımlılık riski vardır, fakat bazı maddelerin bağımlılık potansiyeli daha yüksektir. Bu bağımlılık potansiyeli yüksek olan maddelere insanlar daha kolay ve sık olarak bağımlı olmaktadır. Burada dikkat edilmesi gereken şey, bağımlılığın sıklıkla akla gelen kimyasal bağımlılıktan farklı bir diğer ayağı olan eylemsel/davranışsal bağımlılık, genelde fark edilmemekte veya kötü alışkanlık olarak görülüp hastalık olarak değerlendirilmemektedir (Dinç, 2010).

Bu doğrultuda alanyazın incelendiğinde, bağımlılığın iki temel düzeyde ele alındığı görülmektedir; madde bağımlılığı ve bir davranışa olan bağımlılık. Çay, kahve, sigara, çikolata, uyuşturucu maddeler, alkol gibi maddelere bağımlılık genel olarak madde bağımlılığı kavramı altında incelenmektedir. Bir davranışa bağımlılık ise, belirli bir davranışın, normal dışı düzen ve sıklıkla sergilenmesi sonucu bireyin bedensel, psikolojik ve toplumsal yapı ve işlevlerinde dengesini yitirmesi, düzeninin bozulması ve ortama uyum sağlayamaması şeklinde tanımlanabilecek bağımlılık türüdür (Karaman ve Kurtoğlu, 2009). Davranış tabanlı bağımlılıklar yeme, kumar, oyun, seks, alışveriş, toplama, biriktirme, istifleme vb. bağımlılıkların yanında insan makine etkileşiminin kurulduğu teknolojik bağımlılıkları da kapsamaktadır. Kimyasal olmayan (davranışsal bağımlılıklar) bağımlılıklar kapsamında incelenen teknoloji bağımlılıklarında birey pasif ya da aktif olabilmektedir. Teknoloji araçlarının sahip olduğu ve etkileşim içeren

ses, görüntü vb. etkiler bağımlılık eğilimini artırabilmektedir (Griffiths, 1995: Akt. Griffiths, 1999; Tarhan ve Nurmedov, 2011).

Davranış tabanlı bağımlılık türleri arasında ele alınan ve gelişen teknoloji ile ortaya çıkan internet bağımlılığı, henüz DSM IV'te (1995) ayrı bir tanı kategorisinde yer almamaktadır. Bu sebeple Young (1998), internet bağımlılığına en yakın bozukluk olarak düşünülen patolojik kumar oynama ölçütlerinden yola çıkmıştır. Araştırmalar sonucunda uzmanlar madde kötüye kullanımı ve bağımlılık ölçütlerini internet bağımlılığı alanına uyarlayarak bu ölçütler üzerinden bir sistem geliştirmişlerdir (Morris ve Ogan, 1996: Akt. Tarı Cömert, 2007).

Sonuç olarak bağımlılık, çok geniş bir kavram olup birçok alt türü bulunmaktadır. İnternet bağımlılığı da bunlardan biridir. Yukarıda da ifade edildiği gibi henüz internet bağımlılığına ilişkin bağımsız bir tanı ölçütü bulunmamaktadır. Bu sebeple internet bağımlılığı, davranış tabanlı bağımlılık içerisinde yer alan patolojik kumar oynama ölçütleri dikkate alınarak saptanabilmektedir.

2.1.1.3. İnternet ve İnternetin Kullanım Amaçları

İnternet, milyonlarca insanın kendi amaçları doğrultusunda ve bilgisayar aracılığıyla hem iletişim kurabildiği hem de bilgi alış-verişinde bulunabildiği bir sistemdir. Sürekli ihtiyaca göre geliştirilen her teknoloji ürünü gibi, internet de ilk geliştirildiği andan itibaren sürekli olarak yenilenmiş ve günümüzdeki şeklini almıştır. Ortaya çıkan ihtiyaçlar, teknolojide yaşanan yenilikler gibi bir takım etkenler internetin gelişimini sağlamıştır. Bu nedenle internet, insanların bilgiyi üretme, paylaşma, saklama ve bilgiye ulaşma ihtiyaçları doğrultusunda ortaya çıkan ve giderek büyüyen bir iletişim ağıdır (Odabaşı, Kabakçı ve Çoklar, 2007). Ögel (2012), internet ve teknoloji kullanımının yaygınlaştığını belirtmekte ve şu an içinde bulunulan çağa “sanalist çağ” adını vermektedir. Buna ek olarak bir hareketin ya da çağın başlaması için başlangıç aldığı bir nokta olması gerektiğine, sanal çağın başlangıcının ise bilgisayarın bulunmasından sonra internetin yaygınlaşması olduğuna, bir çağdan söz edebilmek için uzun

sürmesinin gerekli olduğuna dikkat çekmekte ve sanal çağın da kolaylıkla bitmeyeceğini öngörmektedir.

Sanalist çağın aracı olan internetin tanımı araştırmacılara göre farklılık göstermektedir. İnternet, aynı ilgilere sahip insanların sanal ortamda bir araya geldiği, bilgi paylaştığı, yeni grup ve topluluklar oluşturduğu sanal bir ortamdır (Tarcan, 2005). Ögel'e (2012) göre ise internet, dünya üzerindeki mevcut milyonlarca ağın, ortak bir protokol çerçevesinde iletişim kurmasını ve birbirleriyle kaynaklarını paylaşmasını sağlayan ağlar arası bir ağdır. Başka bir tanıma göre internet, tüm dünyada kullanılan bilgisayarların belirli bir bağlantı aracılığıyla birlikteliğini ifade eden iletişim sistemidir (Altun, 2005).

İnternetin kullanımı bireylere e-posta hizmeti, bilgi hizmetleri, çevrimiçi bankacılık, başvuru, alış satış işlemleri, geniş insan topluluğu ile bir araya gelebilme gibi çok farklı olanaklar sağlamaktadır (Odabaşı, Kabakçı ve Çoklar, 2007). Bu konuda Yellowlees ve Marks (2007), önemli bir iletişim ve bilgi paylaşım aracı olan internetin ev ve iş ortamında insanın günlük yaşamını değiştiren birçok etkinliği içerdiğini belirtmektedir. Öyle ki insanlar, ihtiyaç duyduğu her türlü bilgiye hızlı bir şekilde ulaşabilmekte, dünyada meydana gelen gelişmelerden anında haberdar olabilmekte, eğlenceli ve hoşça vakitler geçirebilmekte, sevdikleriyle ve tanıdıklarıyla sohbet edebilmekte, bankacılık işlemlerini yerine getirebilmekte ve hatta alışveriş yapabilmektedirler (Balcı ve Ayhan, 2007; Gündoğdu, 2006). Bayraktutan (2005), bunlara ek olarak internetin ödev yapmak, hobi ve kişisel ilgiler için bilgi arama, arkadaş bulma gibi nedenlerle de kullanıldığını belirtmektedir.

Türkiye İstatistik Kurumu'nun (2012) araştırma sonuçlarına göre ilk üç ayda (Ocak-Mart 2012) internet kullanıcısı bireyler interneti en çok %72,5 ile çevrimiçi haber, gazete ya da dergi okuma, haber indirme için kullanmaktadır. Bunu %66,8 ile e-posta gönderme/alma, %61,3 ile mal ve hizmetler hakkında bilgi arama, %49,1 ile oyun, müzik, film, görüntü indirme ve oynama takip etmektedir. Yine aynı kurumun (2011b) yapmış olduğu araştırma sonuçlarına göre ilk üç ayda (Ocak-Mart 2011) kullanıcılar interneti en çok %72,7 ile çevrimiçi haber, gazete ya da dergi okuma, haber indirme için

kullanırken, bunu %54,1 ile sağlık ile ilgili bilgi arama takip etmektedir. Web siteleri aracılığıyla (Ağ güncesi-blog siteleri, facebook, twitter) toplumsal ve siyasal konular ile ilgili görüşleri okuma veya paylaşma (%50,8) ve mal ve hizmetler hakkında bilgi aramak da (%46,6) kullanım amaçları arasında yer almaktadır. 2010 yılı verilerine göre ise bireylerin %72,8'i interneti e-posta göndermek-almak için kullanmaktadır.

Günüç (2009) ortaöğretim öğrencilerine yönelik çalışmasında, internetin en sık kullanım amacının ağırlıklı olarak “araştırma” olduğunu; ancak “sohbet” amaçlı kullanımın da azımsanmayacak derecede yüksek olduğunu tespit etmiştir. Bununla birlikte, internet bağımlısı bireylerin interneti en sık kullanım amacı olarak “pornografi”, “sohbet” ve “oyunu” tercih ettikleri görülmüştür.

Birçok amaç ve nedenler için kullanılan internetin çeşitli kullanım düzeyleri bulunmaktadır. Bu kullanım düzeylerini Ögel (2012) şu şekilde sınıflamaktadır:

- **İnternetin ihtiyaç için kullanımı:** Bu aşamada kişi sadece gerektiği ya da zorunlu durumlarda interneti kullanmaktadır.
- **Sık ve düzenli internet kullanımı:** İnternet bir eğlence aracıdır. Boş zamanlar internet aracılığıyla değerlendirilmektedir.
- **Sorunlu internet kullanımı:** Bu aşamada internet kullanımı kişinin hayatında sorunlar yaratmaktadır. İnternet kötüye kullanımı terimi de burada değerlendirilebilir. Ancak bağımlılık düzeyinde değildir.
- **İnternet bağımlılığı:** Patolojik internet kullanımı, kompulsif internet kullanımı, siber bağımlılık gibi terimler de bu kapsamda yer almaktadır.

Yukarıdaki bilgiler göz önünde bulundurulduğunda internet ve bilgisayar kullanımı başlı başına bir problem olmayıp bireyin bazı ihtiyaçlarını karşıladığı sonucuna varılabilmektedir. Ancak zamanla ihtiyacın dışında ve bireyde olumsuz etkiler oluşturacak şekilde kullanılmaya başlandığında patolojik kullanımdan ve bağımlılıktan söz edilebilmektedir.

2.1.1.4. İnternet ve Ergen

İnternetin 1990'ların ikinci yarısından sonra baş döndürücü bir hızla gelişmesi ve yayılması, çoğu zaman bu teknolojiyi onu en iyi "anlayan" kesimlerle birlikte değerlendirmeyi getirmiştir. Yeni değerlerin benimsenmesinde toplumda öncü kesim olan gençler, bu teknolojiyi en kolay kullanan ve güler yüzle karşılayan kesim olmaktadır. Teknoloji çağının çocukları olarak doğan bugünün gençleri, iş dünyası ve bu alanda iş yapan kesimlerin dışında, bu teknolojiyi en fazla kullanan kesim olmaktadır. İnternetin kullanım biçimlerini en kolay kavrayan, onunla vakit geçiren, eğlenen, sohbet eden, site oluşturan, onunla sosyalleşen ve zamanını en fazla harcayan kesim olarak bir ön kabul gerektirmektedir. Gençler, teknoloji tüketiciliğinde üreticilerin en önemli hedef kitlesi olmayı sürdürmektedir (Kır, 2008). Tarhan ve Nurmedov (2011) benzer şekilde gençlerin teknolojik becerileri çok çabuk öğrendiğini ve bu konuda çok defa ebeveynlerine fark attıklarını belirtmektedirler.

Ögel (2012) gençlik ve internet hakkında şunları belirtmektedir: "İnternet bir isyan ortamıdır. Sürekli bir şeyler yapmalarını söyleyen ebeveynlerine karşı gençlerin elinde güçlü bir silahtır. Bu nedenle internet bağımlılığı, aile içi çatışmaların olduğu ortamlarda daha da çok beslenir. İnternet, demokratik amaçlara hizmet etmeye uygun yapısıyla gençlik için de oldukça iyi bir kendini ifade etme, sesini duyurma ve kendini gerçekleştirme platformu kimliğindedir." Ceyhan (2008) bu konuda, ergenlik döneminde sosyal onay ve yaşıt kabulünün öne çıkması sebebiyle ergenlerin internete daha çok yöneldiklerini ifade etmektedir. Bu sebeple ergenler arasında, sohbet odalarında konuşmak, mesajlar yolu ile paylaşımda bulunmak ve vakit geçirmek gittikçe artmaktadır. Bunun sonucunda, bazı ergenler gittikçe internet bağımlılığının ya da patolojik/sağlıksız internet kullanımının belirtilerini gösterir, bu durumdan günlük yaşamları da etkilenir hale gelebilmektedirler. Bunlara ek olarak Doğan, Işıklar ve Eroğlu (2008), özellikle okul çağındaki ergenlerde görülen internet ve bilgisayarın aşırı kullanımının ergenlerin hem akademik hem de kişisel gelişimini olumsuz yönde etkilediğinden problemli internet kullanımının kişiyi bağımlı hale getirebildiğinden söz etmektedir. Bu sebeple bir çok araştırmacı ergenlerin ciddi anlamda risk altında olduğunu vurgulamaktadır (Ceyhan, 2008; Doğan, Işıklar ve Eroğlu, 2008; Odabaşıoğlu

ve ark., 2007; Tarhan ve Nurmedov, 2011). Araştırmacılar gençleri kapsayan bu risk faktörlerine farklı açılardan dikkat çekmektedir.

Ceyhan (2008), interneti yoğun bir biçimde kullanan ve internet bağımlılığının ya da patolojik/sağlıksız internet kullanımının belirtilerini göstermeye başlayan ergenlerin, aynı zamanda internet ortamında sürekli olarak "ideal" kimliklerini gösterebildiklerini, bu durumun ise ergenin genellikle bireysel kimliğinde gerçekçi olmayan bir biçimde şişmesine yol açabildiğini ifade etmektedir. Diğer yandan ergenlerin, internet yoluyla sanal dünyada gerçek dünyadan daha önce ve daha doyum verici yaşantılar geçirdiğini, sanal yaşantılar yoluyla oluşan kimlik duygusunun ise ergenlerin sahip oldukları özellikleri tanımlarını sağladığını; ancak ne yazık ki, ergenlerin bunları her zaman sanal dünyadan gerçek dünyaya kolayca transfer edemediklerini belirtmektedir. Yine Ceyhan (2008) ergenlerin yaşlıları ile kurduğu yüz yüze ilişkilerin sosyal yeterlik kazanmalarında oldukça önemli bir role sahip olduğunu fakat bunu engelleyecek şekilde "elektronik arkadaşlıklar" geliştiren ergenlerin sayısının da arttığına değinmektedir.

Ögel'e (2012) göre, gençlerde yalan söyleme, sorumluluklarını yerine getirmeme, uyku bozukluklarından kaynaklanan sorunlar, kolayca kaçma, yüz yüze iletişim kurmada zorlanma gibi sorunlar görülebilir. Bu davranışlar zamanla içselleşebilir ve yetişkin bir birey olduğunda davranış halini alabilir. Ayrıca gençlerin internette olumlu yetişkin modellerden yoksun kalmaları, olumlu davranışların içselleştirilmesini de güçleştirebilir. İnternetin güvensiz, karmaşık ve yalana açık yapısı, sosyal sapmayı doğurmaya da oldukça uygun bir zemin hazırlamaktadır. Denetimsiz bir biçimde internet kullanan çocuk ve gençlerin bu ortamın etkisiyle sosyal sapma davranışı göstermeleri de mümkün olabilir. Kır'a (2008) göre kişiliğin oluşumu süreciyle zaten "kriz" dönemi içindeki gençler için internet, içlerindeki potansiyel gerilimi aktarabilecekleri yeni bir mecradır. Bu sebeple internetin sunduğu anonim ortam, özgürleşmeye katkı sağlarken aynı zamanda kimliğin deneysel hale gelmesine, tutarsız bir kimlik gelişimine de neden olabilmektedir. Başka bir ifadeyle kimlik oluşturma sürecinde gençler, teknolojik araçlar vasıtasıyla yayılan mitlerden etkilenerek bu değerleri kimliğin bir parçası olarak da konumlandırmaktadır. Bu araçların popülerleştirdiği değer ve tüketim biçimlerini gençler, statü kazanma, statü arama

yöntemi olarak kullanmaktadır. Güzel (2006) benzer şekilde gençlerin yenilik arayışları, özgürlük istekleri, gizleyebildikleri kimlikleriyle kendilerini ifade ettiklerini ve toplumsal baskılardan uzak herhangi bir sorumluluk taşımak zorunda olmadıkları kimlikleriyle yeni aidiyet alanlarını internet üzerinde gerçekleştirme imkânı bulduklarını belirtmektedir.

Ceyhan (2008) ergen ve internet kullanımı konusunda önemli uyarılarda bulunmaktadır. Bu uyarılar arasında ergenlerin gelişimsel ihtiyaçlarının sağlıklı/ problemlili internet kullanmalarında önemli bir etken olduğunun, ergenlik döneminin en temel gelişimsel ihtiyacının ise kimlik kazanmak olduğunun, kimlik kavramının internet bağımlılığında önemli bir rol oynadığının farkında olunmasının gerektiği yer almaktadır. Bunlara ek olarak Ceyhan (2008), ergenlerde internet kullanımının ve buna bağlı olarak internet bağımlılığı ya da problemlili internet kullanımının hızla artmasının da hem önleyici ve koruyucu hem de tedavi edici müdahalelerin geliştirilmesini gerekli kıldığını belirtmektedir.

Tüm bu psikolojik problemlerin yanı sıra internetin aşırı kullanımının fiziksel zararlara yol açması da kaçınılmazdır. Özellikle gelişme çağındaki çocuklar ve gençler internet kaynaklı sağlık sorunları açısından da risk altındadır. Bilgisayar kullanımıyla ilişkili sağlık sorunlarının bir kısmı, bilgisayar ekranlarının oluşturduğu elektromanyetik alandan kaynaklanmaktadır. Bireylerde internetin aşırı kullanımı nedeniyle radyasyon riskinin yanı sıra duruş ve iskelet sorunları da yaşanabilmektedir (Ögel, 2012).

Yukarıdaki ifadelerden yola çıkarak internetin, toplumda birçok kesim tarafından kullanılmasına ve risk oluşturmaya rağmen henüz kimlik oluşturma sürecinde bulunan ergenler için daha büyük bir risk faktörü olduğu görülmektedir. Bunun yanı sıra özellikle ergenlerin önemli bir kısmının, üniversiteye hazırlık gibi önemli bir zaman aralığı içerisinde bulunması, geleceğe ilişkin hedef belirlemesi ve bu hedefe ulaşmak için ciddi çalışmalar göstermesi beklenirken gelişebilecek olası internet bağımlılığının hem zaman hem de motivasyon yönünden de ciddi kayıplar oluşturacağı söylenebilir.

2.1.1.5. İnternet Bağımlılığı

İnternet yalnızca bilgi paylaşımı demek değil, küresel dünyanın büyük oranda temsil edildiği bir platform ve kendine özgü terminolojisi, kuralları ve araçlarıyla insan zihnindeki sınırlara meydan okuyan ve kullanıcının gündelik yaşamındaki zamana ilişkin sınırlılıklarından bağımsızlaştıran bir ağıdır (Eltugay, 2011). Hayatın her alanında yer almaya başlayan internet, başta insanlar arası iletişim olmak üzere sağladığı olanaklar ile yeni bir takım dönüşümlere yol açmıştır. Bu dönüşümler, büyük oranda insanlık yararına olmakla birlikte, hayatımızın bir parçası haline gelen internet, her zaman olumlu yönde sonuçlar doğurmamaktadır (Gökçearslan ve Günbatar, 2012). Eğer amacına uygun kullanılırsa, internet kendine özgü esnek ve çekici yapısı ile çocuğun bireysel ve akademik gelişimine de çok önemli katkılar yapabilen bir araçtır (Şendağ ve Odabaşı, 2007). Bu anlamda internetin sağlıklı ve patolojik kullanımından söz edilebilmektedir.

Sağlıklı internet kullanımı, bilişsel veya davranışsal rahatsızlıklar oluşmaksızın makul zaman dilimlerinde internetin kullanımınıdır. Sağlıklı internet kullanıcısı için gerçek ve sanal yaşam birbirinden ayrılmaktadır (Davis, 2001). Caplan (2002) ise, sağlıklı internet kullanımı konusunda; çocukların ve gençlerin yaşadıkları deneyimlerini yönlendirmelerine, hızlarını ayarlamalarına ve bilgi toplarken okuma, yazma, seçme, sınıflandırma gibi çeşitli becerilerini kullanmalarına yardımcı olduğunu, kontrolsüz internet kullanımının ise çocuğun ve gencin fiziksel, psikolojik, sosyal ve bilişsel gelişimini olumsuz yönde etkilediğini ifade etmektedir. Cao, Sun, Wan, Hao ve Tao (2011) da benzer şekilde, normal internet kullanımı olan ergenlerle problemlili internet kullanımı olan ergenleri karşılaştırmışlardır. Karşılaştırma neticesinde, problemlili internet kullanımı olan ergenlerin fiziksel enerji yetersizliği, zayıf bağışıklık sistemi, duygusal, sosyal ve davranışsal uyum gibi psikosomatik belirtiler gösterdiğini görmüşlerdir. Yine bağımlılı olan ve olmayanlar arasında karşılaştırmaya giden Tarhan ve Nurmedov (2011) ise internet bağımlılılarının stres altındayken gerçeklerden kaçıp internete girmeyi tercih ettiklerini ve daha fazla işlevsel olmayan davranış gösterme eğiliminde olduklarını ve bağımlılı olmayanlara oranla daha fazla yalnızlık, depresif duygu durumu ve zorlanım yaşadıklarını belirtmektedirler. Kısaca internetin sağlıksız

kullanımı sosyalleşme, fiziksel, akademik, psikolojik, evlilik, sosyal sapma ve mesleki konularda birçok problemlere neden olmaktadır (Ögel, 2012; Young, 1998).

Her alandaki bilgiye hızlı ve kolay ulaşım olanağı sağlayan internetin ve bilgisayarın günlük yaşamda kapladığı yeri yadsımak mümkün değildir. Kullanım alanlarının çokluğu nedeni ile toplumlarda kapladığı yer de giderek artmaktadır. Bu artış bağımlılık tanımı içine girebilecek problemleri de beraberinde getirmektedir (Tarı Cömert ve Ögel, 2009; Gökçearslan ve Günbatar, 2012). Bu yönde Tarhan ve Nurmedov da (2011), sanal alıştırmacı olan bilgisayarın ve internet ortamının fizyolojik bağımlılık yaptığının bugün artık kesinlik kazandığını belirtmektedir. Doğan, Işıklar ve Eroğlu (2008), sosyal bağlantı aracı olan bilgisayarların, uzaktaki insanları evin içine getirebildiğini; ancak evin içindeki insanları kendinden uzaklaştırarak sosyal uzaklaşma aracı olabileceğini belirterek, bu bağımlılık türünün kişilerarası ilişkileri de kesintiye uğratacağına dikkat çekmektedir. Yine benzer şekilde farklı araştırmacılar tarafından da internet teknolojilerinin çocukların (12–18 yaş dönemi) öğrenmelerini desteklemek açısından bir bakıma ilaç gibi görüldüğü; ancak bu teknolojilerin olumlu yanlarının yanı sıra bazı yan etkilerinin olabileceği, bu olumsuz sonuçlardan birisinin de internet bağımlılığı olduğu belirtilmektedir (Ögel, 2012; Şendağ ve Odabaşı, 2007). Bu noktada özellikle ergenlerin ev, okul ve internet kafe ortamlarındaki internet kullanımları, bağımlılığın oluşumuna alt yapı oluşturabilmektedir (Kır, 2008; Lim, Bae ve Kim, 2004).

Alanyazına ilk olarak “internet addiction” ile giren bu kavram daha sonra farklı araştırmacılar tarafından farklı kavramlarla ifade edilmiştir. Bu kavramlar arasında “patolojik internet kullanımı” (Davis, 2001; DiNicola, 2004; Young, 2004), “problemlili internet kullanımı” (Cao ve ark., 2011; Caplan, 2002; Shapira, Goldsmith, Keck, Khosla ve McElroy, 2000), “internet bağımlılığı” (Griffiths, 1999; Lin ve Tsai, 2002; Nalwa ve Anand, 2003; Young, 1996) bulunmaktadır. Yurt içinde kullanılan kavramlar arasında “patolojik internet kullanımı” (Gönül, 2002), “problemlili internet kullanımı” (Koroğlu ve ark., 2006), “internet bağımlılığı” (Arısoy, 2009; Dinç, 2010; Gökçearslan ve Günbatar, 2012; Günücü, 1999; Odabaşıoğlu ve ark., 2007; Ögel, 2012; Öztürk ve ark., 2007; Yolga Tahiroğlu, Çelik, Bahalı ve Avcı, 2010) bulunmaktadır. Farklı kavramların kullanılması, problemlili internet kullanımını açıklayan farklı yaklaşımların her birinin,

problemlerli internet kullanımının duyuşsal, davranışsal ve bilişsel bileşenlerinden birine odaklanmasından kaynaklanmaktadır (Davis, 2001). Ceyhan, Ceyhan ve Gürcan (2007) ise temelde bu kavramların benzer olarak kullanılmakta olduğunu, çıkış noktası olarak aşırı ve problemlerli internet kullanımı kapsamında ele alındığını ifade etmektedirler. Daha ayrıntılı bir bakış öne süren Dinç (2010) kavramlardaki farklılığı şu şekilde açıklamaktadır:

Var olan farklılık, problemin kullanım süresinden mi yoksa kullanım sebebinden mi kaynaklandığı konusundaki görüş ayrılıklarıdır. Şöyle ki kötüye kullanım internetin kumar, pornografi ve suç gibi sebeplerle kullanılması demektir. Bu kavrama göre internet kullanımının problem olup olmaması kullanım sebebine göre değişmektedir. Problemlerli/patolojik internet kullanımı ise bireyin yaşamında internet kullanımından ötürü psikolojik, sosyolojik, okul ve iş yaşamı ile ilgili bir takım zorluklarla karşı karşıya kalınmasını ifade eder. Bu kavrama göre, internet kullanımının problem olup olmaması işlevselliği bozup bozmamasına göre değişmektedir. Aşırı internet kullanımı ise bireylerin normal, alışılmış veya planlandığından daha uzun süre internette kalmasıdır. Bu kavrama göre de internet kullanımının problem olup olmaması süre açısından genel kullanıcıdan farklılık gösterip göstermemesine göre değişmektedir. İş gereği normalden daha uzun süre internet kullananlar, bağımlı olmayacakları gibi görece daha az süre kullansalar bile bağımlı olan insanlar olabilecektir. Dolayısıyla mesele, hangi kavram kullanılırsa kullanılsın internet kullanımının doğru ve sağlıklı olup olmadığı veya olumsuz sonuç-durum doğurup doğurmayacağıdır (Dinç, 2010).

İnternet bağımlılığına ilişkin alanyazın incelendiğinde kavramlardaki farklılığa paralel olarak tanımlarda da farklılıklar olduğu görülmektedir. Bu konuda öncü çalışmalar yapmış olan Young'a (2004) göre, internetin aşırı kullanılması isteğinin önüne geçilememesi, internete bağılı olmadan geçirilen zamanın önemini yitirmesi, yoksun kalındığında aşırı sinirlilik hali ve saldırganlık olması ve kişinin iş, sosyal ve ailevi hayatının giderek bozulması olarak tanımlanabilir. Davis (2001), internet bağımlılığını kişinin internet kullanımında kendini kontrol edememesi ve bunun sonucunda da psikolojik, sosyal ve akademik yaşamında sorunlar yaşamaması olarak açıklamaktadır. Ceyhan (2008) ise, çoğu kez zaman kavramını yitirecek ya da temel görevlerini ihmal edecek şekilde aşırı internet kullanımı, kızgınlık, gerginliği de içeren yoksunluk belirtileri, tolerans gelişimi ve yalan söyleme, sosyal geri çekilme gibi durumları içeren negatif yansımaların bir arada olması olarak tanımlamaktadır. Özsoy (2009) bu konuda,

internet kullanımına sınırlama getirememe, sosyal veya akademik zararlarına rağmen kullanıma devam etme ve internete ulaşımın kısıtlandığı durumlarda yoğun endişe duyma gibi belirtilerle kendini gösteren bir bağımlılık türü olduğunu ve 1990'lı yılların ortalarından beri psikiyatri alanyazınında yer almakta olduğunu, giderek de ilgi çektiğini ifade etmektedir. Yine Suler (2004), internet bağımlılığını bilgisayar başında, internete bağlı olarak, gereğinden fazla zaman geçirme problemi şeklinde tanımlamaktadır. Şendağ ve Odabaşı'nın (2007), internet bağımlılığı yerine "aşırı kullanım"a yönelik tanımlama yaptıkları görülmektedir. Şendağ ve Odabaşı'na (2007) göre aşırı internet kullanımı, zamanın çoğunu sorumlulukları ve sosyal ilişkileri probleme atacak derecede internet kullanımıyla geçirmektir. İnternet/bilgisayar bağımlılığı kavramını kullanan Tarhan ve Nurmedov (2011) ise, olağan bağımlılık ölçütlerini karşılayacak şekilde, bilgisayarla ve sunduğu görüntülerle yoğun bir biçimde meşgul olma durumu şeklinde tanımlama yapmaktadır. Tarcan'a (2005) göre de internet bağımlılığı; genel olarak internetin aşırı kullanılması isteğinin önüne geçilememesi, internete bağlı olmadan geçen zamanın önemsiz görülmesi, yoksun kalındığında ise aşırı sinirlilik hali ve saldırgan olunması durumudur.

Yukarıda görüldüğü gibi internet bağımlılığına ilişkin olarak farklı tanımlar öne sürülmüştür. Bununla birlikte, zamanı kontrol edememe, internete giremediğinde öfke, kızgınlık, sinirlilik gibi negatif duygular içinde olma ve bireyin yaşamında olumsuz etkilerinin olması açısından araştırmacıların fikir birliği içinde olduğu görülmektedir.

İnternet bağımlılığının henüz DSM IV'te (1995) bağımsız olarak tanı ölçütleri bulunmamaktadır. Bağımsız bir tanı ölçütü olmaması sebebiyle Young (1998), kendine en yakın bozuklukmuş gibi düşünülen patolojik kumar oynama ölçütlerini düzenleyerek sekiz maddelik bir değerlendirme ölçeği oluşturmuştur. Birey bu değerlendirme ölçeğinde bulunan sekiz ölçütten beşini karşılıyorsa bağımlı olarak değerlendirilmektedir. Young'un (1998) internet bağımlılığı tanı ölçütleri aşağıdaki gibidir:

1. İnternet ile ilgili aşırı zihinsel uğraş içinde olma
2. İnternete bağlı kalma süresinde artışa ihtiyaç duyma

3. İnternet kullanımını azaltmaya yönelik başarısız girişimlerde bulunma
4. İnternet kullanımının azaltılması durumunda yoksunluk belirtilerini gösterme
5. Başlangıçta olduğundan daha uzun süre internete bağlı kalma
6. İnternetin aşırı kullanılması yüzünden ilişkiler, okul ya da işle ilgili sorunlar yaşama
7. İnternete bağlı kalabilmek için aile üyelerine, terapisteye ya da başkalarına yalan söyleme
8. İnternete bağlı kalındığı süre içerisinde duygulanım değişikliği yaşama (umutsuzluk, suçluluk, kaygı, depresyon gibi)

Kullanılan tanı ölçütlerinden bir diğeri de Shapira ve arkadaşları (2003) tarafından oluşturulmuştur. Bu ölçütte üç temel değerlendirme alanı bulunmaktadır:

- A. Aşağıdakilerden en az biriyle ortaya çıkan internet kullanımıyla ilgili aşırı zihinsel uğraşın olması
 1. İnternet kullanımını denetim altına alma çabasında başarısız olma,
 2. Planlanandan daha uzun süre internet kullanma,
- B. İnternet kullanımı veya aşırı zihinsel uğraşı iş, sosyal yaşantı veya diğer önemli alanlarda işlev kaybına ya da klinik belirtilere yol açması
- C. Aşırı internet kullanımının hipomani ya da mani epizotları sırasında ortaya çıkmaması ve başka bir Eksen I bozukluğu ile daha iyi açıklanamaması

Shapira ve arkadaşlarının (2003) ölçütlerine bakıldığında, internet bağımlılığının diğer bozukluklarla açıklanamadığı görülmektedir. Bu nedenle internet bağımlılığı ayrı bir patolojik tanı kategorisinde ele alınmaktadır.

2.1.1.6. İnternet Bağımlılığı Alt Grupları

İnternet bağımlılığı tanı ölçütlerini karşılayan ancak birbirlerinden çok farklı amaçlarla interneti kullanan ve birbirlerinden çok farklı şekillerde bu kullanımdan etkilenen internet kullanıcılarının varlığı, internet bağımlılığını alt gruplara ayırma ihtiyacını ortaya çıkarmıştır (Dinç, 2010). Bu doğrultuda bu bölümde internet bağımlılığını

anlamlandırmaya yardımcı olabilecek internet bağımlılık türleri hakkında bilgi verilmiştir.

2.1.1.6.1. Young'un İnternet Bağımlılığı Sınıflandırması

Young, Buchanan, O' Mara ve Pistner (1999) internet bağımlılığını bireylerin her bir kullanım amacına göre ayrı ayrı sınıflandırmıştır. Bu sebeple Young, Buchanan, O' Mara ve Pistner'a (1999) göre internet bağımlılığı beş ayrı kategoride değerlendirilmektedir. Bu kategoriler şunlardır:

- Sanal seks bağımlılığı
- Sanal arkadaşlık bağımlılığı
- Ağ tutkuları (saplantısal çevrimiçi kumar, çevrimiçi alışveriş)
- Aşırı bilgi yükleme (internette dolaşmak, veri tabanı araştırması)
- Bilgisayar bağımlılığı (özellikle bilgisayar oyunu oynama)

Young, Buchanan, O' Mara ve Pistner'ın (1999) internet bağımlılığını, internette yapılan her bir etkinlik için ayrı ayrı ele aldıkları, bir başka ifadeyle internet etkinliklerine ilişkin bağımlılığa göre sınıflandırdıkları görülmektedir.

2.1.1.6.2. Özgül Patolojik (Sorunlu) İnternet Kullanımı (ÖPİK)

Kumar, seks gibi bağımlı olunan nesneyi elde etmek amacıyla interneti aşırı ve kötüye kullanmak demektir. (Davis, 2001; Gönül, 2002; Ögel, 2012). Klinik ve medyadaki kullanımıyla, bu kategori sanal seks bağımlılarını, çevrimiçi açık artırmalara katılanları, internette hisse alışverişi yapanları ve kumar oynayanları içerir. Bu bağımlılık biçimleri, internetin olmadığı durumlarda da varlıklarını sürdüreceklerdir. Özgül sorunlu internet kullanımı kategorisi, internetin sadece bir yönüne olan bağımlılığa işaret eder ve bu yön internetin diğer fonksiyonlarından bağımsızdır. Bu tip sorunlu internet kullanımının daha önce var olan bir psikopatolojik durumun çevrimiçi eylemle bir araya gelmesinin sonucu olduğu varsayılmaktadır. Aksi durumda birey patolojik kumar oynayan biri

olacakken, internette kumar oynandığını keşfetmesiyle özel tip sorunlu internet kullanımının belirtilerini gösterebilir (Ögel, 2012).

2.1.1.6.3. Genel Patolojik (Sorunlu) İnternet Kullanımı (GPIK)

İnterneti her işleviyle birlikte kullananlar daha farklıdır. Genel patolojik internet kullanımına yol açan temel unsur, bireyin sosyal bağlamıyla ilişkilidir (Ögel, 2012). Genel patolojik internet kullanımı, belirli bir amaca dönük olmaksızın uzun saatler interneti kullanmaktır (Davis, 2001; Gönül, 2002; Ögel, 2012). Bu kategori internetin yaygın, çok boyutlu kullanımına işaret eder. Genel patolojik internet kullanımı sıklıkla çevrimiçi sohbetle veya e-posta bağımlılığıyla ilişkilidir. Sosyal bağ ihtiyacı ve bunun çevrimiçi ortamda pekiştirilmesi, sanal sosyal yaşamda kalma arzusunun artmasıyla sonuçlanabilir. Genel patolojik internet kullanımı bulunan insanlar, sorumluluklarından kaçınmak için yine interneti kullanırlar. Boşa giden bu zaman, sorumluluklar yerine getirilmedikçe ve baskılar attıkça, onların günlük yaşamlarında ciddi sorunlara yol açar. Bu tip bireylerin patolojik durumları oldukça sorunludur ve internetin yokluğunda var olmak bile istemezler. Bağımlılık öncesinde çeşitli psikopatolojik, çeşitli hatalı düşünme biçimlerine sahip ve sosyal açıdan içedönük olmaları muhtemeldir. Ancak endişelerini ifade etme yolu bulamamışlardır. Genel tip sorunlu internet kullanımı toplumsal açıdan büyük bir tehlike oluşturabilir (Ögel, 2012).

2.1.1.7. İnternet Bağımlılığının Belirtileri ve Etkileri

Alanyazında tanı ölçütlerinin yanı sıra internet bağımlılık belirtilerinden de söz edilmektedir. Suler (2004) bu belirtileri şu şekilde açıklamıştır: “İnternet başında aşırı zaman geçirmeye bağlı olarak yaşam biçiminde değişikliklerin olması, fiziksel aktivitelerde azalma, internet aktivitesinin bir sonucu olarak kişinin sağlığında bozulma, internette fazla zaman geçirmek için önemli yaşam aktivitelerinden kaçınma, buna bağlı olarak uyku aktivitesinde bozulma, arkadaşları kaybetme ve sosyalizasyonda azalma, aile ve arkadaşları ihmal etme, iş ve kişisel sorumlulukları ihmal etme, bilgisayarda zaman geçirmediğinde eksiklik hissetme, internete giremediğinde endişe yaşama.” Griffiths (1999) de benzer şekilde internet bağımlılığı belirtilerinin neler olduğunu

açıklamış ve bu belirtileri "en önemli on uyarı sinyali" olarak ifade etmiştir. Bu uyarı sinyalleri şunlardır:

1. Yalnızca birkaç dakika harcamaya niyetli olduğu halde, bilgi aramak için saatlerce zaman harcama
2. Çalışma arkadaşlarına, özel hayattaki arkadaşlara ya da eşe bilgisayar başında geçirilen zaman hakkında yalan söyleme
3. Monitörün başında her oturuşta saatlerce kaldığı için fiziksel rahatsızlıklar (bel, boyun, kas ve eklem ağrısı) yaşama
4. Sürekli olarak bir sonraki internet oturumunu heyecanla bekleme
5. Aranılan bilgiyi bulmaya hep "bir adımcık" kaldığını düşünme
6. Anonim bir kişiliğe bürünmenin kişiye heyecan vermesi, insanlarla internet üzerinden konuşmayı yüz yüze konuşmaktan daha kolay bulma
7. E-postalara yeni bir şey var mı diye bakmak için zorlayıcı bir istek duyma
8. İnternete girmek için yemek öğünlerini atlama ve dersleri, randevuları önemsememe
9. Bilgisayar başında fazla zaman geçirildiği için suçluluk duyma ve büyük bir zevk alma arasında duygusal çelişkiler yaşama
10. Bilgisayardan uzak kaldığında yoksunluk belirtilerini yaşama

Sonuç olarak yukarıdaki belirtiler, bireyin internet bağımlılığına doğru giden bir süreçte olup olmadığı hakkında genel bir değerlendirme olanağı tanımaktadır. Dolayısıyla bireyde bu belirtilerin gözlenmesi, gerekli önlemlerin alınması gerektiğine yönelik bilgi sunmaktadır.

Ögel (2012), yukarıda ifade edilen internet bağımlılığı belirtilerini ele alırken dikkat edilmesi gereken önemli bir noktaya değinmektedir. Ögel'e (2012) göre aşırı internet kullanımına sahip bir birey, internet bağımlılığının bütün belirti ve davranışlarını göstermeyebilir. Bir diğer deyişle interneti aşırı kullanan her birey için bağımlılıktan söz edilmeyebilir. Bu belirtilerin varlığından öte, en önemli etken psiko-sosyal işlevin bozulup bozulmadığıdır. Tüm bu belirtiler olmasına rağmen bu durum kişinin hayatını,

sorumluluklarını, yaşamsal işlevlerini etkilemeyebilir. Örneğin aile hayatının devam etmesi, okul başarısı, arkadaş ilişkileri yerindeyse bu kişiye bağımlı demek zordur.

İnternet bağımlılığının belirtilerinin yanı sıra birey üzerinde çeşitli etkilerinin olduğunu söylemek de mümkündür. Muslu Karayağız ve Bolışık (2009), kontrolsüz internet kullanımının çocuk ve gençler üzerindeki etkilerini dört grupta ele almıştır. Bunlar: fiziksel, psikolojik, sosyal ve bilişsel etkilerdir. Sally (2006) ise bu etkileri üç gruba ayırmıştır. Bunlar “davranışsal etkiler”, “fiziksel ve ruhsal etkiler” ve “sosyal etkiler”dir.

Tablo 1. İnternet bağımlılığının etkileri (Sally, 2006)

Grup	Belirtiler
Davranışsal Etkiler	<ul style="list-style-type: none"> * Tolerans: Gözle görülür biçimde giderek artan miktarda çevrimiçi zaman geçirmeye ihtiyaç duyma * Niyetlenildiğinden daha uzun ve daha sık internet kullanma * İnternette bağlantılı etkinliklerde büyük miktarda zaman harcama * Kullanım düzeyi hakkında yalan söyleme * Zihnini sürekli internetle meşgul etme * Problemlerden kaçış için internet kullanma * Muhtemelen internet kullanımından kaynaklanan sürekli bir fiziksel, toplumsal, mesleki ve psikolojik bir soruna sahip olduğunu bilmesine rağmen, internet kullanımına devam etme
Fiziksel ve Ruhsal Etkiler	<ul style="list-style-type: none"> * Geri çekilme belirtisi: İnternet kullanımının sonuçlarını endişe içinde karşılama, internet hakkında saplantılı düşüncelere kapılma * İnternet kullanımını kontrol etme veya azaltmak için sürekli arzu duyma * Kan basıncı, kalp dolaşım sistemi, stres, hatırlama zorlukları, konsantrasyon eksikliği, baş, mide ve kas ağrıları ile görme zayıflıklarındaki artış yaşama * Durgunluk, uykusuzluk, panik atak ve kızgınlık hallerinde artış yaşama
Sosyal Etki	<ul style="list-style-type: none"> İnternet kullanımı sebebiyle önemli sosyal, mesleki veya boş zaman etkinliklerini terk etme * İş yerinde artan bir gerilim ve rekabet sonucunda verimlilikte azalma * Çalışma günlerinde uzama, serbest zamanlarda azalma

Araştırmacılar, aşırı internet kullanımının bireye birçok alanda problem oluşturacağını belirtmişlerdir. Bu problemler arasında, işyeri ve okul performansının düşmesi, uyku bozukluğu, internetsiz bir hayatın çok sıkıcı ve boş gelmesiyle kendini gösteren yoğun değişim, kas ve iskelet sistemi rahatsızlıklarının yer almaktadır (Nalwa ve Anand, 2003; Ögel, 2012; Young, 1998).

Tarhan ve Nurmedov (2011), internet bağımlısı olan ve olmayanlara yönelik yaptıkları karşılaştırmada, internet bağımlılarının stres altındayken gerçeklerden kaçıp internete girmeyi tercih ettiklerini ve daha fazla işlevsel olmayan davranış gösterme eğiliminde olduklarını ve bağımlı olmayanlara oranla daha fazla yalnızlık, depresif duygu durumu ve zorlanım yaşadıklarını belirtmektedir. Görüldüğü üzere internet bağımlılığı, bireyin yaşamının birçok alanında kendini göstermekte ve bu alanlarda problem oluşturmaktadır.

Özetle, internet bağımlılığının birçok psikolojik, fizyolojik ve toplumsal etkilerinin olduğu, bilgisayar ve internetin aşırı kullanılması durumunda bu etkilerin sağlıklı (yeterli düzeyde) kullanımlara oranla daha ciddi boyutlarda hissedildiği anlaşılmaktadır. İnternet bağımlılığı, henüz DSM IV'te (1995) bağımsız bir tanı olarak değerlendirilmemesine rağmen birçok araştırmacı tarafından kavramsal olarak kabul görmüştür.

Bununla birlikte, Mayıs 2013'te Amerikan Psikiyatri Derneği'nin yıllık toplantısında DSM V'in yayımlanması kararı alınmıştır. Amerikan Psikiyatri Derneği, DSM V'in üçüncü bölümünde "İnternet Oyun Bozukluğu"nun el kitabına eklenip eklenmeyeceğinin belirlenmesi için araştırma desteği beklemektedir (dsm5.org, 2013).

2.1.1.8. İnternet Bağımlılığının Evreleri

Bağımlılık, türü ne olursa olsun bir sürecin sonunda gelişen bir olgudur ve gelişene kadar kişi bazı evrelerden geçmektedir (Ögel, 2001a; Şahin, 2007; Tamar Gürol, 2012). Doğal olarak bir bağımlılık türü olan internet bağımlılığının da bir süreç yaşanmadan, aniden ortaya çıktığı söylenemez. Bu konuda Odabaşoğlu ve arkadaşları (2007),

internetin zararlı kullanımının veya bağımlılığın öncesinde altı ayla üç yıl arasında değişen ortalama 1,5 yıllık bir süre bulunduğundan söz etmektedir. Odabaşoğlu ve arkadaşları (2007), bu süre içerisinde internet bağımlılığının belirtileri ve etkilerinin görülmesinin yanı sıra internet bağımlılığının, diğer bağımlılıklarda olduğu gibi bazı evrelerden geçtiğini ifade etmektedir. Tarhan ve Nurmedov (2011) bu evreleri üçe ayırmaktadır:

- **Kötüye kullanım:** İnternet ve bilgisayar suiistimalinde ölçüt, her zaman çok fazla vakit kaybına yol açmadığı için ortamdan çok iletilen mesajla ilintilidir. Bozukluk, ortaya çıkan problemler açısından değerlendirilir. Kötüye kullanım arasında, işteki suiistimal (kullanımı yasaklanan bazı web sitelerine girmek, kişisel e-postalarla meşgul olmak, iskambil veya benzeri oyunlar oynama vs.), bilgisayar yoluyla suç işleyenler (virüs yayıcıları, kredi kartı dolandırıcıları, cinsel suiistimalciler vs.) yer almaktadır.
- **Bağımlılık:** İnternet veya bilgisayar bağımlılığında kişi, kötüye kullanıma göre çok daha fazla zaman harcar ve bu süreçte olağan bir bağımlılık örüntüsü gözlenir. İnternetteki veya bilgisayardaki etkinliğe giderek daha fazla zaman harcanır. Öyle ki, bu etkinlik kişinin yaşamının odak noktası haline gelir. Kişinin sosyal ilişkileri, diğer insanların internetteki ya da bilgisayardaki etkinlik karşısındaki tutumlarına ve ona katılma becerilerine bağlı olarak gelişir veya biter. Bu evrede alışkanlık ve tolerans ortaya çıkar.
- **Tutsaklık:** Bu terim şiddetli bağımlılık için kullanılmaktadır. Bu tanıma göre kişi uzun süre bilgisayarda vakit geçirmeden işlevsel olamamaktadır. Bu durumda şiddetli bozukluktan söz edilebilir. Bilgisayar ve internet tutsaklığında sinirlilik, taşkınlık (ajitasyon), saldırganlık, uykusuzluk ve farklı düzeyde depresyonla belirgin yoksunluk sendromu söz konusudur. Hayatına son verme de şiddetlilik ölçüsü kabul edilebilir. Nitekim yorgunluktan ölecek düzeyde bilgisayar oyunu oynama sonrası belgelendirilmiş adam öldürme ve intihar vakaları mevcuttur (Tarhan ve Nurmedov, 2011).

Ögel'in (2012), Tarhan ve Nurmedov'dan (2011) farklı şekilde, bu evreleri döngüsel olarak ele aldığı dikkat çekmektedir. Ögel'e (2012) göre internet bağımlılığı beş evreden oluşmaktadır.

- **İnternet Kullanmayı Yoğunlaştırma:** Bu evrede kişi genellikle “ben bağımlı olmam”, “kontrol edebilirim”, “bu son olacak” gibi yanlış inançlar taşır.
- **İlerleme Evresi:** Bu evrede kişi sık ve uzun süre internet kullanmaya başlamıştır. Süre artırımları, internet yüzünden psiko-sosyal sorunlar hep bu dönemde yaşanır. Çoğunlukla artık bağımlı hale gelinmiştir; ancak kişi bağımlı olduğunun farkında olmayabilir. Yaşamının değiştiğinin farkında olmakla birlikte bu konuda tümüyle bilgisayarı suçlamamaktadır.
- **Bırakma Evresi:** Yaşanan zararlar üst düzeye çıkmıştır. Kişi artık kurtulma isteğindedir. Durumun kendine verdiği zararın farkına varmıştır. Ancak halen ikili (ambivalans) duygular içindedir. Kişi bırakmaya karar verdikten hemen sonra herhangi bir neden öne sürerek bırakma girişiminden vazgeçebilir. Bu evrede kişiyi bırakmaya zorlamak, bırakma girişiminin başarısızlıkla sonuçlanmasına neden olabilir.
- **Tekrar Kullanmaya Başlama Evresi:** Bireyin internete karşı eski katı tutumu kalkmıştır. Bu evrede “ara sıra kullanmaktan bir şey çıkmaz” düşüncesi temeldir. Bağımlılığın bu dönemde fark edilmesi büyük önem taşımaktadır.
- **Eskiye Dönme Evresi:** İnternet yoğun biçimde tekrar kullanılmaya başlanmıştır. Bağımlılığın tüm belirtileri ortaya çıkmıştır (Ögel, 2012).

Sonuç olarak görülmektedir ki; her iki yazar da bu evreleri farklı açılardan ele almaktadır. Tarhan ve Nurmedov'a (2011) göre en son evre bağımlılıktan bile daha kuvvetli olan tutsaklık evresidir. Ögel (2012)'e göre ise bağımlılığa gelinen noktadan sonra bırakma girişimi ve tekrar başlama gibi döngüsel bir süreç bulunmaktadır. Her ikisinde de ortak olan nokta: bağımlılığın her bir evresinin bireyi internette vazgeçemeyecek hale getirmesi ve bu duruma diğer bağımlılıklarda olduğu gibi “ben bağımlı olmam, istersem bırakırım” düşüncesinin eşlik etmektedir.

2.1.1.9. İnternet Bağımlılığının Nedenleri

İnternetin kendisini ve içeriğini incelemenin yanında, internet kullanıcılarının gereksinimlerini ve internetin bu gereksinimleri nasıl karşıladığını bilmek de gereklidir. Bireyin internet bağımlısı olmasında bir takım doğrudan ve dolaylı nedenlerden söz etmek mümkündür. İnterneti kullanım amacı ve interneti kullanım süresinden kaynaklanan nedenler internet bağımlılığında doğrudan etkiler olarak gösterilebilir. Bireyin psikolojik ve sosyolojik etkenler nedeniyle internete yönelmesi internet bağımlılığında dolaylı nedenler olarak ele alınabilir (Ögel, 2012).

İnternet bağımlılığının sebeplerini açıklayan psikolojik bakış, bağımlılığın oluşmasında klasik ve edimsel koşullanmanın etkili olabileceğini ileri sürmüştür. Beard (2005), klasik koşullanmanın internet bağımlısı insanların davranışlarını değiştirmede, muhafaza etmede ve başlatmada rol oynadığını belirtmektedir. Örneğin birey, psikolojik tahrik, bilgisayarı görme, bilgisayarı açma ve indirmek için internet bilgisini bekleme gibi dış ipuçlarını oluşturmak için koşullanabilmektedir. Heyecan, uyarım, zevk alma, ümit, sürpriz gibi iç durumlar arasındaki ilişkiler, kullanıcıyı bilgisayar kullanmanın sağladığı duygu ve tecrübeler psikolojik olarak bağımlı hale getirebilmektedir. Edimsel koşullanma ise, internet bağımlılarının davranışlarını başlatma, koruma ve değiştirmede rol oynayan başka bir psikolojik yöndür. Bağımlılık davranışları açısından edimsel koşullanma, fikir, duygu ve davranış gibi madde ve görevin pekiştirici yönleri üzerine odaklanmaktadır. İnternet kullanımı, bilgilere çabucak ulaşmak ve insanlarla iletişim sağlamak gibi çeşitli destekleyici faktörler tarafından cesaretlendirilebilmektedir. Eğer sorunlar aşırı internet kullanımından kaynaklanıyorsa, kişi bu sorunlardan kurtulup biraz rahatlamak için internetle daha fazla meşgul olmaktadır. Buna ek olarak, e-posta kontrol etme gibi aktivitelerle meşgul olmak, pekiştirmenin değişken bir oran çizelgesi ile devam ettiğini göstermektedir. Örneğin; kullanıcı e-postasını üç kez kontrol ettiğinde bir e-posta ile pekiştirilmişse daha sonra, bir e-posta ile tekrar pekiştirilmeyi beklemeden e-postasını yedi kez kontrol etmektedir (Beard, 2005).

İnternet bağımlılarının önemli bir kısmı, interneti “ruh hallerini değiştirmek ve kaçmak” için kullanmaktadırlar. Diğer bir ifadeyle internet, tedavi olmak için ilaç niyetine kullanılmaktadır. İnternet bağımlılarının birçoğu hayatlarında yüzleşmek istemedikleri bazı şeylerden (yalnızlık, sıkıntı ve kaygı, depresyon, ekonomik sorunlar, sınırlı sosyal yaşam vb.) kaçmakta ancak kişiler kaçtıklarını inkâr etmektedirler (Ögel, 2012; Young, 2004). İnternet ve bilgisayar stresle başa çıkma yoludur. Sürekli sıkıntı, kaygı ve heyecan yaşayan bireyler için bilgisayar veya internet dikkat dağıtmaktadır. Dikkatlerinin başka bir odağa yoğunlaşması, bireyin içsel sorunlarını yaşamasını veya en azından şiddetini azaltabilmektedir (Ögel, 2012). Çocuk ve ergenler açısından bakıldığında özellikle ilgilenilmeyen, aile içerisinde sağlıklı ve güvenli bir ortamı bulamayan veya aile içi çatışma yaşayan, sosyal kayıp yaşamış, az arkadaşı olan, akrabalarıyla samimi ilişkileri olmayan, okulda başarısız olanlar interneti bir kaçış aracı olarak kullanma yoluna gidebilmektedir. Böylece çocuk ve ergenler, bilgisayar oyunları ile internetin olumsuz etkilerinden en çok zarar gören kesim olabilmektedir (Bayraktutan, 2005; Kelleci, 2008).

Diğer bir neden, farklı bir bilinçlilik halidir. İnternet ortamı kimlik değişimine izin vermektedir. Bu da kendine özgü bir coşkunluk hali yaratmaktadır (Tarhan ve Nurmedov, 2011). Bu bağlamda insanlar bilinçlilik hallerini değiştirme ve gerçekliği farklı açılardan yaşama ihtiyacını gidermek için birçok aktivite denemektedir. Bunlar: meditasyon, madde kullanımı, spor, seks, sanat olabilmektedir. Sanal ortam farklı bilinçlilik halini karşılamak için yeni ve önemli bir alan yaratabilir. Kişinin zamanı, mekânı ve kişiliğini algılayışı internet ortamında değişebilir (Ögel, 2012; Tarhan ve Nurmedov, 2011). Kır (2008) bu konuda birçok kişinin gerçek dünyada karşılığını bulamadığı tutkuları ve tutsaklığı sanal dünyada yaşadığını belirtmektedir.

İnternet her bireyi aynı şekilde etkilememektedir. Kişilik farklılıkları da internet bağımlılığına eğilimi etkilemektedir. Sosyal Ağ Kuramı'na göre dışadönük bireyler içedönük olanlara göre daha fazla iletişim kurma ihtiyacı içinde olmakta ve bu sebeple interneti daha çok etkileşim amacıyla kullanmaktadır (Durak Batıgün ve Kılıç, 2011). Beş faktör kuramı ise kişiliği açıklık, sorumluluk, dışadönüklük, uyumluluk ve duygusal dengeyi içeren beş boyutla açıklamaktadır. İçedönük, duygusal dengesi değişken ve

uyumlu olmayan ergenler kişilerarası alanda daha az başarılıdır. Buna bağlı olarak, bu kişiler gündelik yaşamlarında sosyal kaynakları daha az kullanabilirler. Bu nedenle, bu ergenlerin yalnız kalmayı önlemek için sanal ilişkilere yönelmesi beklenebilir. Açıklık ve sorumluluk olarak belirtilen kişilik faktörleri ise kişilerin sosyal yaşamlarını daha az belirlediğinden internet kullanımını üzerinde diğer kişilik faktörlerine göre daha az etkilidirler (Ögel, 2012).

İnternet bağımlılığının/ problemlili internet kullanımının başka bir nedeninin de olumsuz model olduğu söylenebilir. Öyle ki kullanıcılar, çevrelerindeki başkalarıyla tanışma, eğlenme ve sorunları çözme yolu olarak interneti kullandıklarını görerek aynı amaçlar için interneti kullanmayı öğrenebilir, bütün bu ihtiyaçlarını karşılamak için interneti bir yöntem ya da ana kaynak olarak görebilirler (Beard, 2005).

Bir diğer neden olarak, bireylerin sosyal destek ve ait olma gereksinimi söylenebilir. İnsanların çevrelerinde güvенеbilecekleri, onlara değer veren, onlarla ilgilenen kişilerin varlıkları “sosyal destek” anlamına gelmektedir (Durak Batıgün ve Kılıç, 2011). Nitekim bilgisayar aracılığıyla düzenli ve uzun süreli iletişim kuran insanlar arasında bir çeşit “sosyal destek” ağı oluşur. Ayrıca bireyler bu sosyal ortamlarda ait olma ihtiyacını da karşılayabilmektedir (Ögel, 2012). Kişilerin sanal ortamda geçirdiği vakit arttıkça, internetin duygusal destek sağlamak, yeni insanlarla tanışmak ve onlarla ilişki kurmak için kullanılma sınırı da genişlemektedir. Birey günlük yaşamda elde edemediği sosyalleşmeyi sanal ortamda gidermek istemektedir. Toplumun en küçük sosyal örgütü olan aile, bireyi sosyalleştiremezse birey bu ihtiyacını başka ortamlarda aramaktadır. Birey e-postalar, sohbet odaları, tartışma forumları ve çevrimiçi oyunlar aracılığıyla sosyalleşmeye çalışmaktadır. Bu yönüyle internet, bilinen sosyalleşmeyi bozan; ancak farklı sosyalleşmeyi oluşturan bir unsurdur. Bundan dolayı sosyalleşmeyi iyi anlamak gereklidir. İnternet bağımlılarında sosyalleşmede ciddi sorunlarla karşılaşmaktadır. Bu sorunların neler olduğu aşağıda belirtilmiştir (Ögel, 2012):

- Sadece internet içinde kaldığı için sosyalleşmenin diğer evrelerini gerçekleştirmez.
- Toplumsal bir kimlik kazanması çok güçtür.

- İnternet dışında kulüp, meslek grupları gibi farklı sosyalleşme kaynaklarını tanıyamaz.
- Toplumun örf, adet ve geleneklerini öğrenemez.
- Bireyin kendi davranış kalıpları değil, internet davranış kalıpları gelişir. İnternetin başından kalktığında davranış kalıpları yoktur.
- Birey toplumun değil, internet toplumunun normatif beklentilerini üstlenir.
- İnternetle, toplumun getirdiği denetim kaybolur.

İnternetin kişilerin başarı ve hâkimiyet gereksinimlerini karşılama kapasitesi de vardır. Herkesin öğrenmeye, başarmaya, çevreyi kontrol altına almaya ve bu başarılarıyla özgüvenini artırmaya ihtiyacı vardır. Edimsel koşullanma kuramı en etkili öğrenmenin küçük başarıların hemen pekiştirilmesiyle sağlanabileceğini ortaya koyar. Bilgisayarların bu kadar bağımlılık yapmasının nedeni, ödüllendirmenin hızlı ve verimli çalışmasıdır (Beard, 2005; Ögel, 2012; Tarhan ve Nurmedov, 2011).

Cinsel tatmin de patolojik internet kullanımının nedenlerinden biri olabilmektedir. Patolojik internet kullanımı içinde olanların cinsel içerikli sayfaları daha çok kullandıkları bilinmektedir (Ögel, 2012). Bunun sonucu olarak da Young (2004) sıklıkla aşırı internet kullanımının bireyin gerçek yaşamdaki partnerine karşı daha az istek ve enerji duymaya yol açtığını, sanal cinsel uyarımla yenilik ve heyecanı tercih ettiklerini ifade etmektedir.

Yabancılaşma ve yalnızlık da önemli nedenler arasındadır. Bireyin toplumdan uzaklaşmasını ifade eden “yabancılaşma” internet bağımlılığıyla ilişkili olarak sorunlu davranışların anlaşılması için önemli bir kavramdır. Yalnızlık kavramının da yabancılaşma, toplumdan uzaklaşma, can sıkıntısı veya sosyalleşememe gibi kavramlarla da ilişkili olduğu söylenebilir. Yalnızlık depresyon gibi, internet bağımlılığı için hem bir neden hem de bir sonuç olarak düşünülebilir (Ögel, 2012). Diğer bir ifadeyle arkadaş yokluğu, internet bağımlılığına götüren bir neden olabildiği gibi arkadaş varlığı da bu anlamda sosyal bir neden olabilmektedir (Dinç, 2010), çünkü bireyin arkadaşlarının çoğu internette ya oyun oynamakta ya da sohbet odalarında, forumlarda görüşmektedirler. Birey, çevresinden duyduğu internetin zararlarından ya da

internet kullanımının olası risklerinden korunmak için bir süre internete karşı olumsuz bir tutum gösterebilmektedir. Ancak arkadaş ortamında internet ve internet etkinlikleri ile ilgili konuşmaların geçmesi, bireyin arkadaş ortamlarından dışlanmamak ve bu ortamlarda kabul görmek adına da internete yönelmesi ile sonuçlanabilmektedir (Günüç, 2009). İnternet bağımlılığında yabancılaşma ve yalnızlık nedeninin iki uçlu olduğu görülmektedir. Bundan dolayı Ögel (2012) bu nedeni ele alırken dikkat edilmesi gereken noktanın aşırı internet kullanmaya yönelten nedenin bireyin toplum içinde yalnız kalmasıyla açıklanabildiği gibi, bireyin aşırı internet kullanımından ötürü zamanla toplumdan uzaklaşarak yalnız kalması şeklinde de düşünülebileceğini ifade etmektedir. Ayrıca Ögel (2012), ergenlik çağına özgü problemler ve kuşak çatışması gibi nedenlerle gençlerin aileyle paylaşacak fazla bir şeyin kalmaması, arkadaşlık kurmakta güçlük çekmesi, içekapanıklık gibi sebeplerle kendini yalnız hissetmesi ve bu yalnızlıklarını sosyal hayat içerisinde gidermekte güçlük çekmelerinin de onları kolaylıkla internete bağımlı hale getirebileceğine dikkat çekmektedir.

Diğer psikiyatrik hastalıkların da internet bağımlılığına eğilimi artırabileceği belirtilmektedir. Odabaşoğlu ve arkadaşları (2007), internet bağımlılığının genç yaş grubunda, eşlik eden birçok başka psikiyatrik bozuklukla beraber bulunabileceği ve bazen de bu bozuklukların internet bağımlılığının ortaya çıkmasına uygun bir zemin yaratabileceğini belirtmektedir. Odabaşoğlu ve arkadaşları (2007), özellikle dikkat eksikliği hiperaktivite bozukluğu, sosyal fobi ve depresyon durumları ile ailede bağımlılığa yatkınlık söz konusu olduğunda riskli internet kullanımı olan çocuk ve ergen vakalarına karşı dikkatli olunması gerektiğini ifade etmektedirler.

Yukarıdaki açıklamalar dikkate alındığında internet bağımlılığının birbirinden farklı birçok nedeninin olduğu görülmektedir. Bu nedenleri anlayabilmek için bireylerin biyo-psiko-sosyal ihtiyaçlarının farkında olmanın ve bireyleri bir bütün olarak değerlendirmenin de önemli olduğu söylenebilir. Ayrıca internet bağımlılığının nedenlerinin iki uçlu olabileceği, başka bir ifadeyle neden olduğu düşünülen durumun sonuç, sonuç olduğu düşünülen durumun da bazen neden olabileceği anlaşılmaktadır.

2.1.1.10. İnternet Bağımlılığının Yaygınlığı

İnternet, kişinin teknoloji veya bilime olan ilgisinden bağımsız olarak, hemen herkesin kötüye kullanabileceği bir alan sağlamaktadır (Ögel, 2012). Dinç (2010), internetin, insanların hayatına gireli çok uzun yıllar olmasa da internet bağımlılığının kültür ve coğrafya farkı gözetmeksizin hızlı bir şekilde yayıldığını belirtmektedir. Dinç (2010) buna ek olarak, ilerleyen yıllarda ise internetin kendi sahip olduğu özellikler ve kullanıcılarına sunduğu alternatifsiz imkânlar sebebiyle belki diğer bütün bağımlılıklardan daha yaygın olabileceğini vurgulamaktadır. Ayrıca bu konuda Block (2008) internet bağımlılığının DSM V’te yer alabilecek kadar yaygın bir bozukluk olduğuna dikkat çekmektedir.

Bu bağlamda internet bağımlılığı ile ilgili çalışmalar da bağımlılığın hızlı bir şekilde yaygınlaştığını göstermektedir. Tanı ölçütlerinin belirlenmesinin ardından uluslararası çapta çok sayıda araştırma, genel olarak internet bağımlılığının toplumdaki yaygınlığının %6-14 arasında olduğunu göstermektedir (Arısoy, 2009).

Alanyazın incelendiğinde internet bağımlılığının yaygınlığına yönelik araştırmalarda dikkate değer sonuçlar bulunmuştur. Öyle ki; Lin ve Tsai’nin (2002) 753 Tayvanlı ergenle çalışmasında, ergenlerin %11,6’sının internet bağımlısı olduğu sonucuna ulaşılmıştır. Hong Kong’daki üniversite öğrencilerinde internet bağımlılığının yordayıcılarının araştırıldığı çalışmada 410 öğrencinin %18’inin aşırı internet kullanıcısı olduğu sonucuna ulaşılmıştır (Sally, 2006). Cao ve Su (2006), 12–18 yaş aralığında bulunan 2620 Çinli öğrencinin katıldığı çalışmada ergenler arasında internet kullanım oranının %88 olduğunu, internet bağımlılığı oranının ise %2,4 olduğunu tespit etmişlerdir. Yunan ergenler arasında internet bağımlılığının yordayıcılarını araştıran Titsika ve arkadaşlarının (2009) çalışmalarında ise, internet bağımlılığının %1, sınırda internet kullanımının %12,8 olduğu görülmüştür. Cao ve arkadaşları (2011), Çin’de sekiz şehirde bulunan 15.538 öğrencinin katılımıyla olan çalışmada yaklaşık olarak %8,1’inin (n=1.262) problemlerle internet kullanımının varlığını saptamışlar ve internet bağımlılığının Çinli ergenler arasında yaygınlaştığına dikkat çekmişlerdir.

Türkiye'deki çalışmalar incelendiğinde de özellikle ergenler arasında internet bağımlılığının önemsenecek düzeyde yaygın olduğu görülmektedir. Nitekim Odabaşoğlu ve arkadaşları (2007), internet bağımlılığının dünyada olduğu gibi Türkiye'de de hızla yaygınlaşan ve psikiyatristlerin sıklıkla karşılaşmaya başladıkları bir psikopatoloji olduğuna dikkat çekmektedirler. Aslan Üçkardeş'in (2010) yaptığı çalışmada Mersin Üniversitesi öğrencilerinde internet bağımlılığı yaygınlığının %2 olduğu sonucuna ulaşılmıştır.

Türkiye'deki en güncel çalışmalar arasında yer alan Gökçearslan ve Günbatır'ın (2012) Bursa'da ortaöğretim son sınıf öğrencilerine yönelik yapmış oldukları araştırmada, çalışma grubunda yer alan 172 öğrencinin %2,33'ünün internet bağımlısı olduğu bulunmuştur. Katılımcıların %4,65'i risk grubunda internet bağımlısıdır. %12,80'i ise eşik grubunda yer almaktadır. Yüzdelerik değerler incelendiğinde yaklaşık olarak öğrencilerin %7'sinin internet bağımlısı olduğu veya bu potansiyele sahip olduğu, %17,45'inin ise eşik ve risk grubunda internet bağımlısı olduğu görülmektedir.

İstanbul örneğinde internet ve bilgisayar bağımlılığının yaygınlığının araştırıldığı çalışmada, araştırmaya katılan ve daha çok 16 yaş altında bulunan 2209 kişilik örneklem grubunda bağımlılık tanısı için gerekli olan en az beş ölçütü karşılayanların yaygınlığının %4,5 olduğu görülmektedir. Ayrıca öğrencilerin %21,2'sinin bağımlılık tanı ölçütlerinin en az üç ve dört ölçütü karşıladığı ve bu bulgunun, internet bağımlılığı tanısı için gerekli eşik değerinin altındaki öğrenci sayısının, oldukça yüksek oranda olduğu vurgulanmaktadır. Bu bulgular ışığında araştırmacılar daha düşük olan ölçütler ile değerlendirme yapıldığında yaygınlığın daha yüksek çıkacağını vurgulamaktadırlar (Tarı Cömert ve Ögel, 2009).

Bu ve buna benzer sonuçları dikkate alan terapistler birçok öğrencinin ve çalışanın bilgisayarda daha fazla zaman geçirebilmek için işlerini ve okullarını bırakabileceklerinden endişe duymaktadırlar (Young, 1998; Choi, 2007, akt. Dinç, 2010). Nitekim bu endişeyi destekler bir şekilde Odabaşoğlu ve arkadaşları (2007), internet bağımlılığı klinik görünümelerini inceledikleri çalışmada liseye devam eden 7 öğrencide yoğun internet kullanımı sebebiyle okula devamsızlık, okul reddi, hatta sınıf

kaybı gibi problemlerin gözlemlendiğini belirtmektedir. Aşağıdaki tabloda, farklı araştırmalara göre Türkiye’deki öğrenciler arasında internet bağımlılığı yaygınlık oranları verilmiştir.

Tablo 2. Türkiye’de 2008–2012 yılları arasında öğrencilerde internet bağımlılığı yaygınlık oranları

Yıl	Araştırmacı	Okul Türü	Araştırma Grubu	İnternet Bağ. Yüzdesi	Riskli İnternet Kullanıcısı/ Eşik Grubu	Kullanılan Ölçek
2012	Gökçearslan ve Günbatar	Lise	172	2.33	17.45	İnternet Bağımlılık Ölçeği (Günüç ve Kayri, 2010).
2011	Üneri ve Tanıdır	Lise	211	24.2		İnternet Bağımlılık Ölçeği (Günüç, 2009)
2010	Durak Batıgün, Kılıç, Akün ve Özgür (Proje)	Üniversite	1198	18.89		İnternet Bağımlılık Ölçeği (Young, 1998).
2010	İnan	İ. Ö. 2. kademe ve Lise	524	0.4	9.2	İnternet Bağımlılık Ölçeği (Bayraktar, 2001)
2009	Kayri ve Günüç	Üniversite	277		11.5	İnternet Bağımlılık Ölçeği (Nichols ve Nicki’nin-2004 Türkçe Uyarlaması)
2009	Tarı Cömert ve Ögel	Lise	2209	4.5	21.2	Araştırma Soru Formu
2009	Günüç	Lise	754	10.1	26.4 Riskli/ 34.1 Eşik Grubu	İnternet Bağımlılık Ölçeği (Günüç, 2009)
2009	Balcı ve Gülnar	Üniversite	953	23. 2	28.4	İnternet Bağımlılık Ölçeği (Young)
2008	Doğan, Işıklar ve Eroğlu	Lise (son sınıf)	184			Problemler İnternet Kullanım Ölçeği (Ceyhan, Ceyhan ve Gürçan, 2007).

Ele alınmış olan araştırmalar ve tablodaki oranlar incelendiğinde, Türkiye’de internet bağımlılığının azımsanmayacak düzeyde olduğu görölmektedir. Bu orana eşik ve risk grubunda yer alanlar da eklendiğinde yaygınlığın ve risk altında olan grubun oranının arttığı sonucuna ulaşılabilmektedir.

2.1.2. ÖZNEL İYİ OLUŞ İLE İLGİLİ KURAMSAL ÇERÇEVE

Bu kısımda öznel iyi oluş kavramı açıklanmıştır. Ardından öznel iyi oluşu açıklayan kuramlara ve ergen öznel iyi oluşu ile ilgili kuramsal bilgilere yer verilmiştir.

2.1.2.1. Öznel İyi Oluş

Ünlü filozof Aristoteles'e göre tüm insanlar mutluluğu arar. Mutluluk insan yaşamının ereğidir. Her varlığın işlevi kendi formunu elde etmek ve kendine uygun etkinliğı yerine getirmektir. İnsan- altı organizmalarda bu başarı, doğal olarak gerçekleşirken; insanda kendi çabasının işe koşulmasına bağılı olmaktadır. Bu da zorunlu olarak bir dizi aşamayı içermektedir (Büyükdüvenci, 1993). Başka bir ifade ile mutluluk, bireysel deneyimler tarafından şekillenen ve geniş ölçüde kültürün etkisinde kalan bir kavramdır (Mangels, 2009).

Yakın zamana kadar alanyazının büyük bir kısmında temel olarak depresyon, kaygı, stres gibi yıkıcı psikolojik ögelere ilişkin araştırmalar yer almıştır. Son zamanlarda ise pozitif psikolojinin ortaya çıkışı, zihinsel hastalık çalışmalarından zihinsel iyi olma çalışmalarına yönelik değışime katkı sağlamıştır (Mangels, 2009). Bu bilgiye paralel olarak Strack, Argyle ve Shwarz (1991) “Psikoloji, insan doğasının olumsuz yanları ile daha yakından mı ilgilidir? Psikoloji sadece insanlar sıkıntı ve yardım ihtiyacı içindeyken mi hatırlanmıştır? Olumsuz durum ve olaylar olumlu yaşantılara oranla daha güçlü bir nedensel açıklama ihtiyacı mı göstermektedir?” gibi sorulara yanıt aramışlardır (Akt. Tuzgöl Dost, 2005). Sonuç olarak mutluluk, felsefede olduğu gibi psikoloji alanında da araştırma konusu olmuştur.

Psikoloji alanında mutluluğun ifadesi olarak iyi oluşla ilgili araştırmalara bakıldığında “öznel iyi oluş” (Diener, 1984) kavramının yanı sıra psikolojik iyi oluş, yaşam doyumu, yaşam kalitesi, iyilik hali (wellness) ve olumlu duygulanım gibi çeşitli kavramlarla ele alındığı da görülmektedir. Bu kavramların anlamları birbiriyle tamamen aynı olmamakla birlikte büyük oranda ilişkilidirler; çünkü bunların hepsi bireyin olumlu işlevde bulunmasını ve mutluluğunu sağlayan koşullarla ilgilidir (Tuzgöl Dost, 2005). Daha açık bir ifadeyle öznel iyi oluş ve psikolojik iyi oluş arasındaki temel farklılık, öznel iyi oluşta iyi olmanın temel göstergesi bireyin yaşamı ile ilgili öznel yargıları iken, psikolojik iyi oluşta, iyi olmanın temel göstergesi ruh sağlığı uzmanlarının bireyin yaşamı ile ilgili değerlendirmeleri ya da kararlarıdır (Diener, 1984). Bu çalışmada ise mutluluk ve bireylerin mutluluklarına ilişkin değerlendirmeleri “öznel iyi oluş” kavramıyla ele alınmıştır.

Öznel iyi oluş, bireyin yaşamından ne düzeyde doyum aldığı, olumlu ve olumsuz duyguları ne düzeyde yaşadığına yönelik yaptığı değerlendirmedir (Diener, 1984). Joshi’ye (2010) göre öznel iyi oluş, bilimsel anlamda insanların yaşamlarını nasıl değerlendirdikleridir. Tuzgöl Dost (2005) ise öznel iyi oluşun, hoş duygulanım, hoş olmayan duygulanım ve yaşam doyumu öğelerinden oluştuğunu, olumlu duyguların ve doyuma ilişkin bilişsel yargının, çeşitli yaşam alanlarıyla ilgili olabildiğini ve bunların toplamının ise genel yaşam doyumunu yansıttığını ifade etmektedir. Gündoğdu ve Yavuzer’e (2012) göre öznel iyi oluş ise bireyin yaşamından ne düzeyde doyum aldığını değerlendirmesidir. Öznel iyi oluş düzeyi yükseldikçe birey kendi yaşam olaylarını ve koşullarını olumlu olarak değerlendiriyor demektir.

Bireyin öznel iyi oluşunun yüksek olması istenen bir durumdur. Bu anlamda öznel iyi oluş düzeyinin yükselmesi, hoş olan duygulanımın hoş olmayan duygulanımdan üstün olmasına ve kişinin yaşamının niteliğine ilişkin bilişsel yargısının olumlu olmasına bağlıdır (Tuzgöl Dost, 2005). Başka bir ifadeyle, olumlu duyguları sıklıkla, olumsuz duyguları çok az yaşayan ve yaşamlarından da doyum alan bireyler yüksek düzeyde öznel iyi oluşa sahip bireyler olarak kabul edilmektedir (Lyubomirsky, King ve Diener, 2005).

Joshi'ye (2010) göre öznel iyi oluş; yaşam doyumu, evlilik doyumu, kaygı ve depresyonun olmayışını ve pozitif duyguları içerir. Olumsuz duyguların azlığı (öfke, mutsuzluk), doyumu içeren yaşam deneyimleri, öznel iyi oluşun yüksek olduğunu ifade eder. Diğer yandan yaşamdan doyum alamama, olumsuz duyguların (kaygı, öfke) sık yaşanması öznel iyi oluşun düşük olduğunu göstermektedir.

Algılanan ekonomik durum, algılanan anne baba tutumları, dini inançlar, denetim odağı (Tuzgöl-Dost, 2006), dışa dönüklük, duygusal dengesizlik ve sorumluluk (Eryılmaz ve Öğülmüş, 2010), olumlu gelecek beklentisi (Eryılmaz, 2011b), aile ortamları arasındaki ilişki (Eryılmaz, 2011a), iyimserlik eğilimi, özsaygı (Eryılmaz ve Atak, 2011), mizah tarzları (Tümkaya, 2011) vs. gibi daha birçok değişkenle ilişkili olan öznel iyi oluş düzeyinin yüksekliğinin, birçok alanda faydaları olduğunu söylemek mümkündür. Bu bağlamda Joshi (2010) çalışmasında, öznel iyi oluş düzeyi yüksek olan bireylerin diğerlerine göre; bağımsızlık sistemlerinin daha güçlü olduğu, daha uzun yaşadığı, işlerinde daha yüksek başarı gösterdiği, daha fazla sosyal ilişki içinde olduğu, karşılaştıkları zor durumların üstesinden daha kolay geldiği, daha hızlı ve daha iyi karar verdiği sonucuna ulaşmıştır.

Sağlıklı ve üretken bir yaşamı elde etmede aracı rolü olan öznel iyi oluşun (Diener ve Seligman, 2002; Lyubomirsky, King ve Diener, 2005) üç önemli bileşeni vardır. Bunlar: doyum, pozitif ve negatif duygulardır (Joshi, 2010). Diener (1984) da benzer şekilde üç öğeden söz etmekte ve bunları şöyle açıklamaktadır: Öznel iyi oluş, öznedir; bireyin deneyimlerinde yer almaktadır, ikinci olarak olumlu ölçümleri kapsamaktadır. Üçüncü olarak öznel iyi oluş ölçümleri, tipik olarak kişinin yaşamının tüm yönlerinin genel bir değerlendirmesini içermektedir. Ben-Zur (2003) ise, olumlu ve olumsuz ölçümlere açıklık getirmekte ve olumlu duygulanımın, neşe, ilgi, heyecan, güven, uyanıklık (alertness) gibi duyguları yansıttığını, olumsuz duygulanımın korku, öfke, üzüntü, suçluluk, nefret gibi olumsuz duyguları içeren doyumumsuzluk ve öznel stresi yansıttığını ifade etmektedir. Lyubomirsky, King ve Diener (2005) öznel iyi oluşu oluşturan öğelerden başka, öznel iyi oluşu etkileyen faktörlerin olduğundan söz etmişlerdir. Öznel iyi oluşu etkileyen faktörlerden ilki olan kişilik özelliklerinin bireylerin öznel iyi oluşlarını %50 oranında açıkladığını, ikinci faktör olan amaca yönelik etkinliklerin,

bireylerin öznel iyi oluşlarını %40 oranında etkilediğini, üçüncü olarak demografik faktörlerin ise bireylerin öznel iyi oluşlarını toplam olarak %10 oranında açıkladığını ifade etmektedirler (Lyubomirsky, King ve Diener, 2005).

2.1.2.2. Öznel İyi Oluşa Yönelik Yaklaşımlar

Öznel iyi oluşu açıklayan birçok kuram bulunmaktadır. Bu kuramlar ve öznel iyi oluşa ilişkin yaklaşımları aşağıda açıklanmıştır.

➤ **Erek Kuramı:** Erek Kuramı'nda iki önemli boyut bulunmaktadır. Bunlar; amaç ve gereksinimdir. Gereksinimler açısından bakıldığında, bireylerin doğuştan getirdikleri ve sonradan kazandıkları olmak üzere birtakım gereksinimleri bulunmaktadır. Birey bu gereksinimlerin farkında olsun ya da olmasın, gereksinimleri doyuma ulaştığında mutlu olmaktadır (Diener, 1984). Amaçlar açısından bakıldığında ise bireylerin amaçları makul bir düzeyde olduğunda ve bireyler günlük yaşamlarını kolaylaştıracak şekilde kendi bireysel amaçlarını takip ettiklerinde iyi oluşları artabilmektedir (Diener, Suh, Lucas ve Shmith, 1999).

Ereksel yaklaşımlara göre öznel iyi oluşu engelleyen birçok nokta vardır (Diener, 1984). Bunlar:

- Bireyler kısa sürede mutluluk verecek amaçları isteyebilirler, fakat bu amaçlarına uzun dönemdeki sonuçları bireyin diğer amaçlarının gerçekleştirilmesini engelleyebileceğinden dolayı mutluluğu azaltabilir.
- Bireylerin amaç ve istekleri birbiriyle çatışabilir. Bu nedenle tam anlamıyla doyum yaşamak imkânsız olabilir, çünkü bu durumda gereksinimleri ya da istekleri tanımlamak ve bütünleştirmek güçleşebilir.
- Bireyler amaçları ya da istekleri olmadığı için mutlu olamayabilirler. Sonuç olarak bireyler kötü koşullardan, bazı becerileri kazanmamış olmaktan ya da gerçek dışı amaçlar belirlemiş olmaktan dolayı amaçlarına ulaşmakta yetenekli olmayabilirler.

➤ **Haz-Acı Kuramı:** Birey yaşamında eksik olan şeylere ilişkin gereksinim ve amaçlara sahiptir. Bu kuramda temel düşünce, yoksunluk veya eksikliğin amaçlara ulaştıktan sonra daha fazla haz elde etmeyi sağlayacağıdır. Bireyin gereksinimleri ve ihtiyaçları karşılanmışsa büyük bir mutluluğa ulaşmak mümkün değildir. Biyolojik gereksinimler birey bir amaca ulaştığında yenisini oluşturarak kendisini yenileyebilmektedir. Acı ve haz birbiriyle bağlantılıdır ve haz acıyı izler (Diener, 1984).

➤ **Etkinlik Kuramı:** Erek kuramında mutluluğun odak noktası son durum iken, etkinlik kuramında ise önemli olan etkinliklerin yapıldığı süreçtir. Bir başka ifadeyle, eğer birey etkinlik ve amaçlara yoğunlaşırsa mutluluk kendiliğinden gelecektir. Örneğin bir dağ etkinliğinde dağa tırmanmak zirveye ulaşmaktan daha fazla mutluluk verebilir. Aristoteles'e göre mutluluk, erdemli etkinliklerden oluşur ve iyi bir şekilde başarılan iş mutluluk getirir (Diener, 1984). Bu noktada etkinlik kuramı, amaçların değil amaçlara ulaşma yolunda yapılan eylemlerin daha doyum verici olduğunu savunmaktadır. Bu kurama göre, bireyin yeteneklerine uygun amaçlar belirlemesi ve bu amaçlara ulaşmak için yaptığı etkinliklerde ilerlemesi kişiye doyum sağlamaktadır (Tuzgöl Dost, 2005).

➤ **Tavandan-Tabana (Top-down) ve Tabandan-Tavana (Bottom-up) Kuramı:** Tabandan-Tavana Kuramı'na göre mutluluk, bireylerin yaşadıkları küçük mutlulukların toplamıdır. Bireyin mutlu bir yaşamı olup olmadığı yargısına varmak amacıyla, yaşamındaki haz ve acıların toplamına ilişkin bazı zihinsel hesaplamaları olmaktadır. Tabandan tavana yaklaşımına göre öznel iyi oluş, bireyin yaşamında önemli doyum alanları ile ilgili yaşantılarının toplamı olarak değerlendirilmektedir. Bu kurama, göre mutlu bir bireyin mutluluğunun nedeni birçok mutlu anlar yaşamış olmasıdır. Bu bakış açısına göre, birey yaşamının aile, arkadaşlık, iş gibi kişisel olarak önemli yaşam alanlarından memnun ise, yüksek bir öznel iyi oluş duygusuna sahiptir. Tavandan tabana yaklaşımında ise, kişiliğin genel görünümünün kişinin olaylara verdiği tepkiyi etkileyeceğine inanılmaktadır. Örneğin, neşeli mizaca sahip biri, birçok olayı olumlu olarak yorumlayabilmektedir (Diener, 1984).

➤ **Bağ İlişkilendirici Kuram:** Bu yaklaşımda niçin bazı bireylerin mutluluğu etkileyen özelliklere sahip olduğunu açıklamaya çalışan modeller yer almaktadır.

Bilişsel yaklaşım bunlardan biridir. Bilişsel yaklaşımlara göre mutluluğun bellekte bir ağı vardır. Bower (1981) insanların o andaki duygusal durumlarına göre anılarını hatırladıklarını ve yorumlarını belirlemiştir. Mutlu bireylerde çoğu olay ya da düşünce mutlu düşünce ve olaylara yol açar. Böylece bir çok olaya olumlu yollarla tepkide bulunma bireysel olumlu ilişki ağının hâkim olmasını sağlar (Akt. Diener, 1984).

Bir başka kuram, duygunun ortaya çıkmasında klasik koşullanmayı temel almaktadır. Araştırmalar duygusal koşullanmaların sönmeye daha dirençli olduklarını göstermektedir. Böylece mutlu bireyler çok sayıda günlük uyaranlar ile birçok olumlu duygusal yaşantıyı birleştirebilmektedirler (Diener, 1984).

➤ **Yargı Kuramı:** Mutluluğun bazı standartlar ve gerçek koşullar arasındaki karşılaştırmadan ortaya çıktığını varsayan birçok kuram vardır. Eğer gerçek durum belirlenen standardın üstündeysen mutluluk oluşur. Bu durum doyum söz konusu olduğunda bilinçli yapılmakta, fakat duygu söz konusu olduğunda bilinçsiz olmaktadır. Yargı kuramları, ne gibi olayların olumlu veya olumsuz olduğunu önceden öngörmez, sadece oluşacak olan duygunun derecesini öngörmeye yardımcı olur (Diener, 1984).

Yargı kuramının önemseydiği sosyal karşılaştırma kuramında kişi, kendi durumunu karşılaştırmada diğerlerini ölçüt olarak kullanmaktadır. Kişinin durumu diğerlerinden iyi ise, bireyin doyumunu veya mutluluğu artmaktadır. Başka bir ifadeyle, kişinin yakınında olanların durumu kendisinkinden daha kötü ise mutlu, daha iyi ise kişi mutsuz olmaktadır (Diener ve ark., 1999).

Yine bireyin olaylara uyum sağlaması da bu kuram içerisinde ele alınmaktadır. Olaylar ilk meydana geldiklerinde iyi veya kötü oluşlarına göre, mutluluk da mutsuzluk da yaratabilirler; ama zamanla olaylar ilk yarattıkları güçlü etkiyi kaybetmektedirler. Kişi iyi koşullara alışmaktadır. Dolayısıyla mutluluk hali daha uzun sürmemektedir. Benzer uyum süreci kötü olaylar için de söz konusu olmaktadır. Uyum kuramı kişinin kendi deneyiminden doğan bir standarda dayanmaktadır. Eğer güncel olaylar standarttan iyi durumda ise birey mutlu olmaktadır. Ancak, iyi olaylar devam ederse uyum meydana gelmekte, bireyin standartları yükselmektedir. Böylece bireyin mutluluğu azalmaktadır

(Diener, 1984). Başka bir ifadeyle, bu kuram öznel iyi oluşu, yaşamda sürekli değişen olay ve durumlara uyum sağlama gücüne bağlamaktadır. Bu güç sayesinde insanlar acı veren olaylardan sonra uzun süre mutsuz kalmadığı gibi, hoş olaylardan sonra da mutluluğunu uzun süre devam ettirememektedir. Böylece, bireyler karşılaştıkları olumlu ve olumsuz olaylara rağmen dengelerini korumaktadırlar (Tuzgöl Dost, 2005).

Yukarıdaki bütün kuramlar temelde öznel iyi oluşu açıklamaktadır. Hepsinin de öznel iyi oluş düzeyinin, bireylerin mutluluklarının mutsuzluklarından fazla olması yönünde değerlendirdiği görülmektedir. Bununla birlikte her bir kuramı bir diğerinden ayıran noktanın, bireyin mutlu ve mutsuz yaşantılarını değerlendirme biçimi ve bu yaşantıları etkileyen unsurlardaki farklılıklar olduğu söylenebilir.

2.2. İLGİLİ ARAŞTIRMALAR

Aşağıda öncelikle internet bağımlılığı ve öznel iyi oluş ile ilgili araştırmalara yer verilmiştir. Daha sonra iki değişken arasındaki ilişkilere yönelik araştırmalar ele alınmıştır.

2.2.1. İnternet Bağımlılığı İle İlgili Araştırmalar

Aşağıda internet bağımlılığı ile ilgili araştırmalar, araştırma grupları, değişkenler ve bulgular açısından ele alınmıştır. Araştırmalara, kronolojik sıraya ve eğitim kademelerinden öncelikle lise daha sonra üniversite öğrencilerine yönelik olmasına göre yer verilmiştir.

2.2.1.1. Lise Öğrencilerinde İnternet Bağımlılığı İle İlgili Araştırmalar

Lin ve Tsai (2002), Tayvan'ın farklı bölgelerindeki liselerde eğitim gören 751 öğrenciyi (507 erkek, 244 kadın) kapsayan bir çalışma yürütmüşlerdir. Araştırma sonuçlarına göre öğrencilerin yüzde 17'si internet bağımlılığı belirtisi göstermektedir. Çalışmada internet bağımlılığının en temel belirleyicisi olarak internet kullanım süresi bulunmuştur.

Nalwa ve Anand (2003), Hindistan'daki çalışmalarında, 16–18 yaş aralığındaki 100 öğrencinin internet bağımlılıklarının boyutunu belirlemeyi amaçlamışlardır. Araştırmada bağımlı olanlar ve bağımlı olmayanlar olmak üzere iki grup belirlenmiştir. Çalışmanın sonuçları incelendiğinde, internete bağımlı olan ve bağımlı olmayan grup arasında anlamlı davranışsal ve işlevsel kullanım farklılıkları bulunmaktadır. Bağımlıların çevrimiçi zaman geçirmek için diğer işlerini erteledikleri, gece geç saatlere kadar internette olduklarından uykusuz kaldıkları, internetsiz yaşamın sıkıcı olduğunu düşündükleri belirtilmiştir. Araştırmada ayrıca, bağımlı olanların internette harcadıkları zamanın, bağımlı olmayanlara göre daha yüksek olduğu sonucuna ulaşılmıştır.

Odabaşoğlu ve arkadaşlarının (2007), internet bağımlılığının klinik görünümünü inceledikleri çalışmada, kliniklerine yoğun internet kullanımı şikâyetiyle başvuran 10 vaka ele alınmıştır. On vakanın yedisinin lise öğrencisi ve bunların altısının erkek olduğu dikkat çekmektedir. Araştırmada lise öğrencilerinin ikisinin internet bağımlısı, beşinin ise riskli internet kullanıcısı olduğu belirlenmiştir. Çalışmada internet başında geçirilen süre, günlük dört saat ile 20 saat arasında değişen, ortalama yedi-sekiz saat olarak bulunmuştur. Hastaların hemen hepsinde zararlı internet kullanımının akademik alanda açtığı olumsuzluklar ise çok belirgindir. Bununla birlikte araştırmacılar, internet bağımlısı olarak nitelendirilebilecek hastaların oranının toplam kullanıcıların %1,98'i ile %3,5'i arasında, internet bağımlılığı açısından risk altında olabileceği düşünülen kullanıcıların oranının ise %8,68 ile %18,4 arasında bulunduğunu belirtmektedirler.

Yang ve Tung (2007), Tayvan liselerindeki bağımlı olan ve olmayan lise öğrencileri ile çalışmıştır. 1708 geçerli veri arasından 236'sı (%13,8) bağımlı olarak tanımlanmıştır. Sonuçlar, internet bağımlılarının bağımlı olmayanlara göre iki kat daha fazla internette zaman geçirdiklerini göstermiştir. İnternet bağımlılarının, internetin, günlük aktiviteler, okul performansı, öğretmen ve ailesel ilişkiler üzerinde, bağımlı olmayanlara göre daha çok olumsuz etkisi olduğunu düşündükleri görülürken, her iki grubun da internet kullanımının, akranları ile aralarındaki ilişkiyi geliştirdiğini düşündükleri ortaya çıkmıştır. Çalışma sonucunda, internette harcanan haftalık zaman ve internet bağımlılığı arasında pozitif bir ilişki bulunmuştur. İnternet bağımlılarının bağımlı olmayanlara göre

internette iki kat daha fazla zaman harcadıkları görülmüştür. Erkeklerin bağımlı olma olasılığının kadınlara kıyasla 2,6 kat daha fazla olduğu belirtilmiştir.

Günüç (2009), lise öğrencileriyle yürütmüş olduğu tez çalışmasında internet bağımlılık ölçeği geliştirmeyi amaçlamıştır. Bunun için DSM-IV ve ilgili alanyazın yanında özellikle öğrencilerin internet ile ilgili düşüncelerinden alınan veriler ile ölçek maddeleri oluşturulmuştur. Çalışmanın örneklemini 301'i kadın, 443'ü erkek olmak üzere toplam 754 ortaöğretim öğrencisi oluşturmaktadır. Katılımcıların %10,1'i internet bağımlısı, %26,4'ü olası bağımlı (risk altında), %29,4'ü eşik grubunda ve %34,1'i de bağımlı olmayan grupta yer almıştır. Bağımlı grubun interneti günlük ortalama 4,3 saat, risk grubunun ortalama 3,2 saat, eşik grubunun ortalama 2,2 saat ve bağımlı olmayan grubun ise ortalama iki saat kullandığı görülmüştür. Sözü edilen çalışmada, bazı bireysel değişkenler ile internet bağımlılık durumu arasındaki ilişkiler de incelenmiştir. Sonuçlara göre, il, cinsiyet, sınıf, yaş, baba mesleği, sigara kullanma durumu, aile geliri, interneti en sık kullanım amacı, interneti yıllık ve günlük kullanım miktarı ile internet bağımlılığı arasında anlamlı bir fark olduğu belirlenmiştir.

Huang ve arkadaşları (2009) Çin'de 16–30 yaş aralığında bulunan 1898 erkek, 1598 kadın olmak üzere toplam 3496 öğrencinin katıldığı araştırmada, öğrencilerin yaklaşık %48.51'inin (n= 1696) zayıf internet kullanıcısı olduğunu ve bu kullanıcıların internette haftada beş ya daha az saat zaman harcadıklarını belirlemişlerdir. Yine, öğrencilerin %16.36'sının (n= 572) ise ağır internet kullanıcısı olduğunu ve bu kullanıcıların internette haftada 15 saatten daha fazla zaman harcadıklarını bulmuşlardır.

Tarı Cömert ve Ögel (2009)'in bilgisayar ve internet bağımlılığının yaygınlığını inceledikleri araştırmada örneklemini 1072 kadın, 1134 erkek, toplam 2209 genel lise ve meslek lisesine devam eden öğrenciler oluşturmaktadır. Araştırma grubunda bağımlılık tanısı için gerekli olan en az beş ölçütü karşılayanların yaygınlığı %4,5 olarak bulunmuştur. Yaygınlık altı ölçüt için %3,2 (n= 22), yedi ölçüt için %2,5 (n= 17) ve sekiz ölçüt için %0,9'dur (n= 6). Ancak öğrencilerin %21,2'si bağımlılık ölçütlerinden en az üç ve dört ölçütü karşılamaktadır. Genel olarak en yaygın gözlenen bağımlılık

ölçütlerinin ise, internette geçirilen zamanda artış ve internette planladığından uzun süre geçirmek olduğu belirlenmiştir.

Titsika ve arkadaşları (2009) Atina'da 937 ergen arasında (438 erkek, 499 kadın) patolojik internet yaygınlığını ve aşırı internet kullanımının yordayıcılarını araştırmışlardır. Bulgulara göre aşırı internet kullanımının en önemli yordayıcısı internete sosyal etkileşim amacıyla kendi evinden bağlanmadır. Yüksek internet kullanımının (11-20 saat/hafta) önemli bir yordayıcısı internet kafe iken, düşük internet kullanımının (1-3 saat/hafta) caydırıcısı okul çevresi aracılığıyla internete erişmedir. Ayrıca araştırmada internet bağımlısı olarak tanımlananların %1 oranında, sınırda internet kullanımının ise %12,8 oranında olduğu bulunmuştur.

Esen ve Siyez (2011), ortaöğretim kurumlarında 9., 10., 11. ve 12.sınıflarda eğitim gören 700 öğrencide (367 erkek, 333 kadın) internet bağımlılığını yordayan psiko-sosyal değişkenleri incelemiştir. Araştırmada, internet bağımlılığı ile yalnızlık arasında pozitif yönde; internet bağımlılığı ile aileden algılanan sosyal destek arasında negatif yönde anlamlı bir ilişki bulunurken; internet bağımlılığı ile çok boyutlu algılanan sosyal destek ölçeğinin alt boyutlarından olan arkadaştan algılanan sosyal destek ve özel kişiden algılanan sosyal destek arasında anlamlı bir ilişki bulunmamıştır. Araştırmanın sonucunda cinsiyet, akademik başarı, yalnızlık ve aileden algılanan sosyal destek değişkenlerinin ergenlerde internet bağımlılığını yordadığı görülmüştür. Söz konusu bu değişkenlerin internet bağımlılığındaki toplam varyansın % 7,3'ünü açıkladığı tespit edilmiştir.

Gençer (2011) ortaöğretimde okuyan, 9-12 sınıf düzeylerinde bulunan 1380 öğrenciye (606 erkek, 774 kadın) 20 sorudan oluşan bir anket uygulamıştır. Araştırma sonucuna göre, öğrencilerin %2,7'si internet bağımlısı, %24,3'ü ise muhtemel internet bağımlısı olduğu, internet bağımlılığı açısından risk altındaki grubun ise %5,2 ile %38 arasında değişebileceği belirlenmiştir. İnternet bağımlılık durumu ile demografik özelliklerden cinsiyet ve başarı algısı arasında anlamlı bir ilişki olduğu, sosyo-ekonomik durum ve okul türü ile ilişkili olmadığı görülmüştür. Ayrıca kullanım profilleri açısından internet kullanım sıklığı, başat internet kullanım yeri ve başat interneti kullanım amacı ile

internet bağımlılık durumu arasında anlamlı bir ilişki bulunmuştur. İnternet bağımlısı olanların %89'unun her gün internete girdiğine dikkat çekmiştir. Buna bağlı olarak her gün giren öğrencinin ayda birkaç defa giren öğrenciye göre yaklaşık 11 kat daha fazla bağımlı olma ihtimalinin olduğu sonucuna ulaşılmıştır.

Üneri ve Tanıdır (2011), 211 lise öğrencisinde (97 erkek, 114 kadın) internet bağımlılığına yönelik olarak yapmış oldukları kesitsel çalışmada; internette kalma süresi ve depresyon puanı arttıkça internet bağımlılığı ölçek puanının da arttığını, erkeklerin kadınlara göre bağımlılık ölçek puanlarının istatistiksel olarak anlamlı derecede yüksek olduğunu saptamışlardır. Ayrıca, bağımlı grubu bağımlı olmayan gruptan ayırt etmede, sırasıyla, erkek olmanın, depresyon puanının yüksek olmasının ve internette uzun süre kalmanın istatistiksel olarak anlamlı etkisinin olduğu görülmüştür.

Gökçearslan ve Günbatar'ın (2012) ortaöğrenim öğrencilerinde internet bağımlılığını inceledikleri araştırma, 172 son sınıf öğrencisi (72 erkek, 100 kadın) ile gerçekleştirilmiştir. Çalışma grubunda yer alan öğrencilerin %2,33'ünün internet bağımlısı, %17,45'inin eşik ve risk grubunda internet bağımlısı olduğu sonucuna ulaşmışlardır. Günde üç saatten fazla sosyal ağ kullanan öğrencilerin diğer gruplara göre anlamlı düzeyde daha yüksek internet bağımlılığı puanlarına sahip oldukları bulunmuştur. Ayrıca araştırmacılar, cinsiyet açısından erkeklerin internet bağımlılığının kadınlara göre anlamlı düzeyde daha yüksek olduğu, anne-baba öğrenim düzeyine ve kişisel bilgisayara sahip olup olmamaya göre internet bağımlılık durumlarının anlamlı farklılık göstermediği sonucuna ulaşmışlardır.

Koyuncu, Ünsal ve Arslantaş'ın (2012) 1157 öğrenci (636 erkek, 521 kadın) ile yaptıkları, ilköğretim ve lise öğrencileri arasında internet bağımlılığı ve yalnızlığı inceledikleri çalışmada internet bağımlılığı sıklığı %7,9 (n=91) olarak belirlenmiştir. Öğrenciler arasında anne öğrenim düzeyi arttıkça internet bağımlılık sıklığının da arttığı görülmüştür. Çalışma grubundakilerden obez olanlarda, A tipi kişiliğe sahip olanlarda, internetle erken yaşlarda tanışanlarda, yaşadığı yerde internet erişimi olanlarda, interneti her gün iki saatten daha fazla kullananlarda internet bağımlılığı sıklığının daha yüksek olduğu bulunmuştur. İnterneti okul ödevi ve araştırma için kullanan öğrencilerde ise

internet bağımlılığı sıklığının daha düşük olduğu belirlenmiştir. Öğrencilerin internet bağımlılığının okulu, sınıfı, cinsiyeti, yaşı, aile tipi, aile gelir durumu, baba öğrenim durumu, anne ve baba çalışma durumu, kardeş sayısı, kaldığı yer, sigara içme durumu, kronik hastalık öyküsü ve fiziksel engel varlığına bağlı olarak değişmediği sonucuna varılmıştır. Öğrencilerin İnternet Bağımlılık Ölçeği'nden aldıkları puanlar ile Yalnızlık Ölçeği'nden aldıkları puanlar arasında önemli derecede pozitif bir ilişki olduğu görülmüştür.

2.2.1.2. Üniversite Öğrencilerinde İnternet Bağımlılığı İle İlgili Araştırmalar

“Ergen ve ergenlik dönemi” özellikle lise ve üniversiteyi kapsayan, bir başka deyişle uzun bir süreci içine alan kavramlardır. Bu sebeple, internet bağımlılığı konusunda üniversite öğrencilerine ilişkin çalışmalara da aşağıda yer verilmiştir.

Kubey, Lavin ve Barrows (2001), 572 (191 erkek, 381 kadın) kişinin katıldığı çalışmada öğrencilerin internet bağımlılığı kavramını destekleyici görüşlerinin var olup olmadığı ve öğrencilerdeki akademik performans problemleriyle internet bağımlılığı arasında herhangi bir ilişki olup olmadığını incelemiştir. Katılımcıların %9,3'ü (53 kişi) kendisini internet bağımlısı olarak tanımlamış ve aşırı internet kullanımları nedeniyle okuldaki işlerinde sorun yaşadıklarını, ders saatini kaçırdıklarını, suçluluk ve kontrol eksikliği hissettiklerini ifade etmişlerdir. Ayrıca bağımlı olanların haftalık internet kullanım sürelerinin, bağımlı olmayanlara göre yaklaşık üç kat daha fazla olduğu görülmüştür.

Sally (2006), Hong Kong'da internet bağımlılığını ve kullanıcıların bağımlı davranışlarını açıklamak amacıyla bir çalışma yürütmüştür. Bu çalışma Hong Kong'daki sekiz üniversitede eğitim gören 410 (187 erkek, 223 kadın) kişi üzerinde yapılmıştır. Yapılan çalışmada elde edilen sonuçlar, çalışmaya katılan öğrencilerin %18'inin bağımlılık belirtisi gösterdiğini ortaya koymuştur. Bununla birlikte çalışma sonucunda, Hong Kong'lu öğrenciler arasında akademik performans (negatif bir ilişki) ve cinsiyetin (erkeklerde) internet bağımlılığının en önemli iki belirleyicisi olduğu görülmüştür.

Balcı ve Gülnar (2009), üniversite öğrencilerinin internet bağımlılıklarını ve bağımlıların profilini ortaya koymayı amaçlamışlardır. Çalışmada internet bağımlılarının, bağımlı olmayanlara göre ayırt edici özellikleri de ortaya konmaya çalışılmıştır. Araştırmaya 953 (474 erkek, 479 kadın) öğrenci katılmıştır. Bulgulara göre, katılımcıların %23,2'si internet bağımlılığı belirtisi gösterirken, %28,4'ü ise riskli internet kullanıcı grubunda bulunmaktadır. Katılımcıların %19,9'u haftada bir gün, %31,9'u haftada 2-3 gün, %21,5'i haftada 4-5 gün, %26,7'si de her gün düzenli olarak internet kullandığını belirtilmiştir. İnternet bağımlısı ve riskli internet kullanıcısı olan öğrencilerin daha sık internet'i kullandıkları ortaya çıkmıştır. İnternet bağımlılığı üzerinde demografik değişkenlerin (cinsiyet, öğrenim görülen sınıf, ikamet şekli ve aylık harcama miktarı) ayırt edici bir etkisi bulunmamıştır. İnternet bağımlılarını, bağımlı olmayanlardan ayıran en güçlü iki değişkenin ise sırasıyla internet kullanım süresi ve internete duyulan güven olduğu belirtilmiştir.

Durak Batıgün ve Hasta (2010), 213 kişinin (106 erkek, 105 kadın) yalnızlık ve kişilerarası ilişki tarzları açısından internet bağımlılığını değerlendirmişlerdir. Katılımcıların %14'ünün internet bağımlılığı puanlarının yüksek olduğu sonucuna ulaşılmış ve bunların internet bağımlısı olarak tanımlanabileceği ifade edilmiştir. Bunun yanı sıra internet bağımlılığı olan bireylerin günde ortalama 2.17 ± 0.70 saat internete bağlı kaldıkları görülmüştür. Bu da kişilerin haftada 15 saati aşkın bir süre internet başında zaman geçirdikleri anlamına gelmektedir. Ayrıca araştırmada internete bağımlı olan bireylerin, olmayanlara göre kişilerarası iletişimde ketleyici tarzı daha çok kullandıkları ve yalnızlık düzeylerinin daha yüksek olduğu bulunmuştur. Ek olarak bağımlı olanların interneti daha uzun süre ve daha çok etkileşim amaçlı kullandıkları ve interneti kullanım süresinin, etkileşim amaçlı internet kullanımı ve kişilerarası ilişkilerde ketleyici tarzın, internet bağımlılığının yordayıcıları olduğu belirlenmiştir.

Durak Batıgün ve Kılıç (2011), internet bağımlılığı ile kişilik özellikleri, sosyal destek, psikolojik belirtiler ve bazı sosyo-demografik değişkenler arasındaki ilişkileri incelemişlerdir. Çeşitli özel ve devlet üniversitelerinde okumakta olan 672 kadın ve 525 erkek toplam 1198 kişinin katıldığı araştırmada öğrencilerin günde ortalama 1.53 saat internete bağlı kaldıkları; %18.89'unun internet bağımlısı olarak tanımlanabileceği ve

erkeklerin internet bağımlılığı puanlarının kadınlarinkinden anlamlı düzeyde daha yüksek olduğu bulunmuştur. Ayrıca, üst sosyo-ekonomik düzeyde yer alan öğrencilerin orta ve alt sosyo-ekonomik düzeydeki öğrencilere göre anlamlı düzeyde daha yüksek internet bağımlılığı puanlarına sahip oldukları da dikkati çeken bir sonuçtur. İnternetin gün içerisinde uzun süreli ve iletişim amacıyla kullanımı, üst sosyoekonomik düzey, erkek olmak, gelecek beklentisi, yaşam doyumu ve özdenetimin düşük; nörotizm, kaygı ve somatizasyonun ise yüksek olmasının internet bağımlılığını yordayan değişkenler olduğu sonucuna ulaşılmıştır.

Birçok araştırma incelendiğinde, internet bağımlılığına yönelik ilk çalışmaların yurt dışında 90'lı yılların sonlarında, Türkiye'de ise 2000'li yılların ortalarında başladığı dikkat çekmektedir. Bu araştırmalarda internet bağımlılığı oranlarının farklılık gösterdiği; ancak yine de bu oranların azımsanmayacak düzeyde olduğu ortaya konmuştur. Bunun yanı sıra sadece internette geçirilen zamanın değil başka birçok değişkenin de bağımlılığı etkilediği görülmektedir.

2.2.2. Öznel İyi Oluş İle İlgili Araştırmalar

Aşağıda öznel iyi oluş ile ilgili araştırmalar, araştırma grupları, değişkenler ve bulgular açısından ele alınmıştır. Araştırmaların verilişinde, kronolojik sıra ve eğitim kademesi dikkate alınmıştır.

2.2.2.1. Lise Öğrencilerinde Öznel İyi Oluş İle İlgili Araştırmalar

Ben-Zur (2003), ergenlerin kişisel ve aile faktörleri ile öznel iyi oluşları arasındaki ilişkiyi araştırmıştır. Araştırmada 121 ergen (58 erkek, 63 kadın) ve onların anne babalarıyla yapılan çalışmada ergenlerin öznel iyi oluşuyla anne babalarının (özellikle de babalarının) öznel iyi oluşu arasında pozitif bir ilişki bulunmuş; fakat ergenlerin ve anne babalarının iyimserliği ve yetkinliği arasında herhangi bir ilişki gözlenmemiştir. Ancak, ergenlerin yetkinliği ve iyimserliğinin anne babayla kurulan pozitif yakınlıkla ilişkili olduğu sonucuna ulaşılmıştır. Araştırmada, pozitif ebeveyn-ergen ilişkisinin,

iyimserliğin ve yetkinliğinin ergen öznel iyi oluşu üzerinde çok önemli olduğu görülmüştür.

Rask, Astedt-Kurki, Paavilainen ve Laippala (2003), ergenlerin ve anne babalarının algıladıkları aile dinamiklerinin öznel iyi oluş ile ilişkisini incelemişlerdir. Araştırmaya 117 erkek, 122 kadın olmak üzere toplam 239 ergen ve onların anne babaları katılmıştır. Araştırma sonuçlarına göre, aile içerisinde açık iletişim ve karşılıklı duygusal yakınlığın olması, ergenin kendisini aileden yalıtılmış hissetmemesi, etkileşimde güvenin olması durumunda öznel iyi oluş düzeyinin yükseldiği sonucuna varılmıştır.

Joronen ve Kurki (2005), 7-9. sınıflar arasında eğitim gören, hiçbir klinik bulgusu olmayan 19 ergenin (7 erkek, 12 kadın) öznel iyi oluşu üzerinde ailenin etkisini incelemişlerdir. Araştırmada, ergen öznel iyi oluşu üzerinde aile ile ilgili altı faktörün etkili olduğu sonucuna ulaşılmıştır. Bunlar, güvenli ev ortamı, sevgi atmosferi, açık iletişim, aile üyesinin aileye katılımı (ait olma), dışsal ilişkiler ve aile içerisinde kişisel önem duygusunun hissedilmesidir.

Özen'in (2005) araştırmasında ergenlerin öznel iyi oluş düzeylerinin cinsiyet, sınıf düzeyi ve anne-babanın öğrenim durumuna göre anlamlı farklılık göstermediği sonucuna ulaşılmıştır. Akademik başarılarını çok iyi olarak algılayan ergenlerin öznel iyi oluş puanları akademik başarılarını zayıf olarak algılayan ergenlerin öznel iyi oluş puanlarından yüksek olduğu araştırmanın bir başka sonucudur. Ayrıca çalışmada algıladıkları ekonomik durumları üst ve orta olan ergenlerin öznel iyi oluş düzeylerinin, algıladıkları ekonomik durumları zayıf olan ergenlerinkinden daha yüksek olduğu bulunmuştur.

Çelik (2008), 485 lise öğrencisinin (249 erkek, 236 kadın) öznel iyi oluşlarını duygusal zekâ açısından incelemiştir. Sonuçlar şöyle özetlenebilir: Lise öğrencilerinin öznel iyi oluş düzeyleri cinsiyetlerine ve sınıf düzeylerine göre anlamlı bir farklılık göstermemekte; ancak okul türüne göre farklılık göstermektedir. Bu bağlamda Genel lise öğrencilerinin, Anadolu ve meslek lisesi öğrencilerine göre öznel iyi oluş düzeylerinin daha yüksek olduğu bulunmuştur. Öğrencilerin öznel iyi oluş düzeyleri ile

duygusal zekâ toplam puanları arasında orta düzeyde pozitif yönlü bir ilişki, Duygusal Zekâ Ölçeği'nin kişisel beceriler, kişilerarası beceriler, uyumluluk ve genel ruh durumu boyutu arasında orta düzeyde anlamlı ilişki, duygusal zekânın stresle başa çıkma boyutu arasında ise düşük düzeyde anlamlı ilişki belirlenmiştir. Ayrıca regresyon analizi sonucuna göre duygusal zekânın, öznel iyi oluştaki toplam varyansın yaklaşık %43'ünü açıkladığı belirlenmiştir.

Eryılmaz (2010a), 85 erkek, 277 kadın olmak üzere toplam 432 ergenin öznel iyi oluşlarının, anne babalarının sosyoekonomik seviyesi, cinsiyet ve yaş değişkenleri ile ilişkisini incelemiştir. Araştırmada ergen öznel iyi oluşunda cinsiyetler arasında herhangi bir fark olmadığı, ancak sosyo-ekonomik seviye ve yaşın düşük düzeyde etkili olduğu sonucuna varılmıştır.

Eryılmaz ve Öğülmüş (2010), ergenlikte öznel iyi oluş ve beş faktörlü kişilik modelini araştırmışlardır. Bu çalışmaya genel lise ve anadolu lisesinde eğitim gören 541 ergen (271 erkek, 270 kadın) katılmıştır. Araştırmada, ergen öznel iyi oluşu ile duygusal dengesizlik kişilik özelliği arasında olumsuz yönde ve orta düzeyde; sorumluluk ve dışa dönüklük kişilik özellikleri ile olumlu yönde ve düşük düzeyde ilişkiler bulunmuştur.

Bir diğer araştırmada 185 erkek ve 188 kadın olmak üzere toplam 373 lise öğrencisinin okul tükenmişlikleri ve öznel iyi oluş düzeyleri arasındaki ilişki incelenmiştir. Sonuçlara göre öğrencilerin okula ilgi kaybı ve aileden kaynaklı tükenmişlik düzeyleri yükseldikçe öznel iyi oluş düzeyleri düştüğü ortaya çıkmıştır (Aypay ve Eryılmaz, 2011).

Eryılmaz'ın (2011a) başka bir araştırmasında, 124'ü kadın ve 128'i erkek olmak üzere toplam 252 lise öğrencisinin aile ortamları ve öznel iyi oluşları arasındaki ilişki incelenmiştir. Araştırmada aile ortamının ergen öznel iyi oluşunu %26 oranında açıkladığı sonucuna ulaşılmıştır. Ayrıca öznel iyi oluş ve aile ortamı arasında istatistikî açıdan önemli bir ilişkinin olduğu belirlenmiştir.

Olumlu gelecek beklentisi ile öznel iyi oluş ilişkisinin incelendiği çalışmaya (Eryılmaz, 2011b) 121'i erkek ve 112'si kadın olmak üzere toplam 233 ergen katılmıştır.

Araştırmada olumlu gelecek beklentisine sahip olan ergenlerin öznel iyi oluş düzeylerinin yükseldiği bulunmuştur. Olumlu gelecek beklentisi ergen öznel iyi oluşunu %24 oranında açıklamaktadır.

Başka bir çalışmada Eryılmaz ve Atak (2011) ergenlerin öznel iyi oluşları üzerinde özsayı ve iyimserlik eğilimi gibi psikolojik yapıların etkisini incelemiştir. Araştırma grubu 83'ü erkek, 144'ü kadın olmak üzere toplam 227 kişiden oluşmaktadır. Çalışmada, iyimserlik eğiliminin ergenlerin öznel iyi oluşları üzerinde özsayıdan daha yüksek yordayıcılığı olduğu bulunmuştur. Araştırmanın bir diğer sonucuna göre, iyimserlik eğilimi ergen öznel iyi oluşunu %25 düzeyinde yordamaktadır.

Ergenlerin derse katılmaya güdülenmeleri ve öznel iyi oluşu arasındaki ilişki bir başka araştırmada incelenmiştir. Araştırmaya 121 erkek ve 112 kadın, toplam 233 kişi katılmıştır. Araştırmada, öznel iyi oluş düzeyi yüksek olan ergenlerin çevreden olumlu tepki aldıkça ve çevreye olumlu tepki verdikçe derse katılmaya ilişkin motivasyon düzeylerinin de yükseldiği sonucuna ulaşılmıştır (Eryılmaz ve Aypay, 2011a).

Eryılmaz ve Aypay'ın (2011b), 225 ergenin (124 erkek, 131 kadın) katıldığı öznel iyi oluş ile kimlik statüsü ilişkisini inceledikleri çalışmalarında elde edilen bulgulara göre, başarılı ve ipotekli kimlik statüsüne sahip olma ile ergen öznel iyi oluşu anlamlı ve önemli düzeyde ilişkili bulunmuş, ergen öznel iyi oluşu cinsiyete göre anlamlı bir farklılaşma göstermemiştir. Başarılı kimlik statüsüne sahip ergenlerin öznel iyi oluş düzeyleri yükselirken, ipotekli kimlik statüsüne sahip ergenlerin öznel iyi oluş düzeylerinin düştüğü bulunmuştur.

Ortaöğretim öğrencilerinin öznel iyi oluş durumlarını inceleyen Sezer (2011), 75'i kadın, 335'i erkek toplam 410 öğrenci ile çalışmıştır. Araştırmada, kadınların öznel iyi oluş düzeylerinin erkeklerinkine göre daha yüksek olduğu belirlenmiştir. Okul türü açısından değerlendirildiğinde, spor lisesinde okuyan öğrencilerin öznel iyi oluş düzeylerinin hem genel lisede hem de meslek lisesinde okuyan öğrencilerinkinden yüksek olduğu araştırmanın bulgularındandır. Ayrıca, düzenli olarak spor yapan öğrencilerin öznel iyi oluş düzeylerinin düzenli olarak spor yapmayanlara; serbest

zamanlarında spor yapan öğrencilerin öznel iyi oluş düzeylerinin, serbest zamanlarında müzik dinleyen, bilgisayarla vakit geçiren ve daha farklı etkinliklerle ilgilenen öğrencilerinkine oranla daha yüksek olduğu belirlenmiştir.

Meslek liselerinde eğitime devam eden öğrencilerin öznel iyi oluş düzeylerinin incelendiği çalışmaya 200 lise öğrencisi (98 erkek, 102 kadın) katılmıştır (Akgündüz ve Bardakoğlu, 2012). Araştırma sonuçları, öğrencilerin öznel iyi oluş düzeylerinin cinsiyet açısından anlamlı bir farklılık göstermediğine işaret etmektedir. Diğer yandan, öğrencilerin öznel iyi oluş düzeyleri, staj durumları ve sınıf düzeyleri açısından anlamlı farklılık göstermektedir. Araştırmanın sonuçlarına göre, ergenlere verilen eğitim sırasında iyi olma, kendini iyi hissedebilme öğretilerek bireyin mutlu olması sağlanabilirse gerek okul gerekse iş hayatında başarılı olması için gerekli altyapının hazırlanmış olacağı belirtilmektedir.

2.2.2.2. Üniversite Öğrencilerinde Öznel İyi Oluş İle İlgili Araştırmalar

Daha önce belirtildiği gibi “ergen ve ergenlik dönemi” özellikle lise ve üniversiteyi kapsayan, başka bir ifadeyle uzun bir süreci içine alan kavramlardır. Bu sebeple öznel iyi oluş konusunda üniversite öğrencilerine yönelik çalışmalara aşağıda yer verilmiştir.

Cenkseven (2004) 500 üniversite öğrencisinin (295 erkek, 205 kadın) katıldığı araştırmada öznel ve psikolojik iyi olmanın yordayıcılarını incelemiştir. Araştırmada ilk olarak nevrozizm, sonra dışadönüklük, akademik başarıdan algılanan hoşnutluk, öğrenilmiş güçlülük, ebeveyni ve flörtü ile ilişkisinden algılanan hoşnutluk, sosyo-ekonomik statü, cinsiyet, algılanan sağlık durumu, dış kontrol odağı inancı, boş zaman etkinliklerinden algılanan hoşnutluk değişkenlerinin öznel iyi olmanın anlamlı yordayıcıları olduğu ve bu değişkenlerin tamamının toplam varyansın % 63.9'unu açıkladığı belirlenmiştir.

Tuzgöl Dost (2004) çalışmasında üniversite öğrencilerinin öznel iyi oluş düzeylerini incelemiştir. Araştırma grubu 267 erkek, 433 kadın olmak üzere toplam 700 öğrenciden oluşmaktadır. Araştırmada öğrencilerin öznel iyi oluş düzeylerinin cinsiyet ve sağlık

durumuna göre anlamlı farklılık göstermediği tespit edilmiştir. Akademik başarılarını çok iyi olarak algılayan ergenlerin, akademik başarılarını zayıf olarak algılayan ergenlere göre öznel iyi oluş düzeylerinin yüksek olduğu görülmüştür. Ekonomik düzeyi yüksek olan ergenlerin öznel iyi oluş düzeylerinin de yüksek olduğu, anne baba tutumunu demokratik olarak algılayan ergenlerin anne baba tutumunu koruyucu ya da kaçınan olarak algılayan ergenlere göre öznel iyi oluş düzeyinin daha yüksek olduğu bulunmuştur. Ayrıca dini inançlara sahip olan ergenlerin dini inançlara sahip olmayan ergenlerden daha yüksek öznel iyi oluş düzeyine sahip olduğu sonucuna ulaşılmıştır.

Tuzgöl Dost (2010), Güney Afrika ve Türkiye'deki üniversite öğrencilerinin bazı değişkenlere göre öznel iyi oluş ve yaşam doyumlarını incelemiştir. Araştırma grubu Güney Afrika'da okuyan 400 (164 erkek, 236 kadın) üniversite öğrencisi ve Türkiye'de okuyan 403 olmak üzere (148 erkek, 255 kadın) toplam 803 kişiden oluşmaktadır. Araştırma sonuçlarına göre, Güney Afrika'daki üniversite öğrencilerinin öznel iyi oluş ve yaşam doyumunun Türkiye'deki üniversite öğrencilerinininkinden daha yüksek olduğu tespit edilmiştir. Her iki ülkede de cinsiyet açısından öznel iyi oluş düzeylerinde herhangi bir farklılık olmadığı ve algılanan akademik başarıya göre her iki ülkedeki öğrencilerde de başarı arttıkça öznel iyi oluş düzeyinin yükseldiği görülmüştür. Bunların yanı sıra algılanan ekonomik durumda her iki ülkede de benzer şekilde ekonomik düzey yükseldikçe öznel iyi oluş düzeyinin arttığı, Güney Afrika'daki öğrencilerde algılanan anne tutumuna göre öznel iyi oluş düzeyi farklılaşırken, Türkiye'deki öğrencilerde farklılaşmadığı sonucuna varılmıştır.

Türkdoğan (2010), üniversite öğrencilerinde temel ihtiyaçların karşılanma düzeyinin, öznel iyi oluş düzeyini yordamadaki rolünü incelemiştir. Araştırmaya 627 öğrenci (350 kadın, 277 erkek) katılmıştır. Araştırmada öğrencilerin temel ihtiyaçlara ilişkin algıladıkları doyumun, tüm ihtiyaç boyutlarında öznel iyi oluşu anlamlı olarak yordadığı sonucuna ulaşılmıştır. Bunun yanı sıra, özgürlük ve eğlence ihtiyaçlarının üniversite öğrencilerinin öznel iyi oluş düzeyinin daha güçlü yordayıcıları olduğu görülmüştür.

Tümkaya (2011) Türk üniversite öğrencilerinde öznel iyi oluşu yordayan sosyo-demografik değişkenler ve mizah tarzlarını incelemiştir. Araştırmaya 376 üniversite

öğrencisi (165 erkek, 211 kadın) katılmıştır. Araştırma sonuçlarına göre kendini geliştirici mizah, saldırgan mizah, romantik ilişki, cinsiyet ve sosyoekonomik statünün toplam öznel iyi oluşu yordamada önemli olduğu anlaşılmıştır. Ayrıca erkek öğrencilerin öznel iyi oluş düzeylerinin kadınlarınkinden daha yüksek olduğu sonucuna ulaşılmıştır.

Gündoğdu ve Yavuzer (2012), eğitim fakültesi öğrencilerinin öznel iyi oluş düzeyleri ve temel psikolojik ihtiyaçlarını cinsiyet ve öğrenim görülen lisans programı değişkenleri açısından incelemiştir. Araştırma grubu 126 erkek, 205 kadın olmak üzere toplam 331 kişiden oluşmaktadır. Çalışmada kadınların erkeklere göre, öznel iyi oluş düzeylerinin daha yüksek olduğu, matematik öğretmenliği öğrencilerinin de sınıf öğretmenliği öğrencilerine göre öznel iyi oluş düzeylerinin daha yüksek olduğu bulunmuştur. Ayrıca, sosyal bilgiler öğretmenliği öğrencilerinin PDR ve sınıf öğretmenliği öğrencilerine göre yeterlik ihtiyaçlarının daha fazla olduğu, cinsiyete göre ise temel psikolojik ihtiyaçların farklılaşmadığı bulunmuştur.

Şahin, Aydın, Sarı, Kaya ve Pala (2012), 285 üniversite öğrencilerinin (214 kadın, 71 erkek) katıldığı araştırmalarında umut ve yaşamda anlamın öznel iyi oluş üzerindeki etkisini incelemiştir. Araştırmada umudun ve yaşamda anlamın boyutları olan “anlamın varlığı” ve “anlam arayışı”nın öznel iyi oluşun anlamlı birer yordayıcısı olduğu sonucuna ulaşılmıştır. Ayrıca öznel iyi oluş düzeyinin cinsiyet açısından farklılaşmadığı, sınıf düzeyi açısından ise anlamlı farklılıklar olduğu tespit edilmiştir.

Sonuç olarak araştırmalar, ergenlerin öznel iyi oluş düzeylerinin birçok değişkenle ilişkili olduğunu ve öznel iyi oluşun ergenlerin yaşamlarının birçok alanını etkilediğini göstermektedir. Bu sebeple ergenlerin yüksek öznel iyi oluşa sahip olmalarının yaşamlarına birçok yönden katkı sağlayacağı söylenebilir.

2.2.3. İnternet Bağımlılığı ve Öznel İyi Oluş İlişkisiyle İlgili Araştırmalar

Bu kısımda internet bağımlılığı ve öznel iyi oluş ilişkisi ile ilgili araştırmalar ele alınmıştır. Daha önce de ifade edildiği gibi lise öğrencilerinde internet bağımlılığı ve

öznel iyi oluş ile ilgili araştırmaya rastlanmamıştır. Bu sebeple üniversite öğrencilerinde internet bağımlılığı ve iyi oluş, psikolojik iyi oluş, yaşam doyumu, öznel mutluluk düzeyleri ile ilgili araştırmalara kronolojik sıraya ve eğitim kademelerinden öncelikle lise daha sonra üniversite öğrencilerine yönelik olmasına göre yer verilmiştir.

Subrahmanyam ve Lin (2007) liseye devam eden, yaşları 15-18,4 arasında olan 156 ergenin katıldığı çalışmalarında ergenlerde çevrimiçi etkinlik ve iyi olma arasındaki ilişkiyi incelemiştir. Araştırmacılar özellikle iletişim aracı olarak internetin en büyük tüketicisinin ergenler olduğunu ifade etmektedir. İnternetin aşırı kullanımının yüz yüze ilişkileri, dolayısıyla sosyal yeterliliği de azalttığı sonucuna ulaşmışlardır. Bunun yanı sıra ergenler arasında, yüz yüze ya da gerçek ilişkilerin yerine geçen "elektronik arkadaşlıkların" iyi oluşu tehdit ettiğini bulmuşlardır.

Çağır ve Gürkan (2010), lise ve üniversite öğrencilerinin problemleri internet kullanım düzeyleri ile algılanan iyilik halleri ve yalnızlık düzeyleri arasındaki ilişkiyi inceledikleri araştırmada toplam 646 öğrenci ile çalışmışlardır. Araştırmada öğrencilerin esenlik düzeyleri ile problemleri internet kullanım düzeyleri arasında negatif ve anlamlı bir ilişki olduğu bulunmuştur ($r=-0.81$, $p<.05$, $N=646$). Buna göre esenliği düşük olan bireylerin, problemleri internet kullanım düzeyleri yükselmektedir.

Huang (2010, akt. Kit Ma, 2012) tarafından Taiwan'da yapılan araştırmada çeşitli internet kullanımları ile psikolojik iyi oluş arasında ilişki olduğu belirlenmiştir. Toplamda 21.258 katılımcıdan elde edilen veriler önceki çalışmalarda önerilen 43 bağımsız korelasyon bulgusu karşılaştırılmıştır. Araştırma sonucunda, internet kullanımının psikolojik iyi oluşu etkileyen küçük zararlı etkilerinin olduğu ulaşılmıştır.

Cao ve arkadaşları'nın (2011) araştırmasında, normal internet kullanımı olan ergenlerle problemleri internet kullanımı olan ergenler karşılaştırılmıştır. Araştırmaya 10-24 yaşları arasında olan, ilköğretim, lise ve üniversiteye devam eden 17.599 ergen (9.015 erkek ve 8.584 kadın) katılmıştır. Araştırmada, problemleri internet kullanımı olan ergenlerin fiziksel enerji yetersizliği, zayıf bağışıklık sistemi, duygusal sosyal ve davranışsal uyum

gibi psikosomatik belirtiler gösterdiği sonucuna ulaşılmıştır. Ayrıca internetle ilişkili olan bütün faktörler ve demografik özellikler kontrol altına alındığında internet bağımlılığı ve psikolojik belirtiler arasında önemli düzeyde pozitif bir ilişki olduğu; fakat yaşam doyumu ile negatif bir ilişki olduğu görülmüştür. Sonuç olarak araştırmacılar, problemlili internet kullanımının psikosomatik belirtiler ve yaşam doyumuyla ciddi derecede ilişkili olduğuna dikkat çekmektedirler.

Şenol-Durak ve Durak (2011), 480 üniversite öğrencisi ile problemlili internet kullanımı hakkındaki bilişler ile öznel iyi oluşun duygusal unsurları, yaşam doyumu ve özsaygının dengeleyici rolünü araştırmışlardır. Çalışmada özsaygının, yaşam doyumunu ve öznel iyi oluşun duygusal içeriğini olumlu ve olumsuz etkilediği ve bu sebeple problemlili internet kullanımı hakkındaki bilişleri de dolaylı olarak etkilediği sonucuna ulaşılmıştır. Araştırmacılar, internet bağımlılarının öncelikle güvenlerini kaybettiklerini, derin olumsuz duyguların içine girdiklerini ve sonrasında bu durumun kısır bir döngü oluşturduğunu belirtmişlerdir.

Akın (2012) ise öznel yaşama gücü ve öznel mutluluğun internet bağımlılığı ile ilişkisini araştırmıştır. 328 üniversite öğrencisinin katıldığı araştırma sonuçlarına göre öznel yaşama gücü ve öznel mutluluk, internet bağımlılığının negatif yordayıcısıdır. Diğer yandan öznel yaşama gücü öznel mutluluğun ise pozitif yordayıcısıdır. Ayrıca öznel yaşama gücü, internet bağımlılığı ve öznel mutluluk arasında bir aracı (mediator) görevi görmektedir.

Sonuç olarak, internet bağımlılığının psikolojik belirtilerle pozitif ilişkili olduğunu gösteren araştırma sonuçları bulunmaktadır. Bunun yanı sıra araştırmalarda, internet bağımlılığı ile psikolojik iyi oluş ve yaşam doyumu arasında negatif yönde bir ilişki olduğu, öznel mutluluğun internet bağımlılığının negatif yordayıcısı olduğu görülmektedir.

BÖLÜM III

YÖNTEM

Bu araştırma, bağımlı ve bağımsız değişkenler arasındaki ilişkileri betimlemek, bağımsız değişkenlerin bağımlı değişken üzerinde etkili olup olmadığını belirlemek amacı taşıdığından betimsel araştırmalar kapsamındaki ilişkisel araştırma türündedir. Bu bölümde araştırmaya katılan bireyler, veri toplama araçları, işlem yolu ve verilerin analizinde kullanılacak istatistiksel teknikler hakkında bilgiler verilmiştir.

3.1. ARAŞTIRMAYA KATILAN BİREYLER

Bu araştırmada 2011–2012 eğitim öğretim yılı bahar döneminde Manisa ili merkez ilçesinde bulunan Milli Eğitim Bakanlığı'na bağlı ortaöğretim kurumlarına (Meslek, Anadolu, Fen ve Genel Lise) devam eden ve elverişli/uygun örnekleme yöntemiyle seçilen 10 farklı okulda eğitim gören 794 öğrenciden veri toplanmıştır. Katılımcıların 459'u (% 57,8) kadın ve 335'i (% 42,2) ise erkektir. Öğrencilerin 82'si (%10,3) fen lisesine, 166'sı (%20,9) anadolu lisesine, 78'i (%9,8) genel liseye, 468'i (%58,9) meslek lisesine devam etmektedir. Genel liseye devam eden öğrencilerin oranının düşük olmasının, 2010 yılında liselere yönelik yapılan düzenlemelerin bir sonucu olduğu söylenebilir. Bir başka ifadeyle bu durum, genel liselerin Anadolu liselerine dönüştürülmesi ve bu sebeple genel lise öğrencilerinin sayıca daha az olmasından kaynaklanmaktadır. Araştırmada meslek liselerinin oranının diğer liselere göre yüksek olmasının ise, farklı türlerde birçok meslek lisesinin bulunmasından, bir başka ifadeyle diğer lise türlerine göre meslek lisesi türlerinin daha fazla sayıda bulunmasından kaynaklandığı söylenebilir. Araştırma grubuna ilişkin frekans analizi Tablo 3'te verilmiştir.

Tablo 3. Araştırma grubuna ilişkin frekans analizi

	Gruplar	Frekans	Yüzde
Cinsiyet	Kadın	459	57.8
	Erkek	335	42.2
Okul Türü	Fen Lisesi	82	10.3
	Anadolu Lisesi	166	20.9
	Genel Lise	78	9.8
	Meslek Lisesi	468	58.9
Sınıf Düzeyi	9. Sınıf	256	32.2
	10. Sınıf	191	24,1
	11. Sınıf	207	26.1
	12. Sınıf	140	17.6
Algılan Akademik Başarı	Başarılı	220	27.7
	Orta Düzeyde Başarılı	538	67.8
Kendine Ait Bilgisayarı	Başarısız	36	4.5
	Var	497	62.6
	Yok	297	37.4
İnternete Genellikle Nereden Bağlanılıyor	Ev	436	54.9
	İnternet Kafe	193	24.3
	Telefon	102	12.8
	Diğer (okul, yurt, işyeri, komşu vs.)	63	7.9
		n= 794	

3.2. VERİ TOPLAMA ARAÇLARI

Araştırmanın bağımlı değişkeni olan internet bağımlılık düzeyini belirlemek amacıyla “İnternet Bağımlılık Ölçeği” (Ek 1) kullanılmıştır. Araştırmanın bağımsız değişkenlerinden olan öznel iyi oluş için “Ergen Öznel İyi Oluş Ölçeği” (Ek 2), cinsiyet, okul türü, algılanan akademik başarı düzeyi, kendine ait bilgisayarın olup olmaması, internete genellikle nereden bağlanıldığı, internetin en çok hangi amaçla kullanıldığı, ne

sıklıkla kullanıldığı, internette bağlı kalınan süre ve gelecek beklentisi ise araştırmacı tarafından hazırlanan “Kişisel Bilgi Formu” (Ek 4) kullanılarak elde edilmiştir. Ayrıca araştırmada gönüllü katılıma önem verildiği için “Gönüllü Katılım Formu” (Ek 3) uygulanmıştır. Aşağıda öncelikle araştırmada kullanılan ölçeklere yer verilmiştir. Daha sonra ise Gönüllü Katılım Formu ve Kişisel Bilgi Formu’ndan söz edilmiştir.

3.2.1. İnternet Bağımlılık Ölçeği (İBÖ)

Günüç tarafından (2009) Türkçe geliştirilen ölçek, 35 maddeden oluşmaktadır. Ölçek geliştirilirken bağımlılık ve bağımlılığa yol açabilecek unsurların belirlenmesi için bir madde havuzu hazırlanmış, bu havuzdan uzman görüşleri alınarak denemelik bir ölçek geliştirilmiştir. Ölçek, pilot uygulama ile denenip geçerliliği sınıandıktan sonra, ölçek geliştirme çalışmasında yer alan yedi ilde, 754 orta öğretim öğrencisi ile geçerlilik, güvenilirlik çalışması yapılmıştır. Ölçekte tutum düzeyleri beşli Likert dereceleme ile ölçeklendirilmiştir. Likert tipindeki derecelmeler; “Tamamen Katılıyorum”, “Katılıyorum”, “Kararsızım”, “Katılmıyorum”, “Kesinlikle Katılmıyorum” şeklindedir. Ölçek maddeleri 5’ten 1’e doğru puanlandırılmıştır. “Tamamen Katılıyorum” derecesine beş puan karşılık gelirken, “Kesinlikle Katılmıyorum” derecesine bir puan karşılık gelmektedir. Ölçekteki bütün maddeler bağımlılığa yönelik olup, herhangi bir puan dönüşümüne (transpose) gerek olmamaktadır. Ölçek puanları 35–175 arasında değişmektedir (Günüç, 2009; Günüç ve Kayri, 2010).

3.2.1.1. İnternet Bağımlılık Ölçeği’nin Güvenilirlik Çalışmaları

Dört alt faktöre ilişkin Cronbach alfa (α) güvenilirlik katsayıları birinci alt faktör için .87, ikinci alt faktör için .85, üçüncü alt faktör için .82 ve dördüncü alt faktör için .79 olarak bulunmuştur. Değerlendirme sonucunda, ölçeğin güvenilirliğinin yüksek olduğu görülmüştür (Cronbach alfa iç tutarlık katsayısı= .94) (Günüç, 2009; Günüç ve Kayri, 2010).

3.2.1.2. İnternet Bağımlılık Ölçeği'nin Geçerlilik Çalışmaları

Ölçeğe açımlayıcı faktör analizi uygulanmış ve örneklem büyüklüğünün uygunluğu KMO ve Bartlett istatistiği ile onaylanmıştır (KMO = .96; $X^2 = 10474.84$, $p \cong 0.00$). Açımlayıcı faktör analizi sonucunda, ölçek ile ilgili dört alt faktöre ulaşılmıştır. Bu dört alt faktör; “Yoksunluk”, “Kontrol Güçlüğü”, “İşlevsellikte Bozulma” ve “Sosyal İzolasyon” olarak adlandırılmıştır.

Ölçeğe ilişkin toplam açıklanan varyans %47,46 olup; birinci alt faktör ölçeğin %15,08'ini, ikinci alt faktör ölçeğin %11,91'ini, üçüncü alt faktör ölçeğin %10,55'ini ve dördüncü alt faktör ise ölçeğin %9,91'ini açıklamaktadır. (Günüç, 2009; Günüç ve Kayri, 2010). Araştırmacılar (Günüç, 2009; Günüç ve Kayri, 2010) açımlayıcı faktör analizine ilişkin modelin uygunluğunu da doğrulayıcı faktör analizi ile sınamışlardır. Elde ettikleri modelin uygunluğunu (fit of model); Ortalama Hataların Karekökü (Root Mean Square Error of Approximation; RMSEA), Karşılaştırmalı Uygunluk İndeksi (Comparative Fit Index; CFI) ve Uygunluk İndex (Goodness of Fit Index; GFI) ölçütleri ile test etmişlerdir. Analiz sonucunda, modelin uygunluğuna ilişkin RMSEA değeri .039 ve RMSEA'nin %90 düzeyindeki güven aralığı .036 – .042 arasında bulunmuştur. Modelin uygunluğu için ölçüt olarak kullanılan CFI değeri .87 ve benzer şekilde GFI değeri de .83 olarak bulunmuştur. Tüm değerler İnternet Bağımlılık Ölçeği'nin dört alt boyut altında iyi düzeyde açıklanabileceğini ve maddeler arasındaki korelasyonun iyi düzeyde olduğunu göstermektedir (Günüç, 2009; Günüç ve Kayri, 2010).

3.2.2. Ergen Öznel İyi Oluş Ölçeği (EÖİÖÖ)

Ergen Öznel İyi Oluş Ölçeği, Eryılmaz (2009) tarafından geliştirilmiştir. Ölçek ergenlerin, yaşamın çeşitli alanlarındaki doyumlarını ve olumlu duygulanımlarını içeren 15 maddeden oluşmaktadır. Ölçek, dörtlü Likert tipidir ve “Kesinlikle Katılmıyorum”, “Katılmıyorum”, “Katılıyorum”, “Tamamen Katılıyorum” şeklinde cevaplanan 15 maddeden oluşmaktadır. “Kesinlikle Katılmıyorum”a 1, “Katılmıyorum”a 2, “Katılıyorum”a 3 ve “Tamamen Katılıyorum”a 4 puan verilmektedir. Toplam 15 madde

olduğu için en yüksek puan 60, en düşük puan ise 15'tir. Puanların yükselmesi öznel iyi oluşun da yükselmesi anlamına gelmektedir.

3.2.2.1. Ergen Öznel İyi Oluş Ölçeği'nin Güvenilirlik Çalışmaları

Ölçeğin tümü için Cronbach Alfa katsayısı .86'dır. Ölçeğin güvenilirliği test tekrar test yöntemiyle de hesaplanmıştır. Bu amaçla ölçek, aynı gruba iki hafta ara ile uygulanmış ve test tekrar test güvenilirlik katsayısı .83 olarak bulunmuştur (Eryılmaz, 2009).

3.2.2.2. Ergen Öznel İyi Oluş Ölçeği'nin Geçerlilik Çalışmaları

Eryılmaz (2009) Ergen Öznel İyi Oluş Ölçeği'nin yapı geçerliliğini, açımlayıcı faktör analizi yöntemiyle sınamıştır. Temel bileşenler analizi sonucunda özdeğeri 1'in üzerinde olan ve varyansın % 63.24'ini açıklayan dokuz faktör elde edilmiştir. Temel bileşenler analizi ile belirlenen bu dokuz faktör, inceleme sonucunda isimlendirilmemiştir. Ölçeğin geliştirilmesinde düşünülen boyutlara ve diğer boyutlara ulaşabilmek için varimaks dik döndürme yöntemi de uygulanmıştır. Tekrarlanan rotasyonlar sonucunda birden fazla etmene girip aralarındaki farklar .10 ve daha az olan maddeler ölçekten çıkarılmıştır. Böylece, 15 maddeden oluşan dört boyutlu bir ölçek elde edilmiştir (Eryılmaz, 2009).

Bu ölçekte birinci boyut, "ailem beni sever", "ailem bana saygılı" gibi maddelerden oluştuğu için "*aile ilişkilerinde doyum*", ikinci boyut "sevdiğilerimle beraberim", "dostlarımla birlikteyim" gibi maddelerden oluştuğu için "*önemli diğerleri ile ilişkide doyum (arkadaş, akraba, öğretmen ve sevgili gibi)*" üçüncü boyut "hayatımdan memnunum", "hayatı doya doya yaşarım" gibi maddelerden oluştuğu için "*yaşam doyum*", dördüncü boyut "genellikle neşeliyim", "güler yüzlüyüm" gibi maddelerden oluştuğu için "*olumlu duygular*" olarak isimlendirilmiştir. Ölçeğin açıkladığı toplam varyans %61,64'tür. Açıklanan varyansın %35,79 "aile ile ilişkilerde doyum" ile %9,70'i "önemli diğerleri ile ilişkide doyum" ile %8,69'u "yaşam doyum" ile ve %7,44'ü "olumlu duygular" ile açıklanmaktadır (Eryılmaz, 2009).

Ergenlerin öznel iyi oluşları ile olumlu gelecek beklentileri arasındaki ilişkinin incelendiği çalışmada ölçeğin uyum geçerliliği için “Yaşam Doyumu Ölçeği” kullanılmış ve ölçek puanları arasındaki ilişkiye Pearson momentler çarpımı korelasyon tekniğiyle bakılmıştır. Analiz sonucunda, “Ergen Öznel İyi Oluşu Ölçeği”nin “Yaşam Doyumu Ölçeği” ile .63 düzeyinde bir bağıntı verdiği bulunmuştur. Bu bulgudan hareketle, ölçeğin yeterli düzeyde geçerliğe sahip olduğu sonucuna varılmıştır (Eryılmaz, 2011b).

Ölçeğin uyum geçerliliği ise Eryılmaz ve Atak’ın (2011) çalışmasında Yaşam Doyumu Ölçeği ile değerlendirilmiştir. Analizlerin sonucunda, ölçeğin .47 düzeyinde uyum geçerliliğine sahip olduğu sonucuna varılmıştır. Bununla birlikte yapılan çalışmada ölçeğin açıklanan varyansı 63.24 ve iç tutarlık katsayısı .91 olarak bulunmuştur.

3.2.3. Gönüllü Katılım Formu-Kişisel Bilgi Formu (KBF)

Araştırmaya katılma konusunda gönüllülüğe önem verilmiştir. Bunun için Kişisel Bilgi Formu’nun önüne Gönüllü Katılım Formu eklenmiştir. Kişisel Bilgi Formu’nda elde edilen bilgiler bu araştırmadaki bağımsız değişkenleri oluşturmaktadır. Kişisel bilgi formunda öğrencilere 10 başlık altında sorular yöneltilmiştir. Bunlar sırasıyla, cinsiyet (2 kategori), sınıf (4 kategori), okul (10 kategori), derslerdeki başarı düzeyi (3 kategori), öğrencilerin kendine ait bilgisayar olup olmaması (2 kategori), internete genellikle nereden bağlanıldığı (6 kategori), internetin en çok hangi amaçlar için kullanıldığı (7 kategori), internette bağlı kalınan süre (5 kategori), internetin hangi sıklıkta kullanıldığı (5 kategori) ve gelecek beklentisi (2 kategori) şeklindedir. Bu değişkenlerden bazılarında frekans analizi sonucunda bazı kategorilere düşen birey sayısının azlığı ve kategorileri karşılaştırabilme durumunun ortadan kalkması nedeniyle okul türü (4 kategori), internete genellikle nereden bağlanıldığı (4 kategori), internet kullanım amacı (5 kategori) ve internet kullanırken harcanan zaman (3 kategori) değişkenlerinde manipülasyon yapılarak kategori sayılarında parantez içinde belirtilen sayılar düzeyine yönelik azaltmaya gidilmiştir.

3.3. İŞLEM YOLU

Gönüllü Katılım Formu, Kişisel Bilgi Formu, İnternet Bağımlılık Ölçeği ve Ergen Öznel İyi Oluş Ölçeği'nden oluşan bataryayı çalışma grubundaki on okulda uygulayabilmek için öncelikle İl Milli Eğitim Müdürlüğü'nden gereken izin alınmıştır. İzin belgesiyle birlikte okullara gidilmiş ve okul müdürleri de uygulama yapılacak uygulama hakkında bilgilendirilmiştir. Araştırmaya ilişkin veri toplama işlemleri 2011–2012 eğitim-öğretim yılının bahar döneminde araştırmacının kendisi tarafından gerçekleştirilmiştir. Ölçek uygulama planı Ek 5'te verilmiştir.

Ölçek formu, gidildiği gün içinde, okulda bulunan her sınıf düzeyinden uygun olan birer subeye uygulanmıştır. Form dağıtılmadan önce öğrencilere; araştırmanın amacı, form ve ölçeklerin nasıl cevaplandırılacağı hakkında gereken bilgi verilmiştir. Araştırma gönüllü katılım formunu da içerdiği için araştırmaya katılan ve seçeneği işaretleyen öğrencilerin gönüllü olduğu varsayılmaktadır. Öğrencilere uygulanan formların yalnızca araştırma amacıyla kullanılacağı belirtilmiş, ölçek formuna isim yazmamaları ve bütün sorulara içtenlikle yanıt vermeleri istenmiştir. Böylece öğrencilerin uygulamaya yönelik kaygıları azaltılmaya çalışılmıştır.

3.4. VERİLERİN ANALİZİ

İnternet bağımlılığı ve öznel iyi oluş düzeylerinin belirlenmesi için internet bağımlılığı ve öznel iyi oluş puanları hesaplanmıştır. Araştırmada cinsiyet, sınıf düzeyi, okul türü, algılanan akademik başarı düzeyi, kendine ait bilgisayarın olup olmaması, internete genellikle nereden bağlanıldığı, internetin en çok hangi amaçla kullanıldığı, ne sıklıkla kullanıldığı, internette ne kadar zaman geçirildiği ve internette geçirilen süre değişkenleriyle ilgili Kişisel Bilgi Formu'nda bulunan bilgiler ayrı ayrı kodlanmıştır. Bu verilerin istatistiksel analizleri için SPSS 15.0 kullanılmıştır.

Öncelikle kategorik değişkenler için yüzde ve frekans dağılımına ilişkin istatistikler hesaplanmıştır. Kategorik verilere ilişkin yüzde ve frekans analizleri araştırmaya katılan bireyler başlığı altında özetlenmiştir. Bu işlemin ardından öznel iyi oluş ve internet

bağımlılığına ilişkin sürekli değişkenlere ait betimsel istatistikler elde edilmiştir. Sürekli değişkenlere ilişkin betimsel istatistikler Tablo 4'te verilmiştir.

Tablo 4. Öznel iyi oluş ve internet bağımlılığına ilişkin betimsel istatistikler

İstatistikler	Aile İlişkilerinde Doyum	Önemli Diğerleri İle İlişkide Doyum	Yaşam Doyumu	Olumlu Duygular	Öznel İyi Oluş (Toplam)	Yoksunluk	Kontrol Güçlüğü	İşlevsellikte Bozulma	Sosyal İzolasyon	İnternet Bağımlılığı (Toplam)
Ortalama	13.41	12.99	8.22	12.58	47.19	28.89	19.87	13.08	11.25	73.09
Ortanca	15	13	9	13	49	28	19	12	10	71
Std. Sapma	3.39	3.26	2.67	3.07	10.38	9.85	8.04	6.12	5.02	25.38
Minimum	4	4	3	4	15	11	10	7	7	35
Maksimum	16	16	12	16	60	55	50	35	35	175
Çarpıklık	-1.49	-1.18	-0.28	-1.00	-1.21	0.26	0.96	1.00	1.68	0.77
Basıklık	1.39	0.86	-0.75	0.75	1.28	-0.45	0.73	0.49	3.48	0.56

Tablo 4 incelendiğinde, öznel iyi oluş alt ölçeklerinden yaşam doyumu puanlarının çarpıklık katsayısı sıfıra yakın olduğundan simetriğe yakın, basıklık katsayısı negatif (-) ve yüksek değer aldığı için basık bir dağılım olduğu söylenebilir. Öznel iyi oluşun diğer alt ölçekleri ve toplam puanının çarpıklık katsayısının negatif (-) ve yüksek değerlere sahip olmasından sola çarpık; basıklık katsayısının pozitif ve yüksek değerlere sahip olmasından sivri bir dağılım olduğu söylenebilir. Buna göre bireylerin öznel iyi oluş puanlarının genel olarak yüksek olduğu ve grubun homojen ya da homojene yakın bir dağılım gösterdiği söylenebilir. Diğer yandan internet bağımlılığına ilişkin alt ölçekler ve toplam puan incelendiğinde, yoksunluk alt ölçeğine ilişkin çarpıklık katsayısının sıfıra yakın olması nedeniyle simetriğe yakın, basıklık katsayısının eksi fakat sıfıra yakın olması nedeniyle önemsiz düzeyde basık bir dağılım gösterdiği söylenebilir. İnternet bağımlılığına ilişkin diğer alt ölçekler ve toplam puanlara ilişkin çarpıklık katsayılarının pozitif ve yüksek değer alması nedeniyle sağa çarpık, basıklık katsayılarının pozitif, yüksek ve orta düzeyde değer alması nedeniyle sivri ya da çok sivri bir dağılım gösterdiği söylenebilir. Buna göre bireylerin internet bağımlılığına

ilişkin puanlarının genel olarak düşük olduğu ve grubun homojen ya da homojene yakın bir dağılım gösterdiği söylenebilir.

Bireylerin internete bağımlı olup olmaması, bağımlı değişken olarak alınmıştır. Öğrencilerin internete bağımlı olup olmadığı internet bağımlılık ölçeğinden elde ettikleri puanların düzeyine göre belirlenmiştir. Öğrenciler aldıkları puanlara göre en yüksek puan alandan en düşük puan alana doğru sıralanmış ve en yüksek puan alan % 27'lik dilimdeki öğrenciler ile en düşük puan alan % 27'lik dilimdeki öğrenciler seçilerek üst-alt gruplar şeklinde ayrılmıştır. Bağımlı değişken lojistik regresyonun gerektirdiği gibi ikili kategorik değişkene dönüştürülmüştür. En yüksek puan alan (üst) gruptaki bireyler bağımlılık düzeyi yüksek bireyler; en düşük puan alan (alt) gruptaki bireyler ise bağımlı olmayan öğrenciler olarak değerlendirilmiştir. Orta gruptaki bireyler için bir analiz yapılmamıştır.

Son aşamada, alt problemlere cevap verebilmek için lojistik regresyon kullanılmıştır. Alt problem ifadelerinden anlaşıldığı gibi öznel iyi oluş alt ölçek puanları, bireysel değişkenler ve internet kullanım tarzına ilişkin değişkenler bağımsız değişken olarak ele alınmıştır. Bu değişkenlere ilişkin kodlamalar Tablo 5'te verildiği gibidir.

Lojistik regresyon tekniği, bağımlı değişken kategorik bir yapıda olduğu zaman kullanılmaktadır. Lojistik regresyon tekniğinde, bağımsız değişkenlerin normal dağılıma ilişkin varsayımı karşılaması gerekmemektedir. Lojistik regresyona ilişkin denklem aşağıdaki gibi verilmektedir (Albayrak, 2006; Alpar, 2003; George ve Mallery, 2000; Menard, 1995; Tabachnick ve Fidell, 2001).

$$p(y = 1) = \frac{e^u}{1 + e^u}; u = \alpha + \beta_1 X_1 + \beta_2 X_2 + \dots + \beta_n X_n$$

Formülden elde edilen olasılık 0,50 ölçütüne göre değerlendirilir. Bir bireyin puanı için hesaplanacak olasılık 0,50'den büyük ise internete bağımlılığı olan üst grupta, 0,50'den küçük ise internet bağımlılığı olmayan alt grupta yer alacak şekilde sınıflandırılır.

Tablo 5. Bireysel değişkenler ve internet kullanım tarzına ilişkin değişkenler kukla değişkene dönüştürüldükten sonraki kodları

		n	Kod 1	Kod 2	Kod 3	Kod 4
İnternet Kullanım Sıklığı	Her gün	166	0	0	0	0
	İki günde bir	56	1	0	0	0
	3-4 günde bir	56	0	1	0	0
	Haftada bir	67	0	0	1	0
	On günde bir veya az	96	0	0	0	1
İnternet Kullanım Amacı	Ödev	151	0	0	0	0
	Oyun	47	1	0	0	0
	Sosyal medya	165	0	1	0	0
	Müzik, film vb.	51	0	0	1	0
İnternete Genellikle Nereden Bağlanıldığı	Ev	223	0	0	0	1
	İnternet kafe	117	1	0	0	
	Telefondan	62	0	1	0	
Sınıf	Diğer	41	0	0	1	
	9. sınıf	133	0	0	0	
	10. sınıf	118	1	0	0	
	11. sınıf	120	0	1	0	
Okul Türü	12. sınıf	72	0	0	1	
	Genel Lise	42	0	0	0	
	Anadolu Lisesi	86	1	0	0	
	Meslek Lisesi	271	0	1	0	
İnternette Bağlı Kalınan Süre	Fen Lisesi	44	0	0	1	
	0-2 sat	327	0	0		
	3-5 saat	80	1	0		
Ders Başarı Algısı	6 veya daha fazla	36	0	1		
	Başarılı	113	0	0		
	Orta düzeyde başarılı	308	1	0		
Kendi Bilgisayarı Var mı?	Başarısız	22	0	1		
	Evet	269	0			
Gelecek Beklentisi	Hayır	174	1			
	Olumlu	377	0			
Cinsiyet	Olumsuz	66	1			
	Kadın	255	0			
	Erkek	188	1			

NOT: Kategorik (kukla) değişkenler analize alınırken ilk kategoriler kontrol kategorisi olarak değerlendirilmiştir

Araştırmanın amacı, öğrencilerin internet bağımlısı olup olmadıklarını bireysel özellikler, internet kullanım tarzı ve öznel iyi oluş düzeyiyle yordanıp yordanamayacağını, yordama denklemlerinin ve denkleme alınan değişkenlerin istatistiksel olarak önemli olup olmadığını ortaya çıkarmak olduğundan üç ayrı lojistik regresyon denklemi kurulmuştur. Birinci regresyon denklemine bireysel değişkenler, ikinci regresyon denklemine internet kullanım tarzına ilişkin değişkenler ve üçüncü regresyon denklemine öznel iyi oluş alt ölçek puanları ve toplam puanı alınmıştır.

Analiz sonuçları her bir model için ayrı ayrı ele alınmış, modellerin ve değişkenlerin anlamlılığı için regresyon katsayılarından, Wald değerlerinden, Wald değerlerinin önemlilik düzeylerinden yararlanılmıştır. Ek olarak denklemlerle elde edilen internet bağımlısı ve bağımlısı olmayan öğrencilere ilişkin sınıflama tablosu da yorumlamada kullanılmıştır.

BÖLÜM IV

BULGULAR

Bu bölümde araştırmada incelenen alt problemlere ilişkin olarak toplanan verilerin istatistiksel analizi sonucunda elde edilen bulgulara yer verilmiştir. Veriler değerlendirilirken, öncelikle bireysel özelliklerin daha sonra internet kullanım tarzlarının son olarak ise bireylerin öznel iyi oluş alt ölçek puanlarının internete bağımlı olup olmadıklarını ne düzeyde yordadığına bakılmıştır.

4.1. “Lise öğrencilerinin bireysel özellikleri (cinsiyet, sınıf düzeyi, okul türü, algılanan akademik başarı düzeyi ve gelecek beklentisi) internete bağımlı olup olmadıklarını ne düzeyde yordamaktadır?” Alt Problemine İlişkin Bulgular

Öğrencilerin bireysel özelliklerinin internet bağımlılığını ne derece yordadığını belirlemeden önce, bireysel özelliklere göre internet bağımlılığı ölçek puanlarına ilişkin betimsel istatistikler hesaplanmış ve Tablo 6’da verilmiştir.

Tablo 6 incelendiğinde, cinsiyet bakımından erkeklerin, sınıf bakımından 9. sınıfların, okul türü bakımından fen lisesi öğrencilerinin, başarı algısı bakımından başarısız öğrencilerin ve gelecek beklentisi bakımından olumsuz beklenti içinde olan öğrencilerin internet bağımlılık puanları göreceli olarak daha yüksektir. Ortalamalar bakımından görece farklı olan bu bireysel özelliklerin öğrencilerin internet bağımlılığını yordama düzeylerinin anlamlı olup olmadığını belirlemek için lojistik regresyon analizi yapılmıştır.

Tablo 6. Öğrencilerin bireysel özelliklerine göre İnternet Bağımlılık Ölçeği puanlarına ilişkin betimsel istatistikler

	Gruplar	Ortalama	St. Sapma
Cinsiyet	Kadın	69.26	23.63
	Erkek	78.33	26.75
Sınıf	9. sınıf	74.76	25.41
	10. sınıf	73.24	25.11
	11. sınıf	71.97	25.97
	12. sınıf	71.49	24.89
Okul türü	Genel Lise	69.96	27.54
	Anadolu Lisesi	73.72	24.26
	Meslek Lisesi	73.21	25.59
	Fen Lisesi	74.12	24.46
Başarı algısı	Başarılı	67.71	22.49
	Orta düzey	74.50	26.13
Gelecek beklentisi	Başarısız	84.92	24.47
	Olumlu	71.72	24.62
	Olumsuz	83.65	28.63

Öğrencilerin bireysel özelliklerinin internet bağımlısı olup olmadıklarını ne düzeyde yordadığını belirlemek için kurulan lojistik regresyon denklemi istatistiksel olarak anlamlı bulunmuştur (-2 Likelihood = 555.56; Ki-kare = 58.55; Serbestlik derecesi = 10; $p < .001$). Öğrencilerin internet bağımlılığını yordamak için kurulan modelin istatistiksel olarak önemliliğini destekleyen diğer bir test ise gözlenen puanlar ile kestirilen puanların uyum iyiliğinin düzeyi olarak değerlendirilen Hosmer ve Lemeshow testinden elde edilen ki- kare değerinin manidar çıkmamasıdır. Hosmer ve Lemeshow ki kare değeri istatistiksel olarak önemli bulunmadığı için (Hosmer ve Lemeshow Ki-karesi = 10.56; serbestlik derecesi 8; $p = .22$) modelin analizler için uygun olduğu yorumu yapılmaktadır. Ek olarak yordama denkleminde alınan bağımsız değişkenlerin bağımlı değişkendeki (internet bağımlılığındaki) değişkenliği açıklama düzeyinin ve yine model veri uyumunun göstergesi olarak kullanılan Nagelkerke, Cox-Snell tarafından önerilen R^2 değerleri de yüksek düzeyde çıkmıştır. Cox-Snell R^2 'si 0,12 ve Nagelkerke R^2 'si 0,16 olarak bulunmuştur. Nagelkerke değeri dikkate alındığında bağımlı değişkendeki değişkenliğin (varyansın) % 16'sının bireysel değişkenler tarafından açıklandığı görülmektedir. Yukarıda sözü edilen tüm istatistikler bir arada

değerlendirildiğinde kurulan lojistik modelin istatistiksel olarak önemli, modelin ve verinin birbirine uygun, seçilen bağımsız değişkenlerden en azından birinin istatistiksel olarak önemli olduğu söylenebilir. Bireysel değişkenlerin internet bağımlılığını ne düzeyde yordadığını belirlemeye yönelik lojistik regresyon analizi sonuçları Tablo 7’de verilmiştir.

Tablo 7. Bireysel değişkenlerin internet bağımlılığını yordama düzeyini belirlemeye yönelik yapılan lojistik regresyon analizi sonuçları

	B	St. sapma	Wald istatistiği	Serbestlik derecesi	P	Odds oranı	% 95 olasılıklı güven aralığı	
							Alt sınır	Üst sınır
cinsiyet(1) sınıf	1.05	.21	24.39	1	.00	2.86	1.88	4.33
			3.06	3	.38			
sınıf (1)	-.06	.27	.04	1	.84	.95	.55	1.61
sınıf (2)	-.08	.29	.09	1	.77	.92	.52	1.62
sınıf (3)	-.55	.33	2.73	1	.10	.58	.30	1.11
Okul türü			1.81	3	.61			
Okul türü (1)	.52	.41	1.56	1	.21	1.68	.75	3.77
Okul türü (2)	.22	.36	.38	1	.54	1.25	.62	2.55
Okul türü (3)	.32	.49	.42	1	.52	1.37	.53	3.59
Ders başarı			10.03	2	.01			
Ders başarısı (1)	.62	.25	6.36	1	.01	1.86	1.15	3.02
Ders başarısı (2)	1.61	.62	6.69	1	.01	4.98	1.48	16.82
Gel. Beklentisi (1)	1.10	.32	12.27	1	.00	3.01	1.63	5.59
Sabit	-1.27	.46	7.55	1	.01	.28		

$U = -1,27 + 1,05 \text{ Cinsiyet} + ,62 \text{ Ders başarısı (1)} + 1,61 \text{ Ders başarısı (2)} + 1,10 \text{ Gelecek Beklentisi} + \text{hata}$

NOT: Herhangi bir öğrenci için bu denklem yardımıyla hesaplanacak u değeri denklem 1'deki formülde yerine konarak söz konusu öğrencinin internet bağımlısı olma olasılığı elde edilebilir.

Tablo 7’de bireysel değişkenler için hesaplanan regresyon katsayıları, Wald istatistikleri, serbestlik dereceleri ve önemlilik düzeyleri (p) görülmektedir. Wald istatistiklerinin önemlilik düzeyleri incelendiğinde bireysel değişkenlerden cinsiyet ve gelecek beklentisi .01 düzeyinde ve orta düzeyde başarıyla başarısız olma ise .05

düzeyinde önemli bulunmuştur. Sınıf ve okul türüne ilişkin Wald istatistikleri ise manidar bulunmamıştır.

Araştırmada elde edilen bulgular, sayısal olarak ifade edilecek olursa, odds (tahmini göreceli risk) oranlarına göre;

- Erkeklerin internet bağımlısı olma olasılıkları, kadınlara göre 2,86 kat,
- Orta düzeyde başarılı olan öğrencilerin internet bağımlısı olma olasılıkları, başarılı olan öğrencilere göre 1,86 kat,
- Başarısız olan öğrencilerin internet bağımlısı olma olasılıkları, başarılı olan öğrencilere göre 4,98 kat,
- Gelecek beklentisi olumsuz olan öğrencilerin internet bağımlısı olma olasılıkları gelecek beklentisi olumlu olan öğrencilere göre 3,01 kat daha yüksek olduğu bulunmuştur.
- Sınıf ve okul türünün ise internet bağımlılığı üzerinde önemli bir etkisi olmadığı belirlenmiştir.

Bir başka ifadeyle elde edilen bulgular, Tablo 5'teki kodlamalar ve Tablo 6'daki ortalamalarla birlikte değerlendirildiğinde erkek öğrencilerin; başarılı olan öğrencilere göre orta düzeyde başarılı olan ve başarısız olan öğrencilerin; gelecek beklentisi olumlu olan öğrencilere göre olumsuz olan öğrencilerin internet bağımlılık puanları daha yüksektir. Dolayısıyla da internet bağımlılık düzeyleri daha yüksektir.

Tablo 7'nin altında verilen bireysel değişkenlere ilişkin lojistik regresyon kestirim (U) denklemi kullanılarak her hangi bir öğrencinin internet bağımlısı olma olasılığı belirlenebilir. Elde edilen bu olasılık değeri 0,50 ölçütüyle karşılaştırılarak öğrenciler gruplanabilmektedir. Olasılık değeri 0,50 ve üzerinde çıkanlar internet bağımlısı, olasılık değeri 0,50 altında çıkanlar internet bağımlısı olmayan bireyler olarak sınıflanmaktadır. Regresyon denkleminde dayanarak gerçekleştirilen gruplama ile ham puanlara göre yapılan (üst grup - alt grup) gruplar arasındaki uyum da kurulan modelin uygunluğu, denklemin işe yararlığı konusunda araştırmacılara bilgi verebilmektedir. Bireysel değişkenlere ilişkin sınıflama tutarlık yüzdeleri Tablo 8'de verilmiştir.

Tablo 8. Bireysel değişkenlerle kurulan regresyon denkleminde kestirilen ve gözlenen internet bağımlılığına ilişkin sınıflamaların uyum yüzdeleri

Gözlenen	Kestirilen		Doğruluk yüzdesi
	Bağımsız	Bağımlı	
Bağımsız	149	74	66.80
Bağımlı	95	125	56.80
	Tüm grupta		61.90

Tablo 8'de gözlenen ve kestirilen internet bağımlılığı ile gözlenen ve kestirilen bağımsız hücrelerindeki sayı, regresyon analizi sonucunda doğru sınıflanan öğrenci sayılarını göstermektedir. Diğer hücrelerde yer alan frekanslar ise doğru sınıflanamayan öğrenci sayısını göstermektedir. Tablo 8'in son sütununda bulunan doğru sınıflama yüzdeleri incelendiğinde, ham puanlara göre alt grupta yer alanların (internet bağımlısı olmayanların) % 66,8'i kurulan regresyon modeli ile doğru olarak sınıflanabilirken, üst grupta yer alanların (internet bağımlısı olanların) % 56,8'i doğru olarak sınıflanabilmiştir. Doğru sınıflama oranı tüm grupta % 61,9 düzeyindedir. Bu sınıflama düzeyinin çok yüksek olmadığı, orta düzeyde bir sınıflama doğruluğu olduğu sonucuna gidilebilir. Buna göre, bireyleri internet bağımlısı olup olmadığı yönünde sınıflamada başka değişkenlerin de etkisi olabileceği akla getirilmelidir.

4.2. “Öğrencilerin internet kullanım tarzına ilişkin değişkenler (kendine ait bilgisayarının olup olmaması, internete nereden bağlandığı, interneti kullanım amacı, internette bağlı kalınan süre ve interneti kullanım sıklığı) internete bağımlı olup olmadıklarını ne düzeyde yordamaktadır?” Alt Problemine İlişkin Bulgular

Öğrencilerin internet kullanım tarzlarına ilişkin değişkenlerin internet bağımlılığını ne derece yordadığını belirlemeden önce internet kullanım tarzı değişkenlerinin internet bağımlılığı ölçek puanlarına ait betimsel istatistikler hesaplanmış ve Tablo 9'da verilmiştir.

Tablo 9. Öğrencilerin internet kullanım tarzlarına göre İnternet Bağımlılık Ölçeği puanlarına ilişkin betimsel istatistikler

	Gruplar	Ortalama	St. Sapma
Kendi Bilgisayarı	Var	76.48	25.35
	Yok	67.42	24.43
	Evden	75.53	25.34
İnternete Genellikle Nereden Bağlanılıyor	İnternet Kafe	69.28	24.59
	Telefondan	79.61	23.91
	Diğer	57.33	22.82
	Ödev	60.78	20.30
	Oyun	89.57	29.18
İnternete En Çok Hangi Amaç İçin Bağlanılıyor	Sosyal Medya	79.09	23.88
	Müzik, film vb.	70.80	23.93
	Diğer (E-posta, sanal sohbet vb.)	81.76	26.46
	0-2 saat	68.07	22.64
İnternette Bağlı Kalınan Süre	3-5 saat	82.83	23.99
	6+ saat	106.81	30.15
	Her gün	85.90	26.07
	İki günde bir	71.86	20.25
İnternete Hangi Sıklıkta Bağlanılıyor	Üç dört günde bir	69.95	23.77
	Haftada bir	67.29	21.76
	On günde bir veya daha az	56.74	19.37

Tablo 9 incelendiğinde, kendi bilgisayarını olan, internete nereden bağlanıldığı konusunda genellikle evden ve telefondan bağlanan; internete bağlanma amacı bakımından daha çok oyun, sosyal medya ve diğer amaçla bağlanan; internette bağlı kalınan süre bakımından altı saat ya da daha üzerinde bağlanan; internete bağlanma sıklığı bakımından her gün ve iki günde bir bağlanan öğrencilerin internet bağımlılık puanlarının göreceli olarak daha büyük olduğu görülmektedir. Ortalamalar bakımından görece farklı olan internet kullanım tarzına ilişkin özelliklerin, öğrencilerin internet bağımlılığını yordama düzeylerinin anlamlı olup olmadığını belirlemek için lojistik regresyon analizi yapılmıştır.

Öğrencilerin internet kullanım tarzına ilişkin değişkenlerin internet bağımlılığı olup olmadıklarını ne düzeyde yordadığını belirlemek için kurulan lojistik regresyon

denklemler istatistiksel olarak anlamlı bulunmuştur (-2 Likelihood =394.36; Ki-kare = 219.75; Serbestlik derecesi = 14; $p < 0,00$). Öğrencilerin internet bağımlılığını yordamak için kurulan modelin istatistiksel olarak önemliliğini destekleyen diğer bir test ise gözlenen puanlar ile kestirilen puanların uyum iyiliğinin düzeyi olarak değerlendirilen Hosmer ve Lemeshow testinden elde edilen ki- kare değerinin manidar çıkmamasıdır. Hosmer ve Lemeshow Ki kare değeri istatistiksel olarak önemli bulunmadığı için (Hosmer ve Lemeshow Ki-karesi = 8.13; Serbestlik derecesi 8; $p = .42$) modelin analizler için uygun olduğu yorumu yapılmaktadır. Ek olarak yordama denkleminde alınan bağımsız değişkenlerin bağımlı değişkenlerdeki (internet bağımlılığındaki) değişkenliği açıklama düzeyinin ve yine model veri uyumunun göstergesi olarak kullanılan Nagelkerke, Cox-Snell tarafından önerilen R^2 değerleri de yüksek düzeyde bulunmuştur. Cox-Snell R^2 'si .39 ve Nagelkerke R^2 'si .52 olarak bulunmuştur. Nagelkerke değeri dikkate alındığında bağımlı değişkenlerdeki değişkenliğin (varyansın) % 52'sinin internet kullanım tarzına ilişkin değişkenler tarafından açıklandığı görülmektedir. Yukarıda söz edilen tüm istatistikler bir arada değerlendirildiğinde, kurulan lojistik modelin istatistiksel olarak önemli, modelin ve verinin birbirine uygun, seçilen bağımsız değişkenlerden en azından birinin istatistiksel olarak önemli olduğu söylenebilir.

İnternet kullanım tarzına ilişkin değişkenlerin internet bağımlılığını ne düzeyde yordadığını belirlemeye yönelik lojistik regresyon analizi sonuçları Tablo 10'da verilmiştir. Tablo 10'da internet kullanım tarzına ilişkin değişkenler için hesaplanan regresyon katsayıları, Wald istatistikleri, serbestlik dereceleri ve önemlilik düzeyleri (p) görülmektedir. Wald istatistiklerinin önemlilik düzeyleri incelendiğinde internet kullanım tarzına ilişkin değişkenlerden internete genellikle nereden bağlanıldığı, internete bağlanma amacı, internete ne kadar süre bağlanıldığı ve internete hangi sıklıkta bağlanıldığı .01 düzeyinde önemli bulunmuştur. Kendi bilgisayarının olması değişkenine ait Wald istatistiği ise istatistiksel olarak önemli çıkmamıştır.

Tablo 10. İnternet kullanım tarzına ilişkin değişkenlerin internet bağımlılığını yordama düzeyini belirlemeye yönelik yapılan lojistik regresyon analizi sonuçları

	B	St. sapma	Wald istatistiği	Serbest. derecesi	p	Odds oranı	% 95 olasılıklı güven aralığı	
							Alt sınır	Üst sınır
Bilgisayarı var(1)	-0.19	.35	.29	1	.59	.83	.42	1.64
İnternete nereden			13.74	3	.00			
Nereden(1)	1.06	.41	6.87	1	.01	2.89	1.31	6.41
Nereden(2)	1.32	.43	9.71	1	.00	3.76	1.63	8.63
Nereden(3)	-0.06	.67	.01	1	.92	.94	.25	3.48
Bağlanma amacı			25.44	4	.00			
Amaç (1)	2.29	.54	17.95	1	.00	9.94	3.44	28.74
Amaç (2)	1.04	.32	10.33	1	.00	2.82	1.49	5.29
Amaç (3)	.31	.42	.55	1	.46	1.37	.59	3.12
Amaç(4)	1.47	.54	7.52	1	.01	4.34	1.52	12.39
Ne süre bağlanıyor			25.06	2	.00			
Süre(1)	1.55	.36	18.34	1	.00	4.72	2.32	9.60
Süre(2)	2.22	.78	8.17	1	.00	9.23	2.01	42.38
Hangi sıklıkta			41.71	4	.00			
Sıklık (1)	-1.41	.40	12.51	1	.00	.24	.11	.53
Sıklık(2)	-1.48	.39	13.79	1	.00	.23	.11	.49
Sıklık(3)	-1.47	.39	13.61	1	.00	.22	.11	.50
Sıklık(4)	-3.01	.49	38.53	1	.00	.05	.02	.13
Sabit	-0.34	.33	1.06	1	.30	.71		

$U = -0.34 + 1.06$ internet kafeden + 1.32 telefondan + 2.29 Oyun + 1.04 Sosyal Medya + 1.47 Diğer + 1.55 (3-5 saat) + 2.22 (6 saat ya da daha çok) – 1.41 (iki günde bir) – 1.48 (üç dört günde bir) – 1.47 (haftada bir) – 3.01 (on günde bir veya daha az) + hata

NOT: Herhangi bir öğrenci için bu denklem yardımıyla hesaplanacak u değeri denklem 1'deki formülde yerine konarak söz konusu öğrencinin internet bağımlısı olma olasılığı elde edilebilir.

Araştırma bulguları, Tablo 5'teki kodlamalar ve Tablo 9'daki ortalamalarla birlikte değerlendirildiğinde; internete genellikle kafeden ve telefondan bağlananların, internete genellikle evden ve diğer yerlerden bağlanana göre internet bağımlısı olma olasılıkları artmaktadır. Benzer şekilde internete daha çok oyun, sosyal medya ve diğer amaçlarla bağlananların, genellikle ödev, film, müzik vb. için bağlanana göre internet bağımlısı olma olasılıkları artmaktadır. İnternete üç-beş saat, altı saat veya daha çok bağlananların internete sıfır-iki saat bağlanana göre internete bağımlı olma

olasılıkları artmaktadır. Son olarak internete iki günde bir, üç-dört günde bir, haftada bir, on günde bir ya da daha az bağlananların, her gün bağlananlara göre internete bağımlı olma olasılıkları azalmaktadır.

Araştırmada elde edilen bulgular sayısal olarak ifade edilecek olursa,

İnternete genellikle nereden bağlanıldığına göre;

- İnternete genellikle telefondan bağlananların genellikle evden bağlananlara göre internet bağımlısı olma olasılığı 3,76 kat daha yüksektir.
- İnternete genellikle kafeden bağlananların genellikle evden bağlananlara göre internet bağımlısı olma olasılığı 2,89 kat daha yüksektir.

İnternet kullanım amacına göre;

- İnternete daha çok oyun oynamak amacıyla bağlananların daha çok ödev yapmak için bağlananlara göre internet bağımlısı olma olasılığı 9,94 kat,
- İnternete daha çok diğer amaçlarla (e-posta, sanal sohbet vb.) bağlananların daha çok ödev yapmak için bağlananlara göre internet bağımlısı olma olasılığı 4,34 kat,
- İnternete daha çok sosyal medya amacıyla bağlananların daha çok ödev yapmak için bağlananlara göre internet bağımlısı olma olasılığı 2,82 kat daha yüksektir.

İnternette bağlı kalınan süreye göre;

- İnternete üç-dört saat bağlananların sıfır-iki saat bağlananlara göre internet bağımlısı olma olasılığı 4,72 kat,
- İnternete altı saatten fazla bağlananların sıfır-iki saat bağlananlara göre internet bağımlısı olma olasılığı 9,23 kat daha yüksektir.

İnternet kullanım sıklığına göre;

- İnternete iki günde bir bağlananların her gün bağlananlara göre internet bağımlısı olma olasılığı 0,24 kat,
- İnternete üç-dört günde bir bağlananların her gün bağlananlara göre internet bağımlısı olma olasılığı 0,23 kat,

- İnternete haftada bir bağlananların her gün bağlananlara göre internet bağımlısı olma olasılığı 0,23 kat,
- İnternete 10 gün ya da daha az sıklıkla bağlananların her gün bağlananlara göre internet bağımlısı olma olasılığı 0,05 kat olarak bulunmuştur. Bu sonuçlar, internete bağlanma sıklığı azaldıkça, bağımlı olma olasılığının da azaldığını göstermektedir.

Tablo 10'un altında verilen internet kullanma tarzı kapsamındaki değişkenlere ilişkin lojistik regresyon kestirim (U) denklemi kullanılarak herhangi bir öğrencinin internet bağımlısı olma olasılığı belirlenebilir. Bu değer 0,50 ölçütüyle karşılaştırılarak öğrenciler gruplanabilmektedir. İnternet kullanma tarzı kapsamındaki değişkenlere ilişkin sınıflama tutarlık yüzdeleri Tablo 11'de verilmiştir.

Tablo 11. İnternet kullanma tarzı kapsamındaki değişkenlerle kurulan regresyon denkleminde kestirilen ve gözlenen internet bağımlılığına ilişkin sınıflamaların uyum yüzdeleri

Gözlenen	Kestirilen		Doğruluk yüzdesi
	Bağımsız	Bağımlı	
Bağımsız	182	41	81.60
Bağımlı	42	178	80.90
	Tüm grupta		81.30

Tablo 11'de gözlenen ve kestirilen internet bağımlılığı ile gözlenen ve kestirilen bağımsız hücrelerindeki sayı regresyon analizi sonucunda doğru sınıflanan öğrenci sayılarını göstermektedir. Diğer hücrelerde yer alan frekanslar ise doğru sınıflanamayan öğrenci sayısını göstermektedir. Tablo 11'in son sütununda bulunan doğru sınıflama yüzdeleri incelendiğinde, ham puanlara göre alt grupta yer alanların (internet bağımlısı olmayanların) % 81,6'sı kurulan regresyon modeli ile doğru olarak sınıflanabilirken, üst grupta yer alanların (internet bağımlısı olanların) % 80,9'u doğru olarak sınıflanabilmiştir. Doğru sınıflama oranı tüm grupta % 81,3 düzeyindedir. Elde edilen sınıflama düzeyinin yüksek olduğu sonucuna gidilebilir. Bu sonuca göre bireyleri

internet bağımlısı olup olmadığı yönünde sınıflamada internet kullanımına ilişkin değişkenlerden etkili bir şekilde yararlanılabilir.

4.3. “Lise öğrencilerinin öznel iyi oluş alt ölçek puanları (aile ilişkilerinde doyum, önemli diğerleri ile ilişkilerde doyum, yaşam doyumu ve olumlu duygular) internete bağımlı olup olmadıklarını ne düzeyde yordamaktadır?” Alt Problemine İlişkin Bulgular

Öğrencilerin öznel iyi oluş düzeylerine ilişkin alt ölçek puanlarının öğrencilerin internet bağımlılığını yordama düzeylerinin anlamlı olup olmadığını belirlemek için lojistik regresyon analizi yapılmış ve sonuçlar Tablo 12’de verilmiştir.

Tablo 12. Öznel iyi oluş alt ölçek puanlarının internet bağımlılığını yordama düzeyini belirlemeye yönelik yapılan lojistik regresyon analizi sonuçları

	B	St. sapma	Wald istatistiği	Serbestlik derecesi	p	Odds oranı	% 95 olasılıklı güven aralığı	
							Alt sınır	Üst sınır
Aid	-.03	.05	.423	1	.52	.97	.88	1.07
Did	-.13	.05	5.89	1	.02	.88	.79	.98
Yd	.13	.05	7.06	1	.01	1.13	1.03	1.24
Od	-.20	.05	17.11	1	.00	.82	.75	.90
Sabit	3.59	.59	37.78	1	.00	36.57		

$$U=3.59 -.13Did +.13Yd -.20 Od + hata$$

Aid = Aile ilişkilerinde doyum; Did = Diğerleri ile ilişkilerde doyum; Yd = Yaşam doyumu; Od = Olumlu Duygular

NOT: Herhangi bir öğrenci için bu denklem yardımıyla hesaplanacak u değeri denklem 1'deki formülde yerine konarak söz konusu öğrencinin internet bağımlısı olma olasılığı elde edilebilir.

Öğrencilerin öznel iyi oluş alt ölçek puanlarının internet bağımlısı olup olmadıklarını ne düzeyde yordadığını belirlemek için kurulan lojistik regresyon denklemi istatistiksel olarak anlamlı bulunmuştur (-2 Likelihood =549.31; Ki-kare = 64.79; Serbestlik derecesi = 4; $p < .00$). Öğrencilerin internet bağımlılığını yordamak için kurulan modelin istatistiksel olarak önemliliğini desteklemek için kullanılacak diğer bir test ise gözlenen puanlar ile kestirilen puanların uyum iyiliğinin düzeyi olarak değerlendirilen

Hosmer ve Lemeshow testinden elde edilen Ki- kare değerinin manidar çıkmamasıdır. Hosmer ve Lemeshow Ki kare değeri istatistiksel olarak önemli bulunmadığı için (Hosmer ve Lemeshow Ki-karesi = 25.10; Serbestlik derecesi 8; $p = .21$) modelin analizler için uygun olduğu görülmektedir. Ek olarak yordama denklemine alınan bağımsız değişkenlerin bağımlı değişkendeki (internet bağımlılığındaki) değişkenliği açıklama düzeyinin ve yine model veri uyumunun göstergesi olarak kullanılan Nagelkerke, Cox-Snell tarafından önerilen R^2 değerleri ise orta düzeyde bulunmuştur. Cox-Snell R^2 'si .14 ve Nagelkerke R^2 'si .18 olarak bulunmuştur. Nagelkerke değeri dikkate alındığında bağımlı değişkendeki değişkenliğin (varyansın) % 18'inin öznel iyi oluş alt ölçek puanları tarafından açıklandığı görülmektedir. Yukarıda sözü edilen tüm istatistikler bir arada değerlendirildiğinde kurulan lojistik modelin istatistiksel olarak önemli, modelin ve verinin birbirine uygun, seçilen bağımsız değişkenlerden en azından birinin istatistiksel olarak önemli olduğu sonucuna ulaşılmaktadır.

Tablo 12'de öznel iyi oluş alt ölçekleri için hesaplanan regresyon katsayıları, Wald istatistikleri, serbestlik dereceleri ve önemlilik düzeyleri (p) görülmektedir. Wald istatistiklerinin önemlilik düzeyleri incelendiğinde öznel iyi oluş alt ölçeklerinden diğerleri ile ilişkide doyum ,05 düzeyinde; yaşam doyumu ve olumlu duygular ,01 düzeyinde önemli bulunmuştur. Aile ilişkilerinde doyum alt ölçek puanına ait Wald istatistiği ise istatistiksel olarak önemli bulunmamıştır.

Tablo 12'nin altında verilen öznel iyi oluş alt ölçek puanlarına ilişkin lojistik regresyon kestirim (U) denklemi kullanılarak herhangi bir öğrencinin internet bağımlısı olma olasılığı belirlenebilir. Bu olasılık değeri 0,50 ölçütüyle karşılaştırılarak öğrenciler gruplanabilmektedir. Öznel iyi oluş alt ölçek puanlarına ilişkin sınıflama tutarlık yüzdeleri Tablo 13'te verilmiştir.

Tablo 13'te gözlenen ve kestirilen internet bağımlılığı ile gözlenen ve kestirilen bağımsız hücrelerdeki sayı regresyon analizi sonucunda doğru sınıflanan öğrenci sayılarını göstermektedir. Diğer hücrelerde yer alan frekanslar ise, doğru sınıflanamayan öğrenci sayısını göstermektedir.

Tablo 13. Öğrencilerin öznel iyi oluş alt ölçekleri için kurulan regresyon denkleminde kestirilen ve gözlenen internet bağımlılığına ilişkin sınıflamaların uyum yüzdeleri

Gözlenen	Kestirilen		Doğruluk yüzdesi
	Bağımsız	Bağımlı	
Bağımsız	172	51	77.10
Bağımlı	72	142	64.50
		Tüm grupta	70.90

Tablo 13'ün son sütununda bulunan doğru sınıflama yüzdeleri incelendiğinde, ham puan göre alt grupta yer alanları (internet bağımlısı olmayanların) % 77,1'i kurulan regresyon modeli ile doğru olarak sınıflanabilirken, üst grupta yer alanların (internet bağımlısı olanların) % 64,5'i doğru olarak sınıflanabilmiştir. Doğru sınıflama oranı tüm grupta % 70,9 düzeyindedir. Elde edilen sınıflama düzeyinin yüksek olduğu sonucuna gidilebilir. Bu sonuca göre bireyleri internet bağımlısı olup olmadığı yönünde sınıflamada öznel iyi oluş alt ölçek puanlarından etkili bir şekilde yararlanılabilir.

BÖLÜM V

TARTIŞMA VE YORUM

Araştırmanın bu bölümünde, incelenen alt problemlere ilişkin olarak toplanan verilerin istatistiksel analizi sonucunda elde edilen bulgular tartışılmış ve ilgili alanyazın ışığında yorumlanmıştır.

5.1. “Lise öğrencilerinin bireysel özellikleri (cinsiyet, sınıf düzeyi, okul türü, akademik başarı düzeyi ve gelecek beklentisi) internete bağımlı olup olmadıklarını ne düzeyde yordamaktadır?” Alt Problemine İlişkin Bulguların Tartışılması ve Yorumlanması

Araştırmadan elde edilen bulgulara göre cinsiyetin, ders başarısının ve gelecek beklentisinin internet bağımlılığı üzerinde önemli bir etkisi olduğu; sınıf ve okul türünün ise internet bağımlılığı üzerinde önemli bir etkisi olmadığı söylenebilir. Aynı yoruma söz konusu değişkenlerin odds oranları incelendiğinde de ulaşılmaktadır. Sınıf ve okul türü değişkenlerine ilişkin odds oranı değerlerinin % 95 olasılıklı güven aralıkları bir değerini kapsadığı için, internet bağımlılığı üzerinde etkilerinin önemsiz olduğu yorumu yapılabilir. Dolayısıyla, sınıf ve okul türünün bağımsız değişkenler olarak internet bağımlılığını açıklama düzeylerinin önemsiz olduğu söylenebilir. Buna karşılık cinsiyet, ders başarısı ve gelecek beklentisi değişkenlerine ilişkin Wald değerlerinin odds oranlarına ait % 95 olasılıklı güven aralıkları bir değerini kapsamadıkları için bu durum, internet bağımlılığı üzerinde önemli etkilerinin olduğu şeklinde yorumlanabilir.

Bu bulgulara dayanarak cinsiyet, ders başarısı ve gelecek beklentisinin internet bağımlılığını önemli düzeyde yordayabildikleri yorumu yapılabilir. Cinsiyet, ders başarısı ve gelecek beklentisi değişkenlerine ilişkin odds oranlarına ait güven

aralıklarının birden büyük olması internet bağımlılığını artırıcı yönde etki yaptıkları yorumuna götürmektedir.

Araştırmada, cinsiyetin yordayıcı bir değişken olduğu ve erkeklerin internet bağımlılığı puan ortalamalarının kadınlara göre 2,86 kat daha yüksek olduğu bulunmuştur. Bir başka ifadeyle, erkeklerin kadınlara göre internet bağımlılığına yaklaşık üç kat daha eğilimli olduğu söylenebilir. Araştırmada elde edilen bu bulgu yapılan birçok çalışmanın bulguları ile (Cao ve Su, 2007; Gökçearslan ve Günbatar, 2012; Günüç, 2009; İnan 2010; Lin ve Tsai, 2002; Taçyıldız, 2010; Tarı Cömert ve Ögel, 2011; Titsika ve ark., 2009; Üneri ve Tanıdır, 2011; Yang ve Tung, 2007) paralellik göstermektedir. Ancak bazı araştırmalarda (Ceyhan, 2011; Doğan, Işıklar ve Eroğlu, 2008; Koyuncu ve ark., 2012; Subrahmanyam ve Lin, 2007) internet kullanımı veya internet bağımlılığının/problemlili internet kullanımının cinsiyete göre anlamlı bir fark göstermediği/cinsiyet değişkeninin önemli bir yordayıcı olmadığı sonucuna ulaşılmıştır. Bunlara ek olarak bu araştırmada ulaşılan, internet bağımlılığının erkeklerde kadınlardan yaklaşık üç kat daha fazla olduğu sonucuna paralellik gösteren araştırma bulguları da mevcuttur. (Öztürk ve ark., 2007; Tarı Cömert ve Ögel, 2011).

Cinsiyet değişkenine ilişkin farklı sonuçların bulunması internet bağımlılık düzeyini belirlemek için kullanılan veri toplama araçlarının çeşitliliğinden, ayrıca çalışmaların yapıldığı kentlerin kendine özgü sosyo-kültürel özelliklerinden kaynaklandığı söylenebilir. Bu araştırmanın yapıldığı Manisa ilinin özellikle doğu şehirlerinden çok göç aldığı bilinmektedir. Bundan dolayı kız ve oğlan çocuklarına yüklenen anlamlar ve sunulan olanaklar değişmektedir. Araştırmada ayrıca elde edilen, internete genellikle kafelerden bağlananların genellikle evden bağlananlara göre internet bağımlılık eğilimlerinin daha yüksek olduğu sonucu da göz önünde bulundurulduğunda kadınların erkeklere göre bağımlılık düzeylerinin daha düşük olması anlam kazanmaktadır. Kız çocuklarının internet kafelere gitmeleri konusunda sınırlandırıldığı ve genellikle internete ev, yurt veya okul gibi daha homojen bir grubun bulunduğu ortamlardan ulaşmasının sağlandığı söylenebilir.

Araştırmada bireysel değişkenler arasında ele alınan sınıf düzeyinin internet bağımlılığı üzerinde önemli bir etkisi olmadığı belirlenmiştir. Koyuncu ve arkadaşlarının (2012) çalışması bu bulguyu destekler niteliktedir. Buna ters yönde Günücü'nün (2009) araştırmasında en yüksek internet bağımlılık düzeyinin 9. sınıfta, Ceyhan'ın (2011) çalışmasında ise 9. ve 10. sınıfta olduğu sonucuna ulaşılmıştır. Her iki araştırmacı tarafından da sınıf düzeyi yükseldikçe internet bağımlılığı/problemlili internet kullanım düzeylerinin düştüğü bulunmuştur.

İnternetin sağladığı imkânların ve sanal gerçeklik alanının bir fırsat olarak yorumlanmasının yanı sıra, onu insanların gerçek dünyadan bir kaçış, bir fantazy ve gerçek oluşumlardan bir kopuş olarak değerlendirebilmek de mümkündür (Kır, 2008). Bilindiği üzere Türkiye'de ortaöğretim dönemi birçok seçim ve kararı içerisinde barındırmaktadır. Lise döneminde öğrencilerin ders seçimi, meslek seçimi, gerektiği takdirde okul değişimi, yeni arkadaş ortamına ve öğretmenlere uyum sağlama, üniversiteye giriş sınavlarında başarılı olma gibi birçok krizi yönetmeleri gerekmektedir. Dolayısıyla, birçok sorumluluk ve ciddi kararlarla karşı karşıya kalan lise öğrencileri için internet kullanımında "sosyal kaçışın" önemli olduğu düşünülebilir. Belirtilen sorumluluk ve kararlarla her bir sınıf düzeyinde ayrı ayrı baş edilmesi gerekmektedir. Bütün sınıf düzeylerine ilişkin yoğun beklentilerin olması, kendini gergin hisseden ergenin daha rahat hissetmek amacıyla "sosyal kaçış" aracı olarak interneti tercih edebileceği söylenebilir. Bunlara ek olarak, ergenlerin alt ve üst sınıf düzeylerinden de arkadaşlarının olduğu ve birbirlerinin internet kullanım alışkanlıklarını etkiledikleri söylenebilir. Bu gibi nedenlerle araştırma sonucunda sınıf düzeylerinin internet bağımlılığı üzerinde önemli bir etkisinin olmadığı söylenebilir.

Araştırmada ele alınan okul türünün de internet bağımlılığı üzerinde önemli bir etkisi olmadığı sonucuna ulaşılmıştır. Alanyazın taramasında Gençler (2011) ve Koyuncu ve arkadaşlarının (2012) çalışmalarında da benzer bulgulara ulaşılmıştır. Ceyhan'ın (2011) araştırmasında ise paralel olmayan bir bulgunun olduğu görülmektedir. Araştırmada okul türü açısından endüstri meslek lisesine devam eden ergenlerin, hem genel lise hem de anadolu lisesine devam edenlerden daha fazla problemlili internet kullanımı puan ortalamalarına sahip olduğu ortaya çıkmıştır.

Araştırmalardaki farklılıklar okul türüne yönelik kategorik farklılıklardan kaynaklanabilir. Bunun yanı sıra son yıllarda yapılan değişikliklerle bütün genel liseler Anadolu lisesine dönüştürülmüştür. Ayrıca daha önce meslek lisesine devam eden öğrenciler, diğer liselere devam edenlere göre üniversite sınavına girişte katsayı engeli yaşamaktaydı ancak şu anda bütün liselerde benzer uygulamalar yapılmaktadır. Özellikle son iki yılda liseler arasındaki farklılıklara ilişkin düzenlemelerin (üniversiteye giriş sınavında katsayının eşitlenmesi, genel liselerin Anadolu lisesi olması) öğrencilerin okul algılarında pozitif yönde bir değişime sebep olmuş olabileceği düşünülebilir. Okul memnuniyeti yüksek olan öğrencilerin bu okullara yönelik sorumluluklarını daha etkin bir şekilde yerine getirmelerine katkısı olabileceği ve bu sebeple okul türünün internet bağımlılığı üzerinde önemli bir etkisinin olmadığı söylenebilir.

Araştırmada algılanan akademik başarı değişkeninin yordayıcı bir değişken olduğu ve orta düzeyde başarılı olan öğrencilerin, başarılı olan öğrencilere göre internet bağımlısı olma olasılıklarının 1,86 kat; başarısız olan öğrencilerin, başarılı olan öğrencilere göre internet bağımlısı olma olasılıklarının ise 4,98 kat daha yüksek olduğu sonucuna ulaşılmıştır. Bir başka ifade ile akademik başarı düzeyi azaldıkça internet bağımlılığı olasılığının arttığı söylenebilir. Alanyazın incelendiğinde Esen ve Siyez (2011), Gençler (2011) ve Taçyıldız'ın (2010) araştırmalarının sonuçları bu bulguyu destekler niteliktedir. Bununla birlikte, Tarı Cömert ve Ögel (2011), İnan (2010) ve Ceyhan (2011) ise akademik başarı ile internet bağımlılığı arasında bir ilişki saptamamıştır.

İnan (2010) araştırmasında önemli bir noktaya dikkat çekmiştir. Her ne kadar öğrencilerin akademik başarı düzeyleri arasında manidar bir farklılaşma olmadığını saptamış olsa da, puanların ortalamalarına bakıldığında akademik başarı düzeyi daha yüksek olan öğrencilerin internet bağımlılığı puan ortalamalarının daha düşük olduğu ve başarı düzeyi azaldıkça puanların arttığı sonucuna ulaşmıştır.

Bulgularda görülen farklılıklar, bazı araştırmalarda akademik başarı ölçütünün akademik not ortalaması olması, bazılarında ise algılanan akademik başarı olmasından, ayrıca algılanan akademik başarı konusunda da araştırmalarda kategorik farklılıkların

bulunmasından kaynaklanmış olabilir. Bu araştırmada algılanan başarı; “başarılı”, “orta” ve “başarısız” olmak üzere üç ayrı kategoride ele alınmıştır. Bunlara ek olarak, algılanan başarının göreceli olduğu göz önünde bulundurulmalıdır. Bazı öğrenciler için hiç zayıfının olmaması kendisini “başarılı” algılaması için yeterli olurken, bazı öğrenciler için bütün notlarının beş (85–100) olmaması kendini “orta düzeyde” algılamasına neden olabilmektedir.

Ögel (2012), internetin akademik dünyanın hem dostu hem de düşmanı olduğunu, internette geçirilen zamanın fazla olmasının, gençlerin ders çalışma saatlerinde azalmaya yol açtığını belirtmektedir. Bunun yanı sıra ders çalışmak ve internet arasındaki temel farka dikkat çekmekte ve ders çalışmanın sıkıcı, internetin ise heyecanlı ve eğlenceli olduğunu ifade etmektedir.

Araştırmada bireysel değişkenler arasında ele alınan son değişken ise gelecek beklentisidir. Bulgulara göre, gelecek beklentisi olumsuz olan öğrencilerin internet bağımlısı olma olasılıklarının, gelecek beklentisi olumlu olan öğrencilere göre 3,01 kat daha yüksek olduğu belirlenmiştir. Bir diğer ifadeyle, gelecek beklentisi olumsuz olan öğrencilerin internet bağımlılığına daha eğilimli olduğu söylenebilir. Alanyazın incelendiğinde daha önce internet bağımlılığı ile gelecek beklentisi arasındaki ilişkinin incelendiği bir araştırmaya rastlanmamıştır.

Bireylerin geleceğe yönelişindeki tutumların niteliği önemlidir. Bu noktada bireyler, geleceğe olumlu ve olumsuz olmak üzere iki önemli noktadan yönelmektedirler. Olumlu bir gelecek yönelimine sahip bireyler, gelecek konusunda oldukça iyimserdirler ve geleceğe umutla bakarlar. Bu bakış açısından yola çıkarak olumlu gelecek yönelimine sahip olanlar, olumsuz yönelime sahip olan bireylere oranla gelecekteki amaçlarına ulaşma konusunda yılmadan çaba göstermektedirler (Eryılmaz, 2011b). İnternet bağımlılarının özellikleri arasında ise özdenetim eksikliği, haftalık plan ya da günlük yaşamı yönetmede zayıflık yer almaktadır (Cao ve Su, 2006). Bağımlılıkta kişinin dünyası, sadece bağımlılık aktivitesine yer bırakacak şekilde küçülür. Kendini gerçekleştirme yolunda ilerlemektense, kişinin hayatı giderek daralır (Ögel, 2012). Buradan hareketle olumlu gelecek beklentisi olanlarla internet bağımlısı olan bireyler

arasındaki en önemli farklılığın zaman yönetimi konusunda olduğu söylenebilir. Gelecek beklentisi olumsuz olan öğrencilerin ulaşmak istediği bir amacının olmadığı ya da olsa bile bu amaca ulaşamayacağı yönünde bir inancının var olduğu ileri sürülebilir. Bu durumun da, gelecek beklentisi olumsuz olan öğrencilerde okul sonrası serbest zamanlarını internette geçirmesine neden olabileceği ve bağımlılık riskini artırabileceği söylenebilir.

5.2. “Öğrencilerin internet kullanım tarzına ilişkin değişkenler (kendine ait bilgisayarının olup olmaması, internete nereden bağlandığı, interneti kullanım amacı, internette bağlı kalınan süre ve interneti kullanım sıklığı) internete bağımlı olup olmadıklarını ne düzeyde yordamaktadır?” Alt Problemine İlişkin Bulguların Tartışılması ve Yorumlanması

Araştırmadan elde edilen bulgulara göre, internete genellikle nereden bağlanıldığı, internete bağlanma amacı, internete ne kadar süre bağlanıldığı ve internete hangi sıklıkta bağlanıldığının internet bağımlılığı üzerinde önemli bir etkisi olduğu; bilgisayarın öğrencinin kendisine ait olup olmamasının ise internet bağımlılığı üzerinde önemli bir etkisi olmadığı söylenebilir. Aynı yoruma söz konusu değişkenlerin odds oranları incelendiğinde de ulaşılmaktadır. Öğrencinin kendine ait bilgisayarının olması değişkenine ilişkin odds oranı değerlerinin % 95 olasılıklı güven aralığı, bir değerini kapsadığı için internet bağımlılığı üzerinde etkisinin önemsiz olduğu yorumu yapılabilir. Dolayısıyla, öğrencinin kendine ait bilgisayarı olmasının bağımsız değişken olarak internet bağımlılığını açıklama düzeyinin önemsiz olduğu söylenebilir. Buna karşılık, internete genellikle nereden bağlanıldığı, internete bağlanma amacı, internette bağlı kalınan süre ve internete bağlanma sıklığı değişkenlerine ilişkin Wald değerlerinin odds oranlarına ait % 95 olasılıklı güven aralıkları bir değerini kapsamadıkları için, internet bağımlılığı üzerinde önemli etkilerinin olduğu yorumu yapılabilir.

Bu bulgulara dayanarak, internete genellikle nereden bağlanıldığı, internete bağlanma amacı, internette bağlı kalınan süre ve internete bağlanma sıklığının internet bağımlılığı puanları üzerinde önemli etkiye sahip oldukları, internet bağımlılığını önemli düzeyde yordayabildikleri şeklinde yorumlanabilir. İnternete genellikle nereden bağlanıldığı,

internete bağlanma amacı, internette bağlı kalınan süre değişkenlerine ilişkin odds oranlarına ait güven aralıklarının birden büyük olması ise, internet bağımlılığını artırıcı yönde etki yaptıkları yorumuna götürmektedir. İnternete bağlanma sıklığına ilişkin odds oranına ait güven aralığının birden küçük olması ise bağlanma sıklığı azaldıkça internet bağımlılığını azaltıcı bir etki yarattığı sonucuna götürmektedir.

Öğrencinin kendine ait bilgisayarının olup olmamasının internet bağımlılığı üzerinde önemli bir etkisi olmadığı araştırmada elde edilen bulgular arasında yer almaktadır. Alanyazın incelendiğinde, kişisel bilgisayara kadınlara oranla (%18,7) erkeklerin daha çok (%24,8) sahip olduğu (Atay, 2010); ancak bu araştırmanın bulgusuna paralel olarak, Gökçearsan ve Günbatır'ın (2012) çalışmalarında da, öğrencilerin kendine ait bilgisayar sahibi olma durumlarına göre internet bağımlılık düzeylerinin istatistiksel olarak anlamlı farklılık göstermediği sonucuna ulaşılmıştır.

Bu durum, kişisel bilgisayar dışında internete erişim yollarının çok fazla olması ile açıklanabilir. Öyle ki; kişisel bilgisayarlar dışında artık cep telefonlarından, tabletlerden, okuldan, internet kafelerden internete erişmek mümkündür. Bu nedenle internet bağımlılığı üzerinde kişisel bilgisayara sahip olmanın etkisinin önemsizleştiği söylenebilir.

Araştırmada internete genellikle nereden bağlanıldığına ilişkin internet bağımlılığını ne derece yordadığı incelenmiştir. Bulgulara göre, internete genellikle telefonda bağlananların genellikle evden bağlananlara göre internet bağımlısı olma olasılığının 3,76 kat daha yüksek olduğu bulunmuştur. Alanyazında internete telefonda bağlanma ve bu durumun internet bağımlılığı riskini artırmasına yönelik bir bulguya rastlanmamıştır.

Yaşları 8–18 arasındaki çocuklar ve ergenler ortalama olarak günün 5–6 saatini bilgi ve iletişim teknolojisi araçlarını kullanarak geçirmektedir (Kelleci, 2003). Özellikle son birkaç yılda önemli bir iletişim teknolojisi aracı olan ve internete erişim özelliğini de barındıran akıllı telefon kullanımının yaygınlaştığı görülmektedir. Nielsen araştırma şirketi tarafından 10 ülkeyi kapsayan çalışmada akıllı telefon kullanım oranlarına bakıldığında Türkiye’de bu oranın %19 olduğu görülmektedir (haberler.com, 2013).

Lise öğrencilerinin akıllı telefon kullanımına yönelik araştırmaya rastlanmamıştır. Ancak üniversite öğrencilerinin katıldığı yeni medya ve ağ nesli araştırmasında akıllı telefon kullanım oranı %84,16 olarak belirlenmiştir (Aytekin ve Sütçü, 2012). 2012 yılının ilk üç ayında internet kullanan bireylerin ev ve işyeri dışında internete kablosuz olarak bağlanmak için %23,7'sinin cep telefonu veya akıllı telefonu kullandıkları sonucuna ulaşılmıştır (TÜİK, 2012).

Araştırma sonuçlarından da anlaşılacağı üzere, internete erişim olanağını da içeren akıllı telefon kullanımı ve internete bu yolla bağlanma artmaktadır. Hatırlanacağı gibi Kır (2008), yeni değerlerin benimsenmesinde toplumda öncü kesim olan gençlerin teknolojiyi en kolay kullanan ve güler yüzle karşılayan kesim olduğunu belirtmektedir. Nitekim günümüzde fiziki olarak bir araya gelen gençlerin bu durumda bile birbirleri ile konuştukları kadar, mobil cihazlarıyla yanlarında bulunmayan diğer arkadaşlarıyla da konuştukları zaman zaman gözlemlenmektedir (Aytekin ve Sütçü, 2012).

Teknolojinin hızla yaygınlaşması ile artık internete erişimin mekânsal sınırlaması ortadan kalkmıştır. Öyle ki artık internete bağlanmak için kabloya ya da bilgisayara gereksinim duyulmamaktadır. Dolayısıyla teknolojiyi hızla yakalayan ergenler için internet artık avuçlarının içindedir. Bu durumun sonucu olarak cep telefonlarının; sabit bilgisayarlara göre internet bağımlılık eğilimini artırdığı söylenebilir. Bu riskin yeni bir teknoloji aygıtı olan tablet kullanımının yaygınlaşmasıyla da daha fazla artacağı ileri sürülebilir.

İnternete bağlanılan yerler arasında internet kafeler de bulunmaktadır. Araştırma sonuçlarına göre internete genellikle kafeden bağlananların genellikle evden bağlananlara göre internet bağımlısı olma olasılığının 2,89 kat daha yüksek olduğu görülmüştür. Alanyazında bu bulguya paralel (Lim, Bae ve Kim, 2004; Titsika ve ark., 2009) ve zıt (İnan, 2012) olan sonuçlara rastlanmıştır. Gençler'in (2011) yaptığı araştırmada ise bu bulgu kısmen desteklenmiştir. Gençler (2011), genellikle internet kafeden bağlanan öğrencilerin bağımlılık riskinin genellikle diğer yerlerden bağlananlara göre daha yüksek; fakat genellikle ev veya yurttan bağlanan öğrencilere göre daha düşük olduğu sonucuna ulaşmıştır.

Araştırmalardaki bulgusal farklılıkların araştırma grubundan kaynaklanmış olabileceği söylenebilir. Araştırma grubunun 436'sı (% 54,9) evden, 193'ü (% 24,3) internet kafeden internete erişmektedir. Görüldüğü gibi oransal olarak internete kafeden bağlananlar daha az olmasına rağmen daha çok risk altında bulunmaktadır. Bu araştırmada Manisa il merkezindeki 10 okuldan veri toplanmıştır. Uygulamanın yapıldığı okullar dikkate alındığında beşinin kendi bünyesinde pansiyonu bulunmaktadır. Ayrıca daha önce belirtildiği gibi Manisa göç alan bir şehirdir ve sadece eğitim görmek için ailesinden ayrılarak Manisa'ya gelen öğrencilerin sayısı da azımsanmayacak düzeydedir. Bu öğrencilerin ailesinden uzak oldukları ve internet kullanımında bir kontrol mekanizması bulunmadığı için özgürce zaman harcayabildikleri söylenebilir. Bunun yanı sıra araştırma grubundaki internete daha çok evden bağlanan katılımcıların arkadaş etkisiyle internet kafelere de gideceği unutulmamalıdır.

Gençler ergenlik döneminde; suskunluk, içekapanıklık, çevreden kopma, can sıkıntısı, aile içinde çatışma, arkadaşlarla sorunlar, çevre içinde beğenilmeme korkusu, kendi veya dünyanın geleceği hakkında endişe duyma ve kötümserlik gibi durumları yaşarlar. Birey yaşayabileceği bu sorunları unutabileceği ve bu sorunlardan kaçabileceği bir ortama ihtiyaç duyar. Bu durumda genç, birçok gereksinimini sağlayabilecek, zevk ve eğlence unsurlarını içeren, daha iyi anlaşılabilirdiği, kabul gördüğü, duygu ve düşüncelerine önem verildiği bir ortama yönelir (Ögel, 2012).

İnternet kafe kullanıcılarının yaşlarına bakıldığında, %48'inin 16–20 yaşları arasında olduğu, mesleklerine bakıldığında ise yarıdan fazlasının (%62) öğrenci olduğu görülmektedir (Tarcan, 2005). Cinsiyet açısından bakıldığında ise internet kafeye giden öğrencilerin %18,3'ünün kadın, %34,0'ünün de erkek olduğu belirlenmiştir (Atay, 2010). İnternet kafeleri, kullanım amacı açısından ele alan araştırmacılar ise bu yerlerin Türkiye'de ağırlıklı olarak bir eğlence ve zaman öldürme aracı olduğuna, daha çok çocuk ve gençlere hitap ettiğine dikkat çekmektedir (Ögel, 2012; Tarcan, 2005).

Bilgisayar fiyatlarının hala herkes tarafından satın alınabilecek düzeyde olmaması nedeniyle Türkiye'de internet kafeler, internete erişimde önemini sürdürmektedir (Ögel,

2012). Bununla birlikte internet kafeye gitme ve gidilen kafeyi seçmede birçok faktör rol oynamaktadır. Bunlar içerisinde, arkadaş etkeni önemli bir öge olarak ortaya çıkmaktadır. Bu yönüyle bazı kullanıcılar, arkadaşlarıyla birlikte olmak için, bir anlamda “sosyalleşme mekânı” olarak gördükleri internet kafeleri kullanmaktadırlar. Daha açık ifadeyle, gidecekleri kafeyi seçerken arkadaşlarının gittiği kafeyi tercih ettikleri ya da yeni arkadaşlıklar kurarak aidiyet geliştirecekleri mekânları tercih ettikleri de sıklıkla görülmektedir (Tarcan, 2005). İnternet kafeler, gençleri sosyalleştirmekte ancak, Doğan, Işıklar ve Eroğlu'nun (2008) araştırmalarında internet kafelerde ders çalışmayı tercih eden öğrencilerin internetin olumsuz sonuçlarından daha fazla etkilendiği belirtilmektedir. Bir başka ifadeyle, çok masum sebeplerle internet kafeye gidilse de, bu ortamların bireyi risk altına alabileceği söylenebilir.

Sonuç olarak internet kafeler, evlerinde bilgisayarı olmayan veya internete erişim imkânı bulunmayan bireyler için, esasında kolaylaştırıcı bir rol üstlenmektedir. Ancak bu kolaylaştırıcı rolünün yanı sıra internet kafeler, özellikle gençlerin okuldan sonra birçok aktiviteyi (bilgisayar oyunları, sanal sohbet, sosyal medya, e-posta) bir arada yapabildikleri mekân özelliği taşımaktadır. Arkadaş grubuyla açık alanda oynanan oyunların daha gelişmiş ve daha özgür ancak sanal şekli artık internet kafelerde bir araya gelen arkadaş grubu arasında oynanmaktadır. Bununla birlikte kafelerden internete erişimde ergen için herhangi bir kontrol mekanizması bulunmamaktadır. Evden internete bağlanıldığında ise daha sınırsız ulaşım sağlanmakta; ancak genellikle anne babanın kontrolü söz konusu olmaktadır. Bunun doğal sonucu olarak internet kafe ortamının sağladığı aidiyet duygusu, sosyalleşme fırsatlarını sunmaması sebebiyle internete genellikle kafeden bağlananların genellikle evden bağlananlara göre internet bağımlısı olma olasılığının yaklaşık üç kat daha yüksek çıkmış olabileceği söylenebilir.

Araştırmada kullanım amacı açısından internete daha çok oyun oynamak amacıyla bağlananların daha çok ödev yapmak için bağlananlara göre internet bağımlısı olma olasılığının 9,93 daha yüksek olduğu sonucuna ulaşılmıştır. Alanyazın incelendiğinde, araştırma bulgusuna paralel olarak oyun oynamanın internet bağımlılığı riskini artırdığı yönünde sonuçlara ulaşılmıştır (Günüç, 2009; İnan (2012; Koyuncu ve ark., 2012; Titsika ve ark., 2009). İnternet kullanım amacının araştırıldığı çalışmada ise (Atay,

2010) K.K.T.C’de ilköğretim ve liseye devam eden erkek öğrencilerin bilgisayar oyunlarına bir günde beş saatten fazla zaman ayırdığı görülmüştür.

Tarcan (2005), internet kafe kullanıcılarının %40’ının oyun oynadığını ifade etmektedir. Bu bulgu, araştırmadaki internet kafenin bağımlılık riskini artırdığı sonucu ile birlikte değerlendirildiğinde daha da önemli hale gelmektedir. Bu bilgiden yola çıkarak internet kafelerin gençlere sağladığı olanaklar ve oyunların bireye verdiği hazzın bağımlılık riskini artıracağı söylenebilir.

İnternete daha çok ödev yapmak için bağlananların, daha çok oyun oynamak için bağlananlara göre bağımlılık olasılığının yaklaşık 10 kat olması bilgisayar oyunlarının neden bu kadar risk içerdiği sorusunu akla getirmektedir. Ögel (2012) bunu şu şekilde açıklamaktadır: *“Oyunlarda sürekli bir aşama atlama şansı vardır ve her bir aşama aynı zamanda bir ödül niteliği taşımaktadır.”* Yazar ayrıca gençlerin bu oyunları neden oynadığını açıklamaktadır. Bunlar: Merak ve uyarılma isteği, can sıkıntısı, stresten, öfke/kızgınlıktan ve başarısızlık duygusundan kurtulmadır.

Oyunların genel özellikleri arasında, oynayanı eğlendirirken, başarısını ödüllendirmesi, gelişim hissi vermesi ve sosyalleşme ihtiyacını karşılaması, her şeyden önce pasif ve sadece zaman geçirten değil, aktif katılımı sağlayan, başarı tatmini veren bir süreç olması her bir kullanıcıya yönelik olarak farklılaşması olduğu görülmektedir (TTNET, 2008; Akt.: Gürcan, Özhan ve Uslu, 2008). Oyunlarda, oyun oynarken bireyi canlı tutacak birçok özelliğin bir arada olması dikkat çekmektedir.

Dikkat çeken bir diğer nokta ise, oyunların maddeler gibi bağımlılık yapıcı bir yönünün olmasıdır. Nitekim internet üzerinden bilgisayar oyunlarını oynayan bireylerin vücutlarındaki kimyasal değişimlere bakıldığında oyunların, aynı uyuşturucu maddeler, sigara veya alkolün yaptığı gibi dopamin salgısını artırdığı görülmüştür (Ögel, 2012).

Türkiye’de lise öğrenimi, üniversiteye yerleşebilmek veya meslek edinebilmek için önemli bir basamak olarak görülmektedir. Bu nedenle aileler ve toplum tarafından bu okullardaki başarı önemsenmektedir. Özellikle akademik başarısı düşük olan

öğrencilerin okulda elde edemediği “başarı” ihtiyacını, “değerlilik” ve “yeterlilik” duygusunu oyunlarda “aşama” atlayarak, çevrimiçi ve toplu oynanan oyunlarda “galip” gelerek bu gereksinimlerini karşılamaya çalıştıkları söylenebilir.

Araştırmanın internet kullanım amacı açısından diğer bir bulgusu ise, internete daha çok e-posta, sanal sohbet vb. amaçlarla bağlananların daha çok ödev yapmak için bağlananlara göre internet bağımlısı olma olasılığının 4,33 kat daha yüksek olduğudur. Titsika ve arkadaşları (2009) bu bulguyu destekler nitelikte e-posta ve sanal sohbet odalarını kullanmanın dört kategoride de (düşük, orta, yüksek ve aşırı internet kullanımı) önemli yordayıcılar olduğunu belirlemişlerdir. Diğer çalışmalarda da (Atay, 2010; Günüş, 2009; Tarcan, 2005) internet bağımlısı bireylerin interneti en sık kullanım amaçları arasında sohbeti de tercih ettikleri bulunmuştur.

Sanal sohbet, fikir paylaşımı, gündemdeki yeni konular hakkında bilgi sahibi olma ya da can sıkıntısını gidermek için uygun bir ortamdır. Kuşkusuz her bireyin sanal sohbet yapma nedenleri birbirinden farklılaşmaktadır. Sanal sohbet, günlük yaşamda kolay iletişim kuramayan çocuk ya da gençlere iletişim ve birçok kişiyle tanışma olanağı sunmaktadır. Bu sebeple bireylerin sanal sohbe yönelme nedenlerinden en önemlisinin iletişim kurma ihtiyacı olduğu ileri sürülebilir. Diğer nedenler arasında yeni arkadaşlıklar edinme, boş zamanı değerlendirme, hayatına renk, heyecan katacak yeni bir etkinlik olması ve kişileri keşfetme isteği sayılabilir (Tarcan, 2005). Bu noktada ergenlik döneminin özellikleri de önem kazanmaktadır. Heyecan arama, ergenlerin en temel özelliklerinden birisidir. Bu nedenle ergenler madde kullanma, dalma ya da paraşütle atlama gibi riskli ve tehlikeli davranışlara diğer gelişim dönemlerindeki bireylere göre daha kolay yönelebilmektedir. Bunun yanı sıra heyecan arama eğilimi yüksek olan bireylerin can sıkıntısına toleransları daha azdır ve daha fazla dışsal uyarıcı arama eğilimindedirler (Esen ve Siyez, 2011). Sanal sohbetin sunduğu olanakların, ergenlerin bu eğilimini artırdığı söylenebilir. Bilindiği gibi, sanal sohbet aracılığıyla kişiler yüz yüze iletişim kurmadan olmak istedikleri gibi olabilmekte ve davranabilmektedirler (Tarcan, 2005). Bir başka ifadeyle kişiler, sanal sohbet ortamında gerçek benliğinden ziyade ideal benliğiyle var olmaktadır. Bunun doğal sonucu olarak internetteki sohbet ortamı kullanıcılara ayrı bir heyecan katmaktadır (Ögel, 2012).

İnternetin diğer kullanım sebepleri arasında yer alan e-postaya ilişkin bulguyu destekleyen bir araştırmaya (Titsika ve ark., 2009) rastlanmış, paralel olmayan bir bulguya ise ulaşılmamıştır. E-posta ve sanal sohbet ortamında kendini ifade biçimi olarak yazı dilinin yer alması bu nedenle gerçek yaşamda kendini ifade etmekte zorlanan bireylerin bu iki yolu da daha fazla tercih etmesi olasıdır. Ayrıca ödev yapmak daha zihinsel uğraş gerektirirken ve tek taraflı sürdürülen bir eylem iken e-posta ve sanal sohbet çift taraflı olması sebebiyle gençlere daha aktif ve cazip gelebilmektedir. Buradan hareketle araştırma sonucunda sanal sohbet ve e-postanın ödev yapmaya göre daha çok internet bağımlılığı riski taşıdığı söylenebilir.

İnternet kullanım amaçları arasında elde edilen bir diğer sonuç ise, internete daha çok sosyal medya amacıyla bağlananların daha çok ödev yapmak için bağlananlara göre internet bağımlısı olma olasılığının 2,81 kat daha yüksek olduğudur. Sosyal medya kullanımının bağımlılık düzeyi ile ilişkisini inceleyen Gökçearslan ve Günbatar (2012) bu bulgulara paralel olarak günde üç saatten fazla sosyal ağı kullanan öğrencilerin istatistiksel olarak diğer gruplara (eşik ve risk grubu) göre anlamlı düzeyde daha yüksek internet bağımlılığı puanlarına sahip oldukları sonucuna ulaşmışlardır.

Gençler arasında en çok kullanılan sosyal medya aracının “facebook” olduğu söylenebilir. Nitekim “facebook”un Türkiye’de 2,26 milyon kullanıcısı bulunmaktadır (Ögel, 2012). İnternetin sunduğu daha gelişmiş ve eğlenceli oyunlar, giderek sosyal medyanın çekiciliği ve birçok olanak nedeniyle çok kısa sürede internet, kullanıcılarını kendine hapsedirmiştir (Kalkan ve Kaygusuz, 2013).

İnsanların sosyalleşme, kaçış, bilgilenme, eğlenme, iletişim, vakit geçirme gibi isteklerine etkileşim boyutuyla cevap veren sosyal medya (Hazar, 2012; Kalkan ve Kaygusuz, 2013) bugünlerde insanları en hızlı ve en fazla kuşatan, kişiselleşebildiği oranda da gelecek vadeden bir araç haline gelmiştir. Sosyal medyanın en önemli özelliği bireylerin kendilerini başkalarına açık bir şekilde internet kanalıyla ifade edebilmesidir. Bireyler, kullandıkları siteler aracılığıyla profillerini oluşturmakta ve bunlara dayanarak iletişimde bulunabilmekte, yine bu profiller yardımıyla diğerlerini beğenmekte ve

etkileşimde bulunmaktadır. Dolayısıyla sosyal medya, popülerliğini kullanıcıya göre özelleşebilmesine borçludur (Hazar, 2011).

Sosyal medya bağımlılığına dikkat çeken Hazar'a (2011) göre sosyal medya, yüz yüze ilişkinin yerine geçmeye başlamıştır. Sosyal medyanın çok sık kullanımı ister istemez bir iletişim için katlanılan sıkıntıları (kalkmak, hazırlanmak, belki makyaj yapmak, arabaya veya otobüse binmek, biriyle buluşmaya gitmek, bir şeyler içip para harcamak, ayrılarak tekrar araba veya otobüsle eve gelmek vb.) bertaraf ederek ilişki kurmayı kolaylaştırmaktadır. Buna rağmen, herhangi bir bedel ödenmeden elde edilen şeyleri de sıradanlaştırmakta, iletişimi ve karşdakini nesneleştirmektedir (Hazar, 2011).

Sosyal medyanın gücünün sürekli artması ve sosyal medyaya düşen bir yazının ya da şarkının ergeni popülerleştirmesi gibi nedenlerle popüler olmayı arzulayan ergenler internet başında daha fazla zaman geçirmeye yönelmektedir (Kalkan ve Kaygusuz, 2013). Tüm bu araştırma ve bilgiler ışığında araştırma grubunda yer alan ergenlerin de sosyal medyanın verdiği rahatlık, sağladığı ün ve popülerliği internette ödev yapmanın monotonluğuna, tek taraflı olmasına tercih etmiş olabileceği söylenebilir. Ayrıca interneti genellikle ödev amaçlı kullanmak genellikle oyun, sanal sohbet, e-posta ve sosyal medya amaçlı kullanıma göre zamansal sınırlamaya sahiptir. Bir başka ifadeyle, ödevi bitirmek internet kullanımını sonlandırmak için bir sebep olabilirken, diğer kullanım amaçlarında, yapılan eylemlerin bir sonunun olmadığı unutulmamalıdır. Oyun, sanal sohbet, e-posta, sosyal medya kendi içerisindeki hareketliliğinden dolayı bireyi hep bir sonraki kullanım için sonu gelmez bir şekilde internet kullanımına yöneltmektedir.

İnternet kullanım tarzına ilişkin değişkenler arasında ele alınan internette bağlı kalınan sürenin artması durumunda internet bağımlılığı olasılığının arttığı sonucuna ulaşılmıştır. Araştırmada elde edilen bulgulara göre, internete üç-dört saat bağlananların sıfır-iki saat bağlananlara göre internet bağımlısı olma olasılığı 4,72 kat, internete altı saatten fazla bağlananların sıfır-iki saat bağlananlara göre internet bağımlısı olma olasılığı 9,23 kat daha yüksektir. Alanyazın incelendiğinde, araştırmadan elde edilen bulgularla paralel sonuçların olduğu görülmektedir (Gökçearslan ve Günbatır, 2012; Günüş, 2009;

Koyuncu ve ark., 2012; Nalwa ve Anand, 2003). Bazı araştırmacıların ise kullanım süresini haftalık kullanım olarak ele aldığı görülmektedir (Cao ve Su, 2006; Lin ve Tsai, 2002; Titsika ve ark., 2009; Yang ve Tung, 2007). Her bir araştırmacının internet bağımlılık riski için belirlemiş olduğu saat farklı olsa da, çalışmalarda günlük kullanım saati arttıkça internet bağımlılık olasılığının da artacağı ileri sürülmektedir.

İnterneti kullanım sebebi ne olursa olsun kullanıcıya birbirinden farklı fırsatlar, özgürlükler sunmaktadır. Otoriteye başkaldırma eğiliminde olan ergenler için internet, hiç bir otoritenin ve sınırın olmadığı mekân özelliğı taşımaktadır. Bu konuda Ögel (2012), internette, dünyanın her yerinden herkesin katılımına izin veren, ayrımcılık yapmayan özgür bir ortam olarak söz etmektedir. Dolayısıyla öğrenciler internetin “ödev yapmak”, “e-posta yazmak” gibi belirgin bir amaçla kullansa da, sınırsızlığı sebebiyle kendisini hiç düşünmediğı başka etkinlikleri yaparken (e-posta, sosyal medyayı izlemek vb.) bulabilir ve bu nedenle internet başında zaman algısı değişebilir. Bunun doğal sonucu olarak, araştırmada internet kullanım süresinin artmasıyla internet bağımlılık riskinin de arttığı sonucuna ulaşıldığı söylenebilir.

İnternet kullanım sıklığı da araştırmada ele alınan bir diğerk değişkendir. Bulgulara göre, İnternete iki günde bir bağlananların her gün bağlananlara göre internet bağımlısı olma olasılığı 0,24 kat, internete üç-dört günde bir bağlananların her gün bağlananlara göre internet bağımlısı olma olasılığı 0,23 kat, internete haftada bir bağlananların her gün bağlananlara göre internet bağımlısı olma olasılığı 0,23 kat, internete 10 gün ya da daha az sıklıkla bağlananların her gün bağlananlara göre internet bağımlısı olma olasılığı 0,04 kat bulunmuştur. Bir başka ifadeyle internete her gün bağlananların iki, üç-dört günde bir, on günde bir ya da daha az bağlananların, her gün bağlananlara göre internete bağımlısı olma olasılıkları artmakta, daha az sıklıkla internete bağlananların internet bağımlılığı olasılığını azaltmaktadır. Bu sonuç daha önceki araştırmalarla da tutarlılık göstermektedir (Gençer, 2011; Koyuncu ve ark., 2012; Nalwa ve Anand, 2003; Yang ve Tung, 2007).

5.3. “Lise öğrencilerinin öznel iyi oluş alt ölçek puanları (aile ilişkilerinde doyum, önemli diğerleri ile ilişkide doyum, yaşam doyumunu ve olumlu duygular) internete bağımlı olup olmadıklarını ne düzeyde yordamaktadır?” Alt Problemine İlişkin Bulguların Tartışılması ve Yorumlanması

Araştırmadan elde edilen bulgulara göre, aile ilişkilerinde doyum puanlarına ilişkin odds oranı değerlerinin % 95 olasılıklı güven aralığı bir değerini kapsadığı için, internet bağımlılığı üzerinde etkisinin önemsiz olduğu yorumu yapılabilir. Dolayısıyla aile ilişkilerinde doyumun bağımsız değişken olarak internet bağımlılığını açıklama düzeyinin önemsiz olduğu söylenebilir. Buna karşılık, önemli diğerleri ile ilişkide doyum, yaşam doyumunu ve olumlu duygulara ilişkin Wald değerlerinin odds oranlarına ait % 95 olasılıklı güven aralıkları bir değerini kapsamadıkları için, internet bağımlılığı üzerinde önemli etkilerinin olduğu, internet bağımlılığını önemli düzeyde yordayabildikleri yorumu yapılabilir.

Önemli diğerleriyle ilişkide doyum ve olumlu duygulara ilişkin odds oranlarına ait güven aralıklarının birden küçük olması, internet bağımlılığını azaltıcı yönde etki yaptıkları yorumuna götürmektedir. Yaşam doyumuna ilişkin odds oranına ait güven aralığının birden büyük olması ise internet bağımlılığını artırıcı bir etki yarattığı şeklinde yorumlanabilir.

Araştırmada, “aile ilişkilerinde doyum” un internet bağımlılığı üzerinde önemli bir etkisinin olmadığı sonucuna ulaşılmıştır. Alanyazın incelendiğinde aile ilişkilerinde doyumun internet bağımlılığı ile ilişkisinin incelenmediği görülmektedir. Ancak aile ilişkilerinde doyumunu aileden alınan sosyal destek de etkileyebilmektedir. Alanyazında aileden alınan sosyal destek ve internet bağımlılığı ilişkisinin ele alındığı çalışmalardan birinin (Shklovski, Kiesler ve Kraut, 2006; Akt.: Gürcan, Özhan ve Uslu, 2008) araştırma bulgusuyla paralel, diğerinin ise (Esen ve Siyez, 2011) zıt olduğu görülmüştür.

Hatırlanacağı gibi öznel iyi oluş üzerinde aile ile ilgili altı faktör bulunmaktadır. Bunlar: güvenli ev ortamı, sevgi atmosferi, açık iletişim, aile üyesinin aileye katılımı (ait olma),

dışsal ilişkiler ve aile içerisinde kişisel önem duygusunun hissedilmesidir (Joronen ve Kurki, 2005). Tüm bunlar önemli olmakla birlikte ergenlerin, duygusal olarak kendilerini anne babalarından uzak tutma çabası içinde bulunmakta ve duygusal yatırımlarını özellikle karşı cins olmak üzere akran ilişkileri üzerine yapmaktadır (Derman, 2008). Araştırma grubunda yer alan öğrenciler arasında yurttan kalanlar da bulunmaktadır. Zaten duygusal olarak anne-babadan ayrışan ergenlerin yurttan kalması da onlardan aynı zamanda mekânsal olarak ayrıştığını da göstermektedir. Dolayısıyla bu durumun, aile ile ilişkilerde doyumun internet bağımlılığının yordayıcısı olmamasına neden olduğu söylenebilir.

Araştırmanın diğer bulgusu ise, önemli diğerleri ile ilişkide doyuma ilişkindir. Araştırmada, “önemli diğerleri ile ilişkide doyum” arttıkça internet bağımlısı olma olasılığının azaldığı bulunmuştur. Alanyazın taramasında önemli diğerleri ile ilişkide doyum ve internet bağımlılığı arasındaki ilişkiyi inceleyen bir araştırmaya rastlanmamıştır. Ancak aile ilişkilerinde doyumda olduğu gibi, önemli diğerleri (arkadaş, akraba, öğretmen ve sevgili gibi) ile ilişkide doyum algılanan sosyal destek de etkileyebilmektedir. Bu sebeple algılanan sosyal destek ve internet bağımlılığı ilişkisine yönelik bulgular bu konuda ışık tutabilir. Araştırmalarda özel kişiden algılanan sosyal destek (Esen ve Siyez, 2011; Taçyıldız, 2010) ve toplam algılanan sosyal destek (Ceyhan, 2011; Esen ve Siyez, 2011) değişkenlerinin internet bağımlılığını yordamadıkları görülmektedir. Bunların yanı sıra Taçyıldız (2010), sosyal desteğin “sosyal destek aile” ve “sosyal destek arkadaş” alt boyutlarının internet bağımlılığını yordadığı sonucuna ulaşmıştır.

İnsanın başkalarıyla birlikte olma ihtiyacının temel ihtiyaçları arasında yer aldığı birçok yazar tarafından kabul edilmektedir. Bireyin kendini düzenleme, özerkleşme, kendini gerçekleştirme eğilimini yeteri kadar uygun olanaklar bulamadan yapmayı denemesi ve bu konudaki mücadelesi çok sert engellemelerle karşılaştığında bireye yapacak tek şey kalmaktadır, bu da “hastalıklı” yollara başvurmaktır. Bu nedenle bağımlı davranışlar da dâhil, belki de tüm patolojilerin ardına bakarken sorulması gereken soru şudur: Bu davranış bozulmuş da olsa hangi gereksinimi karşılamaktadır? Örneğin bir ergenin internette “elektronik arkadaşlarıyla” zaman geçirmesi, onun ilişki kurmaya duyduğu

yoğun özlemin bir göstergesi olabilir mi? (Kalkan ve Kaygusuz, 2013). Ergenlerin sorunlarını aile, öğretmen ya da diğer yetişkinlerle paylaşmaktan ziyade akranları ile paylaştıklarında kendilerini rahatlamış hissettikleri gözlenmektedir. Ergenler, akranlarının duygularını yetişkinlerden daha iyi anladığına inanırlar ve sonuçta bu dönemde akran gruplarıyla daha fazla vakit geçirmeye başlarlar (Kalkan ve Kaygusuz, 2013). Bu nedenle gerçek yaşamda arkadaşlarıyla ve önem verdikleri kişilerle paylaşım, etkileşim içinde bulunan ergenlerin psiko-sosyal yönden ihtiyacını karşıladığı ve bundan doyum aldığı söylenebilir. Bu durumda kendini sanal ortamda ifade etme, değerli hissetme, onaylanma ihtiyacı hissetmemesi olasıdır. Bunun doğal sonucu olarak da önemli diğerleri ile ilişkide doyum arttıkça internet bağımlılık eğilimi azalabilir.

Araştırmada, öznel iyi oluşun alt boyutları arasında yer alan yaşam doyumunu ve internet bağımlılığı ilişkisi de ele alınmıştır. Bulgular, öğrencilerin “yaşam doyumunu” puanları arttıkça internet bağımlısı olma olasılıklarının da artacağını göstermektedir. Bu sonucun şaşırtıcı olduğu söylenebilir. Yaşam doyumunu ve internet bağımlılığı ilişkisini araştıran az sayıda araştırma (Durak Batıgün ve Kılıç, 2011; Esen ve Siyez, 2011) vardır. Lise öğrencileri ile olan çalışmada Esen ve Siyez (2011), yaşam doyumunun internet bağımlılığını yordamadığı sonucuna ulaşmıştır. Durak Batıgün ve Kılıç (2011) ise üniversite öğrencileri üzerinde çalışma yapmışlardır. Araştırmada, yaşam doyumunu azaldıkça internete bağımlılık düzeyinin arttığı sonucuna ulaşmışlardır.

Yaşam doyumunu, kişinin iyi yaşaması, hayattan zevk alması, yaşamaktan mutluluk duyması ve yaşam kalitesinin iyi olmasıdır. Yaşam doyumunu durumsal etkenler veya başarılar ile isteklerin ilişkisidir. Birincisi “ne olduğu” , diğeri ise “kişinin ne istediği” sorusudur (Ögel, 2012). “Kişinin ne istediği” sorusuna verebileceği cevabın oldukça zor olacağı, çünkü bireyin ihtiyaçlarının biyo-psiko-sosyal üçlemeyi içerdiği ve çok geniş olduğu söylenebilir. Bununla birlikte birçok konuda gereksinimi giderilmiş olan bireylerin yeni ihtiyaçlar hissetmesi ve bunları karşılamaya çalışması olasıdır. Bu nedenle araştırmada, ergenlerin yaşam doyumunu artsa da internetin, birçok gereksinimini karşılaması ve dolayısıyla internet bağımlılık olasılığını artırması olasıdır.

Öznel iyi oluşun alt boyutlarına ilişkin son bulgu ise, olumlu duygulara ilişkindir. Araştırmada “olumlu duygular” puanı arttıkça internet bağımlısı olma olasılığının azalacağı sonucu elde edilmiştir. Bir başka ifade ile olumlu duyguların internet bağımlılığını yordadığı sonucuna varılmıştır. Alanyazında benzer ya da ters yönde bulgulara rastlanmamıştır. Çalışmalar incelendiğinde internet bağımlılığının daha çok saldırgan davranışlar (Kalkan ve Kaygusuz, 2013), depresyon belirtileri (Huang ve ark., 2009; Kalkan ve Kaygusuz, 2013), yalnızlık (Koyuncu ve ark., 2012) gibi olumsuz duygu ve davranışlar üzerinden araştırıldığı görülmektedir.

Olumlu duygu denildiğinde daha çok kapsayıcı olan “mutluluk” akla gelmektedir. Daha önce de ifade edildiği gibi ergenler mutlu olmak için, insanlarla olumlu ilişkiler içinde olmayı, saygı ve sevgi göstermeyi, hazzı aramayı, olumlu akademik deneyime sahip olmayı, romantik yakınlık içinde olmayı, mutluluğu korumayı ve olumsuz duyguları kontrol etmeyi kullanmaktadır (Eryılmaz ve Yorulmaz, 2006, akt. Eryılmaz, 2010b) Öznel iyi oluşun alt boyutu olan olumlu duygular ne kadar fazla olursa, bireylerin öznel iyi oluşlarının da o düzeyde yüksek olacağı söylenebilir.

Her ne kadar internetin sunduğu sanal etkinlikler ve eğlenceler artmış olsa, yaşattığı haz ve heyecan duyguları ergenlere cazip gelse de, gerçek yaşamda hissedilen duyguların önemli ve vazgeçilmez olduğu söylenebilir. Bu nedenle ergenlik dönemindeki gençlerin, gerçek yaşamda hissettikleri olumlu duygular, yaşadıkları mutluluk arttıkça internete bağımlılık eğilimleri de azalabilir.

BÖLÜM VI

VARGI VE ÖNERİLER

Araştırmanın temel amacı, lise öğrencilerinin internet bağımlılıklarının incelenmesidir. Bu amaçla bazı bireysel değişkenlerin, internet kullanım tarzlarının ve öznel iyi oluşun öğrencilerin internet bağımlılıklarını ne düzeyde yordadığına bakılmıştır. Araştırmada elde edilen bulgulara göre varılan sonuçlar altı alt başlık çerçevesinde aşağıda yer verilmiştir. Ardından öneriler sunulmuştur.

6.1. VARGI

6.1.1. Öğrencilerin bireysel özelliklerine göre;

- Erkeklerin internet bağımlısı olma olasılıkları, kadınlara göre 2,86 kat,
- Orta düzeyde başarılı olan öğrencilerin internet bağımlısı olma olasılıklarının, başarılı olan öğrencilere göre 1,86 kat,
- Başarısız olan öğrencilerin internet bağımlısı olma olasılıklarının, başarılı olan öğrencilere göre 4,98 kat,
- Gelecek beklentisi olumsuz olan öğrencilerin internet bağımlısı olma olasılıklarının gelecek beklentisi olumlu olan öğrencilere göre 3,01 kat daha yüksek olduğu bulunmuştur.
- Sınıf ve okul türünün ise internet bağımlılığı üzerinde önemli bir etkisinin olmadığı ortaya çıkmıştır.

6.1.2. İnternet kullanım tarzları açısından internete genellikle nereden bağlanıldığına göre;

- İnternete genellikle telefondan bağlananların genellikle evden bağlanana göre internet bağımlısı olma olasılığının 3,76 kat daha yüksek,
- İnternete genellikle kafeden bağlananların genellikle evden bağlanana göre internet bağımlısı olma olasılığının 2,89 kat daha yüksek olduğu sonucuna ulaşılmıştır.

6.1.3. İnternet kullanım sıklığına göre;

- İnternete iki günde bir bağlananların her gün bağlananlara göre internet bağımlısı olma olasılığının 0,24 kat,
- İnternete üç-dört günde bir bağlananların her gün bağlananlara göre internet bağımlısı olma olasılığının 0,23 kat,
- İnternete haftada bir bağlananların her gün bağlananlara göre internet bağımlısı olma olasılığının 0,23 kat,
- İnternete 10 gün ya da daha az sıklıkla bağlananların her gün bağlananlara göre internet bağımlısı olma olasılığı 0,05 kat olarak bulunmuştur. Bu sonuçlar, internete bağlanma sıklığı azaldıkça, bağımlı olma olasılığının da azaldığını göstermektedir.

6.1.4. İnternette bağlı kalınan süreye göre;

- İnternete üç-dört saat bağlananların sıfır-iki saat bağlananlara göre internet bağımlısı olma olasılığının 4,72 kat,
- İnternete altı saatten fazla bağlananların sıfır-iki saat bağlananlara göre internet bağımlısı olma olasılığının 9,23 kat daha yüksek olduğu elde edilmiştir.

6.1.5. İnternet kullanım amacına göre;

- İnternete daha çok oyun oynamak amacıyla bağlananların daha çok ödev yapmak için bağlananlara göre internet bağımlısı olma olasılığının 9,94 kat,
- İnternete daha çok diğer amaçlarla (e-posta, sanal sohbet vb.) bağlananların daha çok ödev yapmak için bağlananlara göre internet bağımlısı olma olasılığının 4,34 kat,
- İnternete daha çok sosyal medya amacıyla bağlananların daha çok ödev yapmak için bağlananlara göre internet bağımlısı olma olasılığının 2,82 kat daha yüksek olduğu sonucuna ulaşılmıştır.

6.1.6. Öznel iyi oluşun alt boyutlarına göre;

- Önemli diğerleri ile ilişkilerde doyum, yaşam doyumu ve olumlu duyguların internet bağımlılığı üzerinde önemli bir etkisinin olduğu görülmüştür. Daha açık bir ifadeyle, önemli diğerleri ile ilişkide doyum ve olumlu duygular puanı

artıkça internet bağımlısı olma olasılığının azaldığı, yaşam doyumu puanları arttıkça internet bağımlısı olma olasılığının da artacağı belirlenmiştir.

- Aile ilişkilerinde doyumun ise internet bağımlılığı üzerinde önemli bir etkisinin olmadığı ortaya çıkmıştır.

6.2. ÖNERİLER

Araştırmadan elde edilen sonuçlar doğrultusunda sunulan öneriler iki grup halinde aşağıda verilmiştir.

6.2.1. Psikolojik Danışmanlara Öneriler

- Okullarda yapılan problem tarama çalışmalarında internet kullanımına ilişkin de bilgi toplanarak okuldaki öğrencilerin internet kullanım alışkanlıkları (internet kullanım süresi, internet kafeye gitme sıklığı, internet kullanım amaçları vs.) saptanabilir. Bu bilgiler doğrultusunda önleme ve müdahale hizmetleri sunulabilir.
- Sınıf rehber öğretmenleri, internet bağımlılığının belirtilerinin neler olduğu ve bu durumla karşılaştıkları takdirde neler yapabilecekleri (aile ile görüşme, rehberlik servisine yönlendirme) konusunda bilgilendirilebilir.
- Gelecek beklentisi olumsuz olan öğrenciler saptanarak, bu durumun yol açacağı olası internet bağımlılığı riskini azaltmak için önleyici çalışmalar yapılabilir.
- Cinsiyet değişkeninin internet bağımlılığındaki etkisi dikkate alınarak özellikle erkek öğrencilere internetin sağlıklı kullanımına yönelik çalışmalar (seminer, broşür, afiş vb.) yapılabilir.
- Akademik başarısı düşük olan öğrencilerde, bunun nedenleri belirlenirken internet kullanımının etkisine bakılabilir.
- Öğrencilere yönelik, etkili zaman yönetimi konusunda çalışmalar (sınıf rehberlik etkinlikleri, seminerler vb.) yapılabilir.
- Öğrenciler serbest zamanı değerlendirme etkinliklerine ilişkin olarak bilgilendirilebilir. Öğrenciler gerekli kurum ve kuruluşlara yönlendirilebilir.
- Akran ilişkilerini ve yüz yüze ilişkileri özendirici etkinlikler düzenlenebilir.

- Duygu yönetimi konusunda bireysel rehberlik, sınıf veya grup rehberliği çalışmaları yapılarak olumlu duyguların fark edilmesi ve ifade edilmesi, olumsuz duyguların etkilerinin azaltılması, ergenlerin hissettiği heyecan ve haz arama duygusunun olumlu yönlere kanalize edilmesi sağlanabilir.
- Velilere yönelik olarak yeni teknolojik aletler ve bunların ergenler üzerindeki olumlu-olumsuz etkileri, teknolojinin sağlıklı-bilinçli-güvenli kullanımına ilişkin çalışmalar yapılabilir.

6.2.2. Araştırmacılara Öneriler

- Bu çalışma sadece Manisa ilinde bulunan lise öğrencileri üzerinde yapılmıştır. Daha sonraki araştırmalar, farklı illeri ve bölgeleri kapsayacak şekilde yapılabilir.
- Araştırma verileri Mayıs ayında toplandığı için üniversite sınavına hazırlanan 12. sınıf öğrencilerinin katılımı sınırlı sayıda olmuştur. Sınıf düzeylerinin birbirleri ile dengeli olabilmesi için, bundan sonraki araştırmalarda uygulama takviminin 12. sınıfların katılımına göre planlanması yararlı olabilir.
- Ulusal alanyazında yer alan internet bağımlılığı konusundaki diğer birçok çalışma gibi bu çalışma da betimseldir. Değişkenler arasındaki ilişkiyi ortaya koymuştur. Bu nedenle internet bağımlılığı konusunda deneysel çalışmalara da gereksinim duyulmaktadır.

Sonuç olarak internet bağımlılığı, ergenler arasında yaygınlaşan, çağın önemli sorunlarından birisidir. Bu nedenle psikolojik danışmanların öğrencileri, öğretmenleri ve aileleri internetin sağlıklı kullanımı konusunda bilinçlendirmesi önem kazanmaktadır. Bu alanda yapılan bilimsel çalışmaların da gerekli bilincin oluşmasına katkı sağlayacağı düşünülmektedir.

KAYNAKÇA

- Akgündüz, Y. ve Bardakoğlu, Ö. (2012). Subjective well-being levels of vocational high school students. *Cumhuriyet International Journal of Education*, 1 (2), 101–107.
- Akın, A. (2012). The relationships between Internet addiction, subjective vitality, and subjective happiness. *Cyberpsychology, Behavior, and Social Networking*, 15 (8), 404–410.
- Albayrak, A.S. (2006). *Lojistik regresyon analizi: SPSS uygulamalı çok değişkenli istatistik teknikler içinde*. (Ed. Şeref Kalaycı). Ankara: Asil Yayınları.
- Alpar, R. (2003). *Uygulamalı çok değişkenli istatistiksel yöntemlere giriş 1*. Ankara: Nobel Yayınları.
- Altun, A. (2005). *Eğitimde internet uygulamaları*. Ankara: Anı Yayıncılık.
- Anderson, J.A. & Olnhausen, K.S. (1999). Adolescent self-esteem: A foundational disposition. *Nursing Science Quarterly*, 12, 62–67.
- Arısoy, Ö. (2009). İnternet bağımlılığı ve tedavisi. *Psikiyatride Güncel Yaklaşımlar*, 1, 55–67.
- Aslan Üçkardeş, E. (2010). *Mersin Üniversitesi öğrencileri arasında internet bağımlılığının değerlendirilmesi*. Uzmanlık tezi, Mersin Üniversitesi, Mersin.
- Atay, M. (2010, 26-28 Nisan). *KKTC’de gençlerin bilgisayar ve internet kullanımı*. 10. Uluslararası Eğitim Teknolojileri Sempozyumu, Boğaziçi Üniversitesi, İstanbul.
- Aypay, A. ve Eryılmaz, A. (2011). Lise öğrencilerinin öznel iyi oluşları ve okul tükenmişliği arasındaki ilişkiler. *İOJES*, 1 (3), 181–199.

- Aytekin, Ç. ve Sütçü, C. S. (2012). Yeni medya ve ağ nesli: Türkiye örneği. *Marmara Sosyal Araştırmalar Dergisi*, 3, 1-10.
- Balcı, Ş. ve Ayhan, B. (2007). Üniversite öğrencilerinin internet kullanım ve doyumları üzerine bir saha araştırması. *Selçuk İletişim Dergisi*, 1 (5), 174–197.
- Balcı, Ş. ve Gülnar, B. (2009). Üniversite öğrencileri arasında internet bağımlılığı ve internet bağımlılarının profili. *Selçuk İletişim*, 6 (1), 5–22.
- Bayraktutan, F. (2005). *Aile içi ilişkiler açısından internet kullanımı*. Yayınlanmamış yüksek lisans tezi, İstanbul Üniversitesi, İstanbul.
- Beard, K. W. (2005). Internet Addiction: A review of current assessment techniques and potential assessment questions. *Cyberpsychology & Behavior*, 8 (1), 7–14.
- Ben-Zur, H. (2003). Happy adolescents: The link between subjective well-being, internal resources, and parental factors. *Journal of Youth and Adolescence*, 32 (2), 67–79.
- Block, J. J. (2008). Issues for DSM-V: Internet addiction. *The American Journal of Psychiatry*, 165, 306–307.
- Büyükdüvenci, S. (1993). Aristoteles'te mutluluk kavramı. *Felsefe Dünyası*, 9, 41–45.
- Cao, F. & Su, L. (2007). Internet addiction among Chinese adolescents: Prevalence and psychological features. *Child Care Health and Development*, 33 (3), 275–281.
- Cao, H., Sun, Y., Wan, Y., Hao, J. & Tao, F. (2011). Problematic internet use in Chinese adolescents and its relation to psychosomatic symptoms and life satisfaction. *BMC Public Health*, 11, 802.

- Caplan, S. E. (2002). Problematic internet use and psychosocial well-being: Development of a theory-based cognitive-behavioral measurement instrument, *Computers in Human Behavior*, 18, 553–75.
- Cengizhan, C. (2003, 11-13 Kasım). *Bilgisayar ve internet bağımlılığı*. 9. Türkiye’de İnternet Konferansı, İstanbul.
- Cenkseven F. (2004). *Üniversite öğrencilerinde öznel ve psikolojik iyi olmanın yordayıcılarının incelenmesi*. Yayınlanmamış doktora tezi. Çukurova Üniversitesi, Adana.
- Ceyhan, E. (2008). Ergen ruh sağlığı açısından bir risk faktörü: İnternet bağımlılığı. *Çocuk ve Gençlik Ruh Sağlığı Dergisi*, 15 (2), 109–116.
- Ceyhan, E., Ceyhan, A. A. ve Gürcan, A. (2007) Problemler İnternet Kullanımı Ölçeği’nin geçerlilik ve güvenilirlik çalışmaları. *Kuram ve Uygulamada Eğitim Bilimleri (KUYEB) Dergisi*, 7, 387–416.
- Ceyhan, A. (2011). Ergenlerin problemler internet kullanım düzeylerinin yordayıcıları. *Çocuk ve Gençlik Ruh Sağlığı Dergisi*, 8(2), 85-94.
- Christakis, D. A. (2010). Internet addiction: a 21st century epidemic? *BMC Medicine*, 8 (1), 61.
- Çağır, G. ve Gürkan, U. (2010). Lise ve üniversite öğrencilerinin problemler internet kullanımı düzeyleri ile algılanan iyilik halleri ve yalnızlık düzeyleri arasındaki ilişki. *Balıkesir Üniversitesi Sosyal Bilimler Enstitüsü Dergisi*, 13 (24), 70–85.
- Çelik, Ş. (2008). *Lise öğrencilerinin öznel iyi oluşlarının duygusal zeka açısından incelenmesi*. Yayınlanmamış yüksek lisans tezi, Selçuk Üniversitesi, Konya.

- Davis, R. A. (2001). A cognitive-behavioral model of pathological internet use. *Computers in Human Behavior*, 17, 187–195.
- Derman, O. (2008). *Ergenlerde psikososyal gelişim*. İ. Ü. Cerrahpaşa Tıp Fakültesi Sürekli Tıp Eğitimi Etkinlikleri. Sempozyum Dizisi, 68, 19–21.
- Diener, E. (1984). Subjective well-being. *Psychological Bulletin*, 95 (3), 542–575.
- Diener, E., Suh, E. M., Lucas, R. E. & Shmith, H. L. (1999). Subjective well-being: Three decades of progress. *Psychological Bulletin*, 125 (2), 276–302.
- Diener, E. & Seligman, M. E. P. (2002). Very happy people. *Psychological Science*, 13, 81– 84.
- DiNicola, M. D. (2004). *Pathological internet use among college students: The prevalence of pathological internet use and its correlates*. Unpublished doctorate's thesis, Ohio University.
- Doğan, H., Işıklar, A. ve Eroğlu, S. S. (2008). Ergenlerin problemleri internet kullanımının bazı değişkenler açısından incelenmesi. *Atatürk Üniversitesi Kazım Karabekir Eğitim Fakültesi Dergisi*, 8, 106–124.
- DSM IV (1995). *Mental bozuklukların tanısal ve sayımsal el kitabı (Dördüncü baskı)*. (Çev. Ed: E. Köroğlu) Hekimler Yayın Birliği: Ankara.
- Dsm5.org. (2013). 18 Haziran 2013 tarihinde <http://www.dsm5.org/Documents/Internet%20Gaming%20Disorder%20Fact%20Sheet.pdf> adresinden erişildi.

- Durak Batıgün, A. ve Hasta, D. (2010). İnternet bağımlılığı: Yalnızlık ve kişilerarası ilişki tarzları açısından bir değerlendirme. *Anadolu Psikiyatri Dergisi*, 11, 213–219.
- Durak Batıgün, A. ve Kılıç, N. (2011). İnternet bağımlılığı: Kişilik özellikleri, psikolojik belirtiler, sosyal destek ve ilişkili bazı sosyo-demografik değişkenler arasındaki ilişkiler. *Türk Psikoloji Dergisi*, 26 (67), 1-10.
- Eltugay, Ö. (2011). *İnternet ve yabancılaşma*. 26 Aralık 2011 tarihinde <http://inettr.org.tr/inetconf6/tammetin/yabancilasma.html> adresinden erişildi.
- Eryılmaz, A. (2009). Ergen Öznel İyi Oluş Ölçeği'nin geliştirilmesi. *Türk Eğitim Bilimleri Dergisi*, 7 (4), 973–989.
- Eryılmaz, A. (2010a). Turkish adolescents' subjective well-being with respect to age, gender and SES of parents. *International Journal of Human and Social Sciences*, 5 (8), 523–526.
- Eryılmaz, A. (2010b). Ergenler için öznel iyi oluşu artırma stratejilerini kullanma ile akademik motivasyon arasındaki ilişki. *Klinik Psikiyatri Dergisi*, 13, 77–84.
- Eryılmaz, A. (2011a). Ergenlerin öznel iyi oluşlarıyla aile ortamları arasındaki ilişki. *Aile ve Toplum Dergisi*, 7 (24), 93–101.
- Eryılmaz, A. (2011b). Ergen öznel iyi oluşu ile olumlu gelecek beklentisi arasındaki ilişkinin incelenmesi. *Düşünen Adam Psikiyatri ve Nörolojik Bilimler Dergisi*, 24, 209–215.
- Eryılmaz, A. ve Atak, H. (2011). Ergen öznel iyi oluşunun özsaygı ve iyimserlik eğilimi ile ilişkisinin incelenmesi. *Elektronik Sosyal Bilimler Dergisi*, 10, 170–181.

- Eryılmaz, A. ve Aypay, A. (2011a). Ergenlerin derse katılmaya motive olmaları ile öznel iyi oluşları arasındaki ilişkinin incelenmesi. *Uluslararası İnsan Bilimleri Dergisi*, 8 (1), 1220–1233.
- Eryılmaz, A. ve Aypay, A. (2011b). Ergen öznel iyi oluşu ile kimlik statüsü ilişkisinin incelenmesi. *Dicle Üniversitesi Ziya Gökalp Eğitim Fakültesi Dergisi*, 16, 167–179.
- Eryılmaz, A. ve Öğülmüş, S. (2010). Ergenlikte öznel iyi oluş ve Beş Faktörlü Kişilik Modeli. *Ahi Evran Üniversitesi Eğitim Fakültesi Dergisi*, 11 (3), 189–203.
- Esen, E. ve Siyez, D. (2011). Ergenlerde internet bağımlılığını yordayan psiko-sosyal değişkenlerin incelenmesi. *Türk PDR Dergisi*, 4 (36), 127–138.
- George, D. & Mallery, P. (2000). *SPSS for Windows step-by-step: A simple guide and reference*. (Second Edition) Boston: Allyn and Bacon.
- Gençer, S. L. (2011). *Ortaöğretim öğrencilerinin internet bağımlılık durumlarının internet kullanım profilleri ve demografik özelliklere göre farklılıklarının incelenmesi*. Yayınlanmamış yüksek lisans tezi, Süleyman Demirel Üniversitesi, Isparta.
- Gürcan, A., Özhan, S. ve Uslu, R. (2008). Dijital oyunlar ve çocuklar üzerindeki etkileri. *Başbakanlık Aile ve Sosyal Araştırmalar Genel Müdürlüğü*.
- Gökçearslan, Ş. ve Günbatar, M. S. (2012). Ortaöğretim öğrencilerinde internet bağımlılığı. *Eğitim Teknolojisi Kuram ve Uygulama*, 2 (2), 10-24.
- Gönül, A. S. (2002). Patolojik internet kullanımı (İnternet bağımlılığı/Kötüye kullanımı). *Yeni Symposium*, 40 (3), 105–110.

- Griffiths, M. (1999). Internet addiction: Fact or fiction? *The Psychologist*, 12 (5), 246–250.
- Güler, A. (2004). *Ergen gelişim sürecinde bağımlılık*. Ege Üniversitesi Tıp Fakültesi, Halk Sağlığı Anabilim Dalı, 2003–2004 yılı seminer ve makale programı.
- Gündoğdu, D. (2006). *İlköğretim öğrencilerinin internet kullanım düzeyleri ve amaçları*. Yayınlanmamış yüksek lisans tezi, Fırat Üniversitesi, Elazığ.
- Gündoğdu, R. ve Yavuzer, Y. (2012). Eğitim Fakültesi öğrencilerinin öznel iyi oluş ve psikolojik ihtiyaçlarının demografik değişkenlere göre incelenmesi. *Mehmet Akif Ersoy Üniversitesi Eğitim Fakültesi Dergisi*, 12 (23), 115–131.
- Günüç, S. (2009). *İnternet Bağımlılık Ölçeği'nin geliştirilmesi ve bazı demografik değişkenler ile internet bağımlılığı arasındaki ilişkilerin incelenmesi*. Yayınlanmamış yüksek lisans tezi, Yüzüncü Yıl Üniversitesi, Van.
- Günüç, S. ve Kayri, M. (2010). Türkiye'de internet bağımlılık profili ve İnternet Bağımlılık Ölçeği'nin geliştirilmesi: Geçerlilik-güvenilirlik çalışması. *Hacettepe Üniversitesi Eğitim Fakültesi Dergisi*, 39, 220–232.
- Güzel, M. (2006). Küreselleşme, internet ve gençlik kültürü. *Küresel İletişim Dergisi*, 1, 1–16.
- Haberler.com. (2013). <http://www.haberler.com/turkiye-de-akilli-telefon-kullanim-orani-yuzde-19-4370131-haberi/> adresinden erişildi.
- Hazar, M. (2011). Sosyal medya bağımlılığı: Bir alan çalışması. *İletişim Kuram ve Araştırma Dergisi*, 151–176.

- Huang, R. L., Lu, Z., Liu, J. J., You, Y. M., Pan, Z. Q., Wei, Z., He, Q. & Wang, Z. Z. (2009). Features and predictors of problematic internet use in Chinese college students. *Behaviour & Information Technology*, 28 (5), 485–490.
- Işıklar, A., Şar, A. H. ve Aksöz, Y. (2011). Internet addiction among adolescent and its relation to subjective well-being. *International Journal of Academic Research*, 3 (6), 308–312.
- İnan, A. (2010). *İlköğretim ve ortaöğretim öğrencilerinde internet bağımlılığı*. Yayınlanmamış yüksek lisans tezi, Atatürk Üniversitesi, Erzurum.
- Internetworldstats.com (2011). 28 Aralık 2011 tarihinde <http://www.internetworldstats.com/stats4.htm> adresinden erişildi.
- ITU (2011). 25 Aralık 2012 tarihinde http://www.itu.int/en/ITU-D/Statistics/Documents/statistics/2012/Individuals_Internet_2000-2011.xls adresinden erişildi.
- ITU (2013). 4 Mart 2013 tarihinde <http://www.itu.int/en/ITU-D/Statistics/Documents/facts/ICTFactsFigures2013.pdf> adresinden erişildi.
- Joronen, K. & Kurki, A. (2005). Familial contribution to adolescent subjective well being. *International Journal of Nursing Practice*, 11, 3, 125–133.
- Joshi, U. (2010). Subjective well-being by gender. *Journal of Economics and Behavioral Studies*, 1 (1), 20- 26.
- Kalkan, M. ve Kaygusuz, C. (2013). (Ed.). *İnternet bağımlılığı: Sorunlar ve çözümler*. Ankara: Anı Yayıncılık.
- Karaca, M. (2007). *Sosyolojik bir olgu olarak internet gençliği: Elazığ örneği*. Yayınlanmamış doktora tezi, Fırat Üniversitesi, Elazığ.

- Karaman, K. M. ve Kurtoğlu, M. (2009, 11–13 Şubat). *Öğretmen adaylarının internet bağımlılığı hakkındaki görüşleri*. Akademik Bilişim'09 - XI. Akademik Bilişim Konferansı Bildirileri. 29 Ocak 2012 tarihinde <http://ab.org.tr/ab09/kitap/AkademikBilisim09.pdf> adresinden erişildi.
- Kayri, M. ve Günüç, S. (2009). İnternet Bağımlılık Ölçeği'nin Türkçe'ye uyarlanması: Geçerlilik ve güvenilirlik çalışması. *Ankara Üniversitesi Eğitim Bilimleri Fakültesi Dergisi*, 42 (1), 157–175.
- Kelleci, M. (2008). İnternet, cep telefonu, bilgisayar oyunlarının çocuk ve gençlerin ruh sağlığına etkileri. *TAF Preventive Medicine Bulletin*, 7 (3), 253–256.
- Kır, G. (2008). *İnternet ve gençlik*. İzmir: Şenocak Yayınları.
- Kit Ma, W. W. (Ed.). (2012). Guided by academic research: The effects of technology on well-being. Online Communication Research Centre. Hong Kong Shue Yan University.
- Koyuncu, T., Ünsal, A. ve Arslantaş, D. (2012). İlköğretim ve lise öğrencileri arasında internet bağımlılığı ve yalnızlık. 15. Ulusal Halk Sağlığı Kongresi.
- Köroğlu, G., Öztürk, Ö., Telliöğlu, N., Genç, Y., Mırsal, H. ve Beyazyürek, M. (2006). Problemlili internet kullanımıyla başvuran iki uçlu bir hasta nedeniyle psikiyatrik ek tanı tartışması: Olgü sunumu. *Bağımlılık Dergisi*, 7 (3), 150–154.
- Kubey, W. R., Lavin, J. M. & Barrows J. R. (2001). Internet use and collegiate academic performance decrements: Early findings. *International Communication Association*, 51, 366–382.
- Lim, J., Bae, Y. & Kim, S. (2004). *A learning system for internet addiction prevention*. Proceedings of the IEEE International Conference on Advanced Learning Technologies (ICALT'04).

- Lin, S. S. J & Tsai, C. C. (2002). Sensation seeking and internet dependence of Taiwanese high school adolescents. *Computers in Human Behavior*, 18 (4), 411–426.
- Lyubomirsky, S., King, L. & Diener, E. (2005). The benefits of frequent positive affect: does happiness lead to success? *Psychological Bulletin*, 131 (6), 803–855.
- Mangels, D. (2009). The science of happiness. *Berkeley Scientific Journal*, 12 (2).
- Menard, S. (1995). *Applied logistic regression analysis*. Thousand Oaks: Sage Publications.
- MEB (2013). *Millî Eğitim İstatistikleri (Örgün Eğitim) 2012–2013*. T.C. Millî Eğitim Bakanlığı Strateji Geliştirme Başkanlığı.
- Muslu Karayağız, G. ve Bolışık, B. (2009). Çocuk ve gençlerde internet kullanımı. *TAF Preventive Medicine Bulletin*, 8 (5), 445–450.
- Nalwa, K. & Anand, A., (2003). Internet addiction in students: A cause of concern. *CyberPsychology & Behavior*, 6 (6), 653–656.
- Odabaşı, H. F., Kabakçı, I. ve Çoklar, N. (2007). *İnternet, çocuk ve aile*. Ankara: Nobel Yayın Dağıtım.
- Odabaşıoğlu, G., Öztürk, Ö., Genç, Y. ve Pektaş, Ö. (2007). On olguluk bir seri ile internet bağımlılığı klinik görünümleri. *Bağımlılık Dergisi*, 8 (1), 46–51.
- Ögel, K. (2001a). *Madde bağımlılarına yaklaşım ve tedavi*. İstanbul: Kültür Sanat Yayıncılık.
- Ögel, K. (2001b). *İnsan, yaşam ve bağımlılık tartışmalar ve gerekçeler*. İstanbul: IQ Kültür Sanat Yayıncılık.

- Ögel, K. (2012). *İnternet bağımlılığı: İnternetin psikolojisini anlamak ve bağımlılıkla başa çıkmak*. İstanbul: Türkiye İş Bankası Kültür Yayınları.
- Özen, Ö. (2005). *Ergenlerin öznel iyi oluş düzeyleri*, Yayınlanmamış yüksek lisans tezi, Hacettepe Üniversitesi, Ankara.
- Özsoy, T. (2009, 11-13 Şubat). *Fastfood'dan facebook'a: İnternet bağımlılığı*. Akademik Bilişim'09 - XI. Akademik Bilişim Konferansı Bildirileri. 9 Aralık 2011 tarihinde <http://ab.org.tr/ab09/kitap/AkademikBilisim09.pdf> adresinden erişildi.
- Öztürk, Ö., Odabaşoğlu, G., Eraslan, D., Genç, Y. ve Kalyoncu, Ö. A. (2007). İnternet bağımlılığı: Kliniği ve tedavisi. *Bağımlılık Dergisi*, 8 (1), 36–41.
- Rask, K., Astedt-Kurki, P., Paavilainen, E. & Laippala, L. (2003). Adolescent subjective well-being and family dynamics. *Scandinavian Journal of Caring Sciences*, 17 (2), 129–138.
- Sally, L. P. M. (2006). *Prediction of internet addiction for undergraduates in Hong Kong*. Hong Kong: Baptist University, UMI Dissertation Information Service.
- Sezer, F. (2011). Ortaöğretim öğrencilerinin öznel iyi oluş durumlarının bazı değişkenler açısından incelenmesi. *Milli Eğitim Dergisi*, 192, 74-85.
- Shapira, N. A., Goldsmith, T. D., Keck, P. E., Khosla, U. M. & McElroy, S. L. (2000) Psychiatric features of individuals with problematic internet use. *Journal of Affective Disorder*, 57 (1), 267–272.
- Shapira, N. A., Lessig, M. C., Goldsmith, T. D., Szabo, S. T., Lazoritz, M., Gold, M. S. & Dan, S. J. (2003). Problematic internet use: Proposed classification and diagnostic criteria. *Depression and Anxiety*, 17, 207–216.

- Subrahmanyam, K. & Lin, G. (2007). Adolescents on the net: Internet use and well-being. *Adolescence*, 42, 659–677.
- Suler, J. (2004). Computer and cyberspace addiction. *International Journal of Applied Psychoanalytic Studies*, 1, 359–362.
- Şahin, M. (2007). *Madde bağımlılığı konusunda Türkiye’de yapılmış olan lisansüstü tezler üzerine bir değerlendirme*. Yayınlanmamış yüksek lisans tezi, Ankara Üniversitesi, Ankara.
- Şahin, M., Aydın, B., Sarı, V., Kaya, S. ve Pala, H. (2012). Öznel iyi oluşu açıklamada umut ve yaşamda anlamın rolü. *Kastamonu Eğitim Dergisi*, 20 (3), 827–836.
- Şendağ, S. ve Odabaşı, H. F. (2007, 3–5 Mayıs). *İnternet bağımlılığı: Çocukların psikososyal gelişimi üzerindeki etkileri*. 7. Uluslar arası Eğitim Teknolojileri Konferansı, Yakındoğu Üniversitesi, K.K.T.C.
- Şenol Durak, E. ve Durak, M. (2011). The mediator roles of life satisfaction and self-esteem between the affective components of psychological well-being and the cognitive symptoms of problematic internet use. *Social Indicators Research*, 103, 23–32.
- Tabachnick, B. G. ve Fidell, L. S. (2001). *Using multivariate statistics*. (4. Edition.) Boston: Allyn&Bacon.
- Taçyıldız, Ö. (2010). *Lise öğrencilerinin internet bağımlılığı düzeylerinin bazı değişkenlere göre yordanması*. Yayınlanmamış yüksek lisansı, Ege Üniversitesi, İzmir.
- Tamar Gürol, D. (2012). *Bağımlılık nedir?* 30 Ocak 2012 tarihinde <http://www.bagimlilik.info.tr> adresinden erişildi.

- Tarcan, A. (Ed). (2005). *İnternet ve toplum*. Ankara: Anı Yayıncılık.
- Tarhan, N. ve Nurmedov, S. (2011). *Bağımlılık: Sanal veya gerçek*. İstanbul: Timaş Yayınları.
- Tarı Cömert, I. (2007). *İstanbul'da yaşayan 18-28 yaş arası üniversite öğrencilerinin internet ve madde kullanımlarının ilişkilendirilmesi*. Yayınlanmamış doktora tezi, İstanbul Üniversitesi, İstanbul.
- Tarı Cömert, I. ve Ögel, K. (2009). İstanbul örneğinde internet ve bilgisayar bağımlılığının yaygınlığı ve farklı etkenlerle ilişkisi. *Türkiye Klinikleri Adli Tıp Dergisi*, 6 (1), 9–16.
- Tarı Cömert, I. ve Kayıran, S. M. (2010). Çocuk ve ergenlerde internet kullanımı. *Çocuk Dergisi*, 10 (4), 166–170.
- TEPAV (2011). *Türkiye'de kişilerin internet kullanımları ne şekilde değişiyor? İnternet kullanıcıları üzerine bir değerlendirme*. 25 Aralık 2011 tarihinde http://www.tepav.org.tr/upload/files/12968113397.Turkiye_de_Kisilerin_Internet_Kullanimleri_Ne_Sekilde_Degisiyor.pdf adresinden erişildi.
- Titsika, A., Critselis, E., Kormas, G., Filippopoulou, A., Tounissidou, D., Freskou, A., Spiliopoulou, T, Louizou, A., Konstantoulaki, E. & Kafetzis, D. (2009). Internet use and misuse: A multivariate regression analysis of the predictive factors of internet use among Greek adolescents. *European Journal of Pediatrics*, 168, 655–665.
- Tuncer, M., Yılmaz, Ö. ve Tan, Ç. (2011, 22-24 Eylül). *İnternetin Bilgi Edinme Kaynağı Olarak Bilgisayar ve Öğretim Teknolojileri Eğitimi Bölümü Öğrenci Görüşlerine Göre Değerlendirilmesi*. 5. Uluslararası Bilgisayar ve Öğretim Teknolojileri Sempozyumu, Fırat Üniversitesi, Elazığ.

- Tuzgöl Dost, M. (2004). *Üniversite öğrencilerinin öznel iyi oluş düzeyleri*. Yayınlanmamış doktora tezi, Hacettepe Üniversitesi, Ankara.
- Tuzgöl Dost, M. (2005). Ruh sağlığı ve öznel iyi oluş. *Eurasian Journal of Educational Research*, 20, 223–231.
- Tuzgöl Dost, M. (2010). Güney Afrika ve Türkiye’deki üniversite öğrencilerinin bazı değişkenlere göre öznel iyi oluş ve yaşam doyumlarının incelenmesi. *Eğitim ve Bilim*, 35 (158), 75–89.
- TÜİK (2010). *Hane halkı bilişim teknolojileri kullanım araştırması sonuçları*. 25 Aralık 2011 tarihinde <http://www.tuik.gov.tr/PreHaberBultenleri.do?id=6308> adresinden erişildi.
- TÜİK (2011a). *Adrese dayalı nüfus kayıt sistemi 2011 yılı sonuçları*. 25 Aralık 2011 tarihinde <http://www.tuik.gov.tr/PreHaberBultenleri.do?id=10736> adresinden erişildi.
- TÜİK (2011b). *Hane halkı bilişim teknolojileri kullanım araştırması*. 25 Aralık 2011 tarihinde <http://www.tuik.gov.tr/PreHaberBultenleri.do?id=8572> adresinden erişildi.
- TÜİK (2012). *Hane halkı bilişim teknolojileri kullanım araştırması*. 09 Nisan 2013 tarihinde <http://www.tuik.gov.tr/PreHaberBultenleri.do?id=10880> adresinden erişildi.
- Tümkaya, S. (2011). Humor styles and socio-demographic variables as predictors of subjective well-being of Turkish university students. *Education and Science*, 36 (160), 158–170.

- Türkdoğan, T. (2010). *Üniversite öğrencilerinde temel ihtiyaçların karşılanma düzeyinin öznel iyi oluş düzeyini yordamadaki rolü*. Yayınlanmamış yüksek lisans tezi, Pamukkale Üniversitesi, Denizli.
- Uzbay, İ. T. (2009). Madde bağımlılığının tarihçesi, tanımı, genel bilgiler ve bağımlılık yapan maddeler. *Türk Eczacıları Birliği Meslek İçi Sürekli Eğitim Dergisi*, 21-22, 5-15.
- Üneri, Ö. Ş. ve Tanıdır, C. (2011). Bir grup lise öğrencisinde internet bağımlılığı değerlendirmesi: Kesitsel bir çalışma. *Düşünen Adam Psikiyatri ve Nörolojik Bilimler Dergisi*, 24 (4), 265–272.
- Yang, S. C. & Tung, C. J. (2007). Comparison of Internet addicts and non-addicts in Taiwanese high school. *Computers in Human Behavior*, 23, 79–96.
- Yellowlees P. M. & Marks, S. (2007). Problematic internet use or internet addiction? *Computers in Human Behavior*, 23, 1447- 1453.
- Yılmaz, M. B. (2010). İlköğretim 6. ve 7. sınıf öğrencilerinin bilgisayara yönelik bağımlılık gösterme eğilimlerinin farklı değişkenlere göre incelenmesi. *Eğitim Teknolojileri Araştırmaları Dergisi*, 1 (1), 10–24.
- Yolga Tahiroğlu, A., Çelik, G. G., Bahalı, K. ve Avcı, A. (2010). Medyanın çocuk ve gençler üzerine olumsuz etkileri: Şiddet eğilimi ve internet bağımlılığı. *New Symposium Journal*, 48 (1), 19–30.
- Young, K. S. (1996). Psychology of computer use: XL. Addictive use of the internet: A case that breaks the stereotype. *Psychological Reports.*, 79, 899–902.
- Young, K. S. (1998). Internet addiction: The emergence of a new clinical disorder. *Cyberpsychol Behavior*, 1, 237–244.

Young, K. S. (2004). Internet addiction. *American Behavioral Scientist*, 48, 402–441.

Young, K. S., Pistner, M., O' Mara, J., & Buchanan, J. (1999). Cyber-disorders: The mental health concern for the millennium. *Cyber Psychology and Behavior*, 2 (5), 475–479.

EKLER

EK 1

İBÖ MADDE ÖRNEKLERİ

Aşağıda internet kullanımınıza yönelik ifadeler bulunmaktadır. Her bir maddeyi okuyarak, bu madde sizin için her zaman doğru ise “**Tamamen Katılıyorum**”, genelde doğru ise “**Katılıyorum**”, emin değilseniz “**Kararsızım**”, genelde doğru değilse “**Katılmıyorum**”, hiçbir zaman doğru değilse “**Kesinlikle Katılmıyorum**” şeklinde işaretleme yapmanız rica olunur.

Tamamen Katılıyorum

Katılıyorum

Kararsızım

Katılmıyorum

Kesinlikle Katılmıyorum

Yoksunluk

1. İnternet kullanamadığım zaman kendimi gergin/huzursuz
8. İnternete, planladığım zamanda giremezsem sinirlenirim.
11. Gittiğim yerlerde internet bağlantısı ararım.

Kontrol Güçlüğü

13. Sabah uyandığымda ilk aklıma gelen internete girmek olur.
15. İnternette planladığımdan daha uzun süre kalırım.
19. İstedığım zaman internetin başından kalkamam.

İşlevsellikte Bozulma

22. İnternet kullanmamdan dolayı ailem ile sorunlar yaşarım.
27. İnternet kullanmamdan dolayı ailem ile daha az zaman geçiririm.

Sosyal İzolasyon

29. İnternet kullanmamdan dolayı arkadaşlarım ile sorunlar yaşarım.
35. İnternet kullanmamdan dolayı yüz yüze iletişimde zorluk yaşarım.

EK 2

EÖİÖÖ MADDE ÖRNEKLERİ

		Kesinlikle katılmıyorum	Katılmıyorum	Katılıyorum	Tamamen katılıyorum
1	Ailem beni destekler.	()	()	()	()
4	Ailem sağlıklı.	()	()	()	()
5	Sevdiklerimle yan yanayım.	()	()	()	()
8	Arkadaşlarımla beraber vakit geçiririm.	()	()	()	()
9	Hayatı dilediğim gibi yaşarım.	()	()	()	()
12	Genellikle güler yüzlüyüm.	()	()	()	()
15	İnsanlara karşı sabırlıyım.	()	()	()	()

EK 3**GÖNÜLLÜ KATILIM FORMU****Açıklama:**

Sevgili öğrenciler,

Aşağıdaki sorular, lise öğrencilerinin internet kullanımının inceleneceği yüksek lisans tezi için oluşturulmuştur. Burada vereceğiniz bilgiler kesinlikle gizli tutulacak ve çalışma dışında herhangi bir yerde kullanılmayacaktır. Sorulara vereceğiniz samimi, dürüst ve gerçek durumunuzu yansıtan cevaplar, yapılan bilimsel çalışmaya çok önemli katkılar sağlayacaktır. Lütfen soruları cevaplamadan geçmeyiniz. Forma isminizi yazmanız beklenmemektedir.

Yukarıda yapılan açıklama doğrultusunda araştırmaya katılmayı kabul edip etmediğinizi lütfen işaretleyiniz.

() Kabul ediyorum () Kabul etmiyorum

Katkılarınızdan dolayı teşekkür ederiz.

Doç. Dr. Filiz BİLGE ve Sümeyye DERİN

EK 4

KİŞİSEL BİLGİ FORMU (KBF)

- 1- Cinsiyetin:** () Kadın () Erkek
- 2- Sınıfın:** () 9 () 10 () 11 () 12
- 3- Okul Türün:** () Genel () Anadolu () Meslek
- 4- Derslerdeki başarın ne düzeydedir?**
 () Başarılı () Orta () Başarısız
- 5- Kendine ait bilgisayarın var mı?**
 () Evet () Hayır
- 6- İnternete genellikle nereden bağlanırsın?**
 () Ev () İnternet kafe () Telefon () Okul () Yurt () Diğer
- 7- İnterneti en çok hangi amaçla kullanırsın?**
 () Ödevlerimi yapmak
 () E-postayı kontrol etmek
 () Oyun oynamak
 () Sosyal medyayı (facebook, twitter vb.) takip etmek
 () Müzik dinlemek, film, video izlemek
 () Sanal sohbet yapmak
 () Diğer
- 8- İnterneti ne sıklıkla kullanırsın?**
 () Her gün
 () 2 günde bir
 () 3-4 günde bir
 () Haftada bir
 () 10 gün veya daha az sıklıkla
- 9- İnternete girdiğinde bilgisayar başında ortalama ne kadar zaman geçirirsin?**
 () 0-2 saat
 () 3-5 saat
 () 6-8 saat
 () 9-11 saat
 () 11 saatten daha fazla
- 10. Geleceğe ilişkin beklentin ne yöndedir?**
 () Olumlu () Olumsuz

EK 5**ÖLÇEK UYGULAMA PLANI**

SIRA	OKUL ADI	TARİH
1	Anadolu Öğretmen Lisesi	14.05.2012
2	TBMM 85. Yıl Çok Programlı Lisesi	14.05.2012
3	Anadolu İmam Hatip Lisesi	15.05.2012
4	Teknik ve Endüstri Meslek Lisesi	15.05.2012
5	İsmet İnönü Kız Teknik ve Meslek Lisesi	16.05.2012
6	Hasan Türek Anadolu Lisesi	16.05.2012
7	Ticaret Meslek Lisesi	17.05.2012
8	Manisa (Anadolu) Lisesi	17.05.2012
9	TOKİ Çok Programlı Lisesi	18.05.2012
10	Fen Lisesi	18.05.2012

ÖZGEÇMİŞ

Kişisel Bilgiler

Adı Soyadı : Sümeyye DERİN
Doğum Yeri ve Tarihi : Turhal - 1984

Eğitim Durumu

Lisans Öğrenimi : Çukurova Üniv. Psikolojik Danışma ve Rehberlik
Yüksek Lisans Öğrenimi : Hacettepe Üniv. Psikolojik Danışma ve Rehberlik
Bildiği Yabancı Diller : İngilizce
Bilimsel Faaliyetleri : -

İş Deneyimi

Stajlar : Adana Akkapı Ticaret Meslek Lisesi- Adana Yavuz
Selim İ.Ö.O.
Projeler : -
Çalıştığı Kurumlar : Bilecik-İnhisar Atatürk İlköğretim Okulu- Yozgat
Sorgun Oral Bektaş İ.Ö.O. – Sorgun RAM – Sorgun
Anadolu Lisesi - Manisa Anadolu İ.H. L

İletişim

E-Posta Adresi : sumeyyederin@gmail.com

Tarih : 18.06.2013